

ISSN 1991-3087

Ж У Р Н А Л
НАУЧНЫХ
публикаций

АСПИРАНТОВ И
ДОКТОРАНТОВ

2015

№5
Май



- ☐ Стратегии разработки инновационного подхода на рынке рекламных услуг.
- ☐ Некоторые вопросы определения состава наследства при оформлении наследственных прав в нотариальном порядке.
- ☐ Роль национального самосознания в трансформации ценностей молодежи в условиях глобализации.
- ☐ Высококвалифицированные менеджеры, выступающие в качестве основного фактора последовательного продвижения стратегических реформ.
- ☐ Обратное отслеживание и анонимность в киберпространстве.
- ☐ Информационно-измерительная система для исследования характеристик устройств приема и обработки сигналов.
- ☐ и многое другое.

Подписной индекс №42457

СОДЕРЖАНИЕ

ЮРИСПРУДЕНЦИЯ

75. *Шуликин Е. Ю.*
Мировая юстиция в России: история и актуальные проблемы.
79. *Самсонова В. В.*
Понятие и составляющие способа совершения преступлений при расследовании краж.
82. *Леценко Л. В.*
Некоторые вопросы определения состава наследства при оформлении наследственных прав в нотариальном порядке.

СОЦИОЛОГИЯ

86. *Юлдашева Ф. Х., Базарова Г. Г.*
Роль национального самосознания в трансформации ценностей молодежи в условиях глобализации.

ПОЛИТОЛОГИЯ

89. *Эралиев А. А., Мухтаров М. М.*
Высококвалифицированные менеджеры, выступающие в качестве основного фактора последовательного продвижения стратегических реформ.

ИСТОРИЯ

91. *Богданова Т. В.*
Исторический путь России по П. Я. Чаадаеву и А. С. Пушкину.

ФИЛОСОФИЯ

95. *Харьковский Р. Г.*
Творчество как самосозидание.
100. *Харьковский Р. Г.*
Мировоззрение: онтологический и методологический подходы.
103. *Ле Тхи Туэт*
Изучение философии прагматизма во Вьетнаме.
107. *Зыонг Куок Куан, Ле Тхи Туэт*
Роль конфуцианства, буддизма и даосизма в феодальном Вьетнаме.
110. *Андрющук А. А.*
Технократизм как практическая реализация дегуманистических взглядов в управлении экономическими структурами.
113. *Бойченко Н. М.*
Значение анализа коммуникативных практик для этической оценки образовательных ситуаций.

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

119. *Кожуховский А. Н.*
Философский аспект эстетической работы над произведениями изобразительного искусства и дизайна на примере творческой деятельности по изготовлению архитектурного макета.
125. *Кожуховский А. Н.*
Значение изготовления различных видов архитектурного макета и диорам на высоком художественном и эстетическом уровне для демонстрации основных исторических достопримечательностей в сфере туризма и сервиса.

ПЕДАГОГИКА

130. *Каххарова М.*
Педагогические и психологические аспекты учебного сотрудничества на уроках иностранного языка.
134. *Элибаева Л.*
Урок – основная форма организации педагогического процесса.
137. *Маматов Д. К.*
Самостоятельная работа как фактор усиления активизации учебного процесса.
139. *Шукуров Р., Тошев М.*
Спорт как соревновательная деятельность.
141. *Полулященко Т. Л.*
Воспитание физических качеств учеников основной школы в процессе внеклассных занятий велосипедным спортом.

СОДЕРЖАНИЕ

ЮРИСПРУДЕНЦИЯ

75. *Шуликин Е. Ю.*
Мировая юстиция в России: история и актуальные проблемы.
79. *Самсонова В. В.*
Понятие и составляющие способа совершения преступлений при расследовании краж.
82. *Леценко Л. В.*
Некоторые вопросы определения состава наследства при оформлении наследственных прав в нотариальном порядке.

СОЦИОЛОГИЯ

86. *Юлдашева Ф. Х., Базарова Г. Г.*
Роль национального самосознания в трансформации ценностей молодежи в условиях глобализации.

ПОЛИТОЛОГИЯ

89. *Эралиев А. А., Мухтаров М. М.*
Высококвалифицированные менеджеры, выступающие в качестве основного фактора последовательного продвижения стратегических реформ.

ИСТОРИЯ

91. *Богданова Т. В.*
Исторический путь России по П. Я. Чаадаеву и А. С. Пушкину.

