



Министерство спорта
Российской Федерации



Поволжская
государственная академия
физической культуры
спорта и туризма

**ВСЕРОССИЙСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ С
МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ «ДОМИНАНТЫ ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МЫСЛИ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Казань, 2020

УДК 159.9+796.01
ББК 76.6

Доминанты психолого-педагогической мысли в области физической культуры и спорта: материалы **Всероссийской научно-практической конференции с международным участием** (30 октября 2020 года). – Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2020. – 398 с.

В сборнике представлены материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Доминанты психолого-педагогической мысли в области физической культуры и спорта», проходившей 30 октября 2020 года на базе ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», г. Казань.

Сборник предназначен для педагогов по физической культуре и спорту образовательных учреждений всех типов и видов, для педагогов дополнительного образования, педагогов-психологов, социальных педагогов, педагогов по воспитательной и внешкольной работе, педагогов-организаторов, воспитателей и специалистов учреждений дошкольного образования разных видов, педагогов среднего профессионального образования, аспирантов, магистрантов, студентов.

Материалы представлены в авторской редакции.

Редакционная коллегия:

О.А. Калимуллина, доктор педагогических наук, профессор, профессор РАО, заведующий кафедрой педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»

А.М. Галимов, доктор педагогических наук, профессор, проректор по учебной работе ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»

Ю.Н. Кузнецова, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»

Р.Р. Ахмадишина, лаборант кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»

СОСТОЯНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ НАУКИ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ПОВОЛЖСКОЙ ГАФКСИТ

Калимуллина Ольга Анатольевна

доктор педагогических наук, профессор, зав. кафедрой педагогики и
психологии ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСИТ», г.Казань

Рычкова Екатерина Сергеевна

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта
и туризма, г.Казань

e-mail: res1997@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются основные особенности студенческой науки в современном обществе. Указаны мотивационные факторы для занятий студентами научно-исследовательской работой. На примере Поволжской ГАФКСИТ рассмотрены механизмы научной работы студентов и их вовлечения в студенческую науку.

Ключевые слова: студенческая наука, физическая культура, учебно-исследовательская работа, научно-исследовательская работа, высшее образование.

STATE OF STUDENT SCIENCE IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT IN VOLGA REGION STATE ACADEMY OF PHYSICAL CULTURE, SPORT AND TOURISM

Kalimullina Olga Anatolyevna

doctor of pedagogical Sciences, Professor
Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism, Kazan

Rychkova Ekaterina Sergeevna

Masters, 9281M

Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport
and Tourism, Kazan

e-mail: res1997@yandex.ru

Abstract. The article discusses the main features of the student science in the modern society. Motivation factors for scientific-research work are given. On the example of Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism the mechanisms of student's science work and their involvement in this sphere was considered.

Key words: student science, physical culture, educational-research work, scientific-research work, higher education.

Сегодня институт высшего образования является показателем уровня научного, технического, социально-экономического и культурного прогресса.

Целью высшего образования становится не только самоопределение, самореализация личности, развитие общества и социальных групп, но и подготовка высококвалифицированных кадров и специалистов соответствующего профиля, что позволит обеспечивать экономический и социальный прогресс общества[1].

Важность научно-исследовательской работы среди студентов возросла в связи переходом на Болонскую двухступенчатую систему образования, предполагающую использование компетентностного подхода к обучению. Помимо того, что показатели научно-исследовательской работы студентов сегодня являются одним из важнейших индикаторов оценки эффективности работы кафедры и вуза в целом, компетенции, приобретаемые в процессе исследовательской работы, часто необходимы при приеме на работу.

Студенческая молодежь является той самой базой, от которой зависит здоровье будущих поколений. Помимо этого, ум молодого поколения наиболее гибкий, мышление нестереотипное, что позволяет быстро усваивать информацию и применять ее в жизни. Именно поэтому студенческая наука является перспективным направлением не только для вуза, но и для государства в целом.

Сегодня российские вузы используют два вида исследовательской работы со студентами: учебно-исследовательская работа студентов (УИРС) и научно-исследовательская работа студентов (НИРС).

К УИРС относятся курсовые работы, выпускные квалификационные работы, контрольные и лабораторные. УИРС является обязательной частью учебного процесса и оценивается по шкале, принятой в вузе. НИРС же – необязательная часть учебного процесса, проводящаяся в свободное от учебы время и носящая самостоятельный характер. К ней относятся различные конференции, публикации статей, олимпиады, конкурсы, работа в научных студенческих кружках.