ФИЛОСОФИЯ

95. *Харьковский Р. Г.*
Творчество как самосозидание.
100. *Харьковский Р. Г.*
Мировоззрение: онтологический и методологический подходы.
103. *Ле Тхи Туэт*
Изучение философии прагматизма во Вьетнаме.
107. *Зыонг Куок Куан, Ле Тхи Туэт*
Роль конфуцианства, буддизма и даосизма в феодальном Вьетнаме.
110. *Андрющук А. А.*
Технократизм как практическая реализация дегуманистических взглядов в управлении экономическими структурами.
113. *Бойченко Н. М.*
Значение анализа коммуникативных практик для этической оценки образовательных ситуаций.

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

119. *Кожуховский А. Н.*
Философский аспект эстетической работы над произведениями изобразительного искусства и дизайна на примере творческой деятельности по изготовлению архитектурного макета.
125. *Кожуховский А. Н.*
Значение изготовления различных видов архитектурного макета и диорам на высоком художественном и эстетическом уровне для демонстрации основных исторических достопримечательностей в сфере туризма и сервиса.

ПЕДАГОГИКА

130. *Каххарова М.*
Педагогические и психологические аспекты учебного сотрудничества на уроках иностранного языка.
134. *Элибаева Л.*
Урок – основная форма организации педагогического процесса.
137. *Маматов Д. К.*
Самостоятельная работа как фактор усиления активизации учебного процесса.
139. *Шукуров Р., Тошев М.*
Спорт как соревновательная деятельность.
141. *Полулященко Т. Л.*
Воспитание физических качеств учеников основной школы в процессе внеклассных занятий велосипедным спортом.

ВОСПИТАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ УЧЕНИКОВ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ В ПРОЦЕССЕ ВНЕКЛАССНЫХ ЗАНЯТИЙ ВЕЛОСИПЕДНЫМ СПОРТОМ

Полулященко Татьяна Леонидовна,

*соискатель, старший преподаватель института физического воспитания
и спорта Луганского национального университета им. Тараса Шевченко.*

На современном этапе развития педагогической науки наряду с проблемами внедрения инновационных технологий, форм и методов организации подготовки специалистов в ВУЗах, чрезвычайно важной в Украине является проблема формирования физического, психического и духовного здоровья подрастающего поколения. В контексте формирования гармонично развитой личности важное место отводится укреплению здоровья учащихся. Как отмечают педагоги, физиологи, медики, гигиенисты и психологи, в последнее время двигательная активность детей постепенно снижается, а в связи с интенсификацией процесса обучения повышается уровень нагрузки на нервно-эмоциональную сферу учащихся.

Исследования проблемы сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи всегда привлекали внимание ученых. Интенсификация обучения, использование технических средств, удлиненная продолжительность учебной недели; нерациональная организация учебно-воспитательного процесса; учебный стресс; снижение двигательной активности и еще более выраженная гипокинезия – эти факторы, характеризующие современную систему образования, приводят к росту заболеваемости, снижению уровня здоровья молодежи [2].

Существующая система физического воспитания в учебных заведениях, по мнению ученых М. Булатова, А. Литвина (2007), А. Советова (2007), Н. Поляничко (2007), А. Андреева (2008), Т. Крушевич (2008), Н. Москаленко (2009) и др., не способствует гармоничному развитию школьников. Разработка и внедрение новых технологий оздоровительных занятий со школьниками в учебный процесс является одной из актуальнейших задач современного физического воспитания и могут значительно улучшить состояние их здоровья (С. Изаак, 2004; В. Горашук, 2004; В. Вишневский, 2004; J. Carter, 2007; А. Харитонов, 2009; F. Brooks, 2010 и др.).

Изучение специальной литературы по теории и практике физической культуры показывает, что современные формы организации учебного процесса в общеобразовательных учебных заведениях не обеспечивают учащихся необходимым количеством двигательной активности, что значи-

тельно ухудшает состояние здоровья детей и подростков. В связи с этим, именно внешкольная и внеклассная формы организации занятий физической культурой, где центральное место отводится тренировочному процессу по избранному виду спорта, приобретают все большее значение.

Маунтенбайк, кросс-кантри, относятся к молодым видам спорта, которые интенсивно развиваются во многих странах мира. В Украине с каждым годом растет популярность этих дисциплин, увеличивается количество сторонников, которые осваивают сложную техническую езду на велосипеде, а спортсмены все чаще демонстрируют высокие спортивные результаты на соревнованиях в рамках государства и на международной арене. Велоспорт стремительно совершенствуется, меняется система проведения соревнований, поэтому необходимо совершенствовать и саму методику подготовки спортсменов.

Теория и практика спорта не имеет научно обоснованных рекомендаций относительно построения учебно-тренировочного процесса гонщиков по маунтенбайку и кросс-кантри на этапе начальной подготовки. Именно поэтому исследование построения и разработка необходимых рекомендаций учебно-тренировочного процесса велогонщиков на этапе начальной подготовки на сегодня являются актуальными и имеют большую практическую значимость.

Целью нашего исследования стали обоснование и экспериментальная проверка технологии формирования двигательных качеств учащихся основной школы в процессе внеклассных занятий велосипедным спортом.

Задачи исследования: обобщить теоретические знания и практический опыт организации и содержания физического воспитания учащихся основной школы в процессе внеклассных занятий; провести сравнительный анализ показателей функционального состояния организма, физической подготовленности и здоровья учащихся, не занимающихся спортом, и тех, кто посещает секцию велоспорта; определить структуру, выявить качественные и количественные характеристики физической, технической, тактической и психологической подготовленности учащихся, занимающихся велоспортом, с целью планирования и кон-

троля процесса развития и совершенствования их двигательных качеств; разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы занятий велосипедным спортом учащихся основной школы в процессе внеклассной работы.

Главная цель программы школьного кружка «Велоспорт» - привлечь внимание детей, которым нравится велосипед и езда на нем, к занятиям этим видом спорта. Занятия маунтенбайком захватывает детей во всем мире, способствуя развитию сердечно-сосудистой, дыхательной систем, стимулированию укрепления мышц спины и туловища [8].

Исследования проводились на базе детско-юношеской спортивной школы Луганского областного ДСО «Спартак» с 2009 до 2013 года. На первом этапе проведено обобщение и анализ литературных источников по вопросам подготовки гонщиков кросс-кантри и маунтенбайка. На втором этапе исследования нами изучалась реакция организма спортсменов на различные соревновательные и тренировочные нагрузки. Используя средства педагогического тестирования, выявлялся уровень динамики показателей физической, технической и психологической подготовленности спортсменов различной квалификации, обосновано использование оптимальных соотношений специфических и неспецифических тренировочных средств велосипедистов.

Учеными разработаны основные положения управления как общей системой подготовки детей и подростков, так и отдельными ее компонентами - физической, технической, теоретической, тактической и психологической. Установлено, что такие физические качества как скорость, сила, выносливость, гибкость, ловкость составляют содержание физической подготовки, и в возрастном аспекте развиваются гетерохронно.

Принято выделять три проявления быстроты: время реакции, скорость одиночного движения и частоту движений. Время реакции быстрее уменьшается в 9-11 лет. Скорость одиночного движения возрастает до 13-14 лет, а частота наибольший прирост имеет в возрасте 9-12 лет. Именно этот возраст специалисты считают наиболее благоприятным для развития скорости (В. Бальсевич, 1970). Преобладание возбудительных процессов над тормозными и повышенная реактивность организма подростка создают хорошую предпосылку для развития быстроты [В. Филин, В. Яковлев и др.].

Скоростно-силовые качества быстрее всего развиваются в возрасте от 9 до 17 лет. Активнее развивается масса тех мышечных групп, которые раньше начинают функционировать и являются более нагруженными. К 12-14 годам строение мускулатуры ребенка приближается к показателям взрослых, однако функциональная подвижность

мышечной ткани достигает уровня взрослого только к 14-15 годам.

Наибольший прирост силы происходит в возрасте от 14 до 17 лет, именно этот период считается наиболее благоприятным для совершенствования силовых возможностей подростка. В подростковом возрасте мы наблюдаем интенсивный рост относительной силы, что позволяет целенаправленно развивать силовые качества. Наиболее быстрое увеличение степени выносливости наступает в период от 14 до 19 лет [9].

Многочисленные исследования основ построения спортивной тренировки во многих видах спорта показали, что в зависимости от индивидуальных возможностей спортсменов, структуры и содержания тренировочного процесса, этапы многолетней подготовки могут не иметь четких границ, их продолжительность может варьироваться.

При планировании этапа начальной подготовки специалисты советуют особое внимание уделить укреплению здоровья детей, разносторонней физической подготовке, устранению недостатков в уровне физического развития, изучению техники избранного вида спорта и техники различных вспомогательных и специальных подготовительных упражнений. Подготовка новичков характеризуется разнообразием форм и методов, широким использованием средств из различных видов спорта и подвижных игр [6].