По мнению кандидата социологических наук Коган Е.А., главным различием между двумя видами исследовательской работы со студентами является не только характер отношения к учебному процессу. НИРС требует не только высокий и качественный уровень написания работы, но и соответствия стандартам написания научных статей, публичной защиты перед экспертами[2]. Для этого необходимы знания, интеллектуальные и аналитические способности, заинтересованность, помощь научного руководителя или консультанта, а самое главное – мотивация и желание заниматься научной деятельностью.

Социологи и педагоги выделяют следующие виды мотивов к учебно-исследовательской работе студентов:

- Самореализация – возможность самовыражения, стремление к познанию, поиск себя в научной работе;
- Достижение успеха – стремление к достижению своих целей средствами научных поисков;

- Принадлежность к интеллектуальному сообществу – общение с педагогами и выдающимися учеными, работа в научных коллективах;
- Статус – получение высшего профессионального образования, желание получать высокую заработную плату, карьерный рост[3].

В рамках национального проекта «Наука» Российская Федерация должна оказаться в пятерке мировых лидеров по осуществлению научных исследований и разработок в областях, которые являются приоритетными в научно-технологическом развитии. Молодежь и молодые ученые в рамках нацпроекта «Наука» занимают одно из значимых положений. К 2024 году число исследователей в возрасте до 39 лет в общей численности должно увеличиться до 50%. Такие цифры говорят о необходимости развития студенческой и молодежной науки, в том числе в области здоровья.

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма по своей профессиональной направленности и главным образовательным, воспитательным и научным функциям находится в авангарде процесса вовлечения в занятия физической культурой и спортом современное молодое поколение. Образовательный процесс, общественные мероприятия, спортивные соревнования, научные конгрессы и конференции представляют собой синергию науки и практики, позволяющую профессионально решать поставленные руководством страны перед вузом задачи.

В 2019 году на кафедре педагогики и психологии под руководством профессора, доктора педагогических наук Калимуллиной О.А. был создан научный кружок. Изначально планировалось вовлечение только магистрантов кафедры педагогики и психологии, находящейся на факультете физической культуры, в научно-исследовательскую работу в области педагогики физической культуры и спорта. Но в процессе функционирования кружка интерес проявили магистранты из других факультетов – спорта и сервиса и туризма.

Работа кружка построена таким образом, что все участники (на данный момент их 34) получают информационную поддержку в форме рассылок бесплатных конференций с очным и заочным участием, а также имеют возможность публично защитить свою работу перед педагогическим составом кафедры и получить обратную связь о своих научных трудах. Таким образом, студенты увеличивают свою публикационную активность, получают опыт в выступлениях перед аудиторией.

Публикационная активность на сегодня составляет более 60 публикаций в научных журналах всероссийского и международного уровня у 21 участника кружка. Участники СНК, не имеющие на данный момент научных публикаций, также активно принимают участие в заседаниях СНК, занимаются определенными научными направлениями в рамках своих магистерских диссертаций.

Главными темами, затрагиваемыми в работах магистрантов, является здоровье и здоровый образ жизни население, педагогика избранных видов спорта, педагогика физической культуры и спорта средней школы и высших

учебных заведений. На базе Академии проводятся экспериментально-исследовательские работы, такие как педагогические тестирования, социометрия, анкетирование, позволяющие получить новые данные эмпирическим путем. Магистранты с других факультетов проводят эксперименты и тестирования по избранным видам спорта.

Кафедра проводит не только внутренние собрания для кружка, но и организует ежегодный международный конкурс педагогического мастерства «Векторы современной педагогической мысли в области физической культуры и спорта». Участники кружка вовлечены в организационный процесс, приобретая новые компетенции, а также готовят свои проекты, раскрывая аспекты своей педагогической деятельности.

Важным является мотивационный аспект научно-исследовательской деятельности. Студенты, обучающиеся на бюджетной форме обучения, имеют возможность получения дополнительной повышенной государственной академической стипендии. Учитывая то количество времени, которое затрачивается на написание работы, проведение исследовательской и экспериментальной части, материальные стимулы подкрепляют интерес к научно-исследовательской деятельности.

Таким образом, можно говорить об успешном дебюте деятельности научного кружка на кафедре педагогики и психологии. Помимо широкого вовлечения студентов-магистрантов в научно-исследовательскую деятельность, увеличивается публикационная активность, положительно сказывающаяся на индикаторы эффективности вуза, а также повышается интерес к таким важнейшим сферам