На этапе начальной подготовки не должны планироваться тренировочные занятия со значительными физическими и психическими нагрузками, не допускается применение однообразного, монотонного учебного материала. В этот период у юного спортсмена закладывается только разносторонняя техническая база, поэтому не следует стабилизировать технику движений, добиваться стойкого двигательного навыка. Тренировочные занятия проводятся не чаще 2-3 раз в неделю продолжительностью до 60 минут. Годовой объем работы у юных спортсменов на этапе начальной подготовки должен составлять 100-150 часов [4].

Наши наблюдения за учебно-тренировочным процессом новичков (в возрасте от 9 до 12 лет) в течение года свидетельствуют о следующих средних показателях объема тренировочной нагрузки: общий объем составляет 312-416 часов, в т.ч. общая физическая подготовка (ОФП) составляет 50% от рекомендованного объема; специальная физическая подготовка (СФП) 25% от общего объема; специальная техническая подготовка (СТП) 25% от общего объема; общий объем в километрах составляет 1500-3500 км. и 15-20 соревновательных стартов в год.

Содержание спортивной тренировки в велосипедном спорте принято рассматривать в аспекте общей и специальной подготовки спортсмена. Нами было установлено наиболее рациональное соотношение тренировочных нагрузок

различной направленности в годичном цикле тренировки велосипедистов на этапе начальной подготовки.

Экспериментально установлено, что формированию мотивации к физическому совершенствованию школьников способствует соблюдение следующих педагогических условий: целенаправленное мотивирование и стимулирование к физкультурной деятельности; формирование положительного отношения к занятиям физическими упражнениями; привитие интереса к активным занятиям физическими упражнениями; определение ценностных ориентиров каждого ученика; вооружение знаниями по физической культуре и умением самостоятельно заниматься физическими упражнениями; привлечение к систематическим занятиям физической культурой по месту жительства [5].

Нами выявлена также степень влияния занятий велоспортом на уровень физической подготовленности, здоровья и функционального состояния организма учащихся основной школы; теоретически обоснована структура, качественные и количественные характеристики физической, технической, тактической и психологической подготовленности учащихся основной школы, занимающихся велоспортом; определена специфика развития двигательных качеств и тактико-технической подготовленности юных велосипедистов в подготовительном и соревновательном периодах тренировки; обоснована эффективность программы занятий велоспортом учащихся основной школы в процессе внеклассной работы.

Нами экспериментально проверена эффективность разработанной методики оптимизации системы физического воспитания учащихся на внеклассных занятиях велоспортом. Концептуализированы теоретические и методические положения данной методики. В исследовании были использованы результаты уровня физической подготовленности 1200 школьников. Установлено, что важным фактором эффективности инновационной методики физической культуры является научно обоснованная система управления ее этапной структурой.

В процессе организации занятий нами применялся индивидуально-дифференцированный подход физкультурно-оздоровительной работы [7]. На каждого ребенка составлялась индивидуальная карта, в которую заносились результаты тестирования состояния здоровья и уровня физической подготовленности. В соответствии с индивидуальными картами по каждой возрастной группе составлялась сводная схема-анализ. Она позволяла своевременно выявлять причину заболеваемости и устранять ее, планировать физкультурно-оздоровительную работу с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья, дифференцируя степень нагрузок. Такой подход дает

возможность педагогам при составлении индивидуальных режимов ежедневной двигательной активности с учетом состояния здоровья детей использовать различных формы и методы воспитания с целью достижения оптимальных результатов [1].

Нами были выявлены основные недостатки в построении традиционной системы подготовки велосипедистов на этапе начальной подготовки. Определены показатели технической, физической и психологической подготовленности спортсменов от третьего разряда до мастера спорта, на которые необходимо ориентироваться во время построения тренировочного процесса велосипедистов на этапе начальной подготовки.

Установлены педагогические и медико-биологические показатели контроля степени влияния на организм детей различных тренировочных нагрузок. Обосновано соотношение специфических и неспецифических тренировочных нагрузок, использование которых на этапе начальной подготовки позволяет повысить эффективность учебно-тренировочного процесса.

При составлении программы самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности детей школьного возраста следует придерживаться следующих правил: физические упражнения должны выполняться только в рекомендованной последовательности; в структуру одного комплекса включать не более десяти упражнений; постепенно повышать дозировку и сложность упражнений; мобилизовать внимание и обеспечить оптимальное эмоциональное состояние учащихся путем изменения сюжетов и средств каждые три недели; повышать интерес учащихся к выполнению упражнений [3].

Проведенные исследования свидетельствуют о том, что оптимально организованные занятия физическими упражнениями, где на фоне применения средств общей физической подготовки, используются средства велосипедного спорта, оказывают оздоровительное влияние на организм школьников, повышают их умственную работоспособность и создают базу для эффективного проведения начальной спортивной подготовки. В результате проведенных исследований нами подтвержден рекреационный эффект предложенных средств, который проявился в повышении мотивации школьников к занятиям, их активности, улучшении самочувствия и настроения участников основной группы в процессе занятий. Наблюдалось также повышение уровня адаптационных способностей учащихся к условиям обучения в школе.

Одной из основных составляющих успеха в сохранении и укреплении здоровья школьников во время занятий физическими упражнениями является их позитивный психологический и эмоциональный настрой. Он зависит от того, каким

ПЕДАГОГИКА

образом организовано психолого-педагогическое сообщество детей и взрослых, как формируется и совершенствуется психический и духовный мир учащихся, их желание вести здоровый образ жизни.

Большое значение имеет поддержка родителей, поскольку семья играет важную роль в формировании ценностных ориентиров, усвоении морально-этических норм, отработке моделей поведения и принятии жизненных решений своих детей. Привлечение родителей к партнерству способствует «вооружению» родителей, всей семьи знаниями по вопросам организации здорового образа жизни и безопасного поведения; повышению роли родителей в процессе воспитания детей; более тесному контакту школы и семьи; улучшению отношений между взрослыми и детьми.

Результаты эксперимента подтвердили наше предположение о том, что оптимально организованная физическая подготовка учащихся в процессе внеклассных занятий велоспортом, совершенствование двигательных умений и навыков, развитие жизненных сил, планирование и достижение более высоких индивидуальных спортивных результатов, воспитание эстетических, нравственных, интеллектуальных и патриотических качеств учащихся является важнейшей целенаправленной психолого-педагогической деятельностью, которая создает необходимые предпосылки для воспитания всесторонне развитой личности.

Полученные экспериментальные материалы могут быть использованы при формировании и подготовке ученических команд по велоспорту к участию в соревнованиях различного уровня. Применение в учебно-воспитательном процессе программы занятий велоспортом позволяет учащимся значительно улучшить уровень психофизической подготовленности, здоровья и функционального состояния организма. Выявленные качественные и количественные характеристики физической, технической, тактической, психологической подготовленности велосипедистов различной квалификации обеспечивают интенсифика-

цию подготовки и постепенный рост мастерства спортсменов.

Литература

1. Алиева Т.И., Арушанова А.Г., Головкин Ю.В., Дьяченко О.М., Парамонова Л.А. Карта индивидуального развития ребенка-дошкольника // Обруч. – 1998. – №5. – С. 1-8.
2. Глоба О.П. Організація фізичного виховання з дітьми і молоддю, що мають відхилення у стані здоров'я/ О.П.Глоба // Захист прав і свобод людини і громадянина в Україні: матер. Всеукр. наук.-практ. конф.- Бровари: ПФПА, 11-12.05.2011.
3. Здоров'язберігаючі технології у навчальному закладі /упоряд. О. Колонькова, О. Литовченко. – К.: Шкільний світ, 2009.
4. Кібальник О.Я. Оптимізація рівня рухової активності підлітків 13-15 років шляхом впровадження фітнес-технології в систему фізичного виховання / О.Я. Кібальник //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 9. – С. 73-77.
5. Концепція формування позитивної мотивації та здоровий спосіб життя у дітей та молоді // Основи здоров'я: книга для вчителя. – К.: Генеза, 2005. – С. 47-57.
6. Мазуренко Л. Формування навичок здорового способу життя у молодших школярів в позаурочний час. / Л. Мазуренко. – К.: Шкільний світ, 2008.
7. Маханева М.Д. Індивідуальний підхід к ребенку в ДОУ: Організаційно-методичний аспект. – М.: Сфера, 2005. – 57 с. – (Бібліотека керівника ДОУ).
8. Навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок через систему шкільної освіти: оцінка ситуації. Навч. метод. посібник. – К.: ДПІСМ, 2004.
9. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: Навч. кн. — Тернопіль: Богдан, 2001. Ч. 2.— 248 с.

Поступила в редакцию 20.05.2015 г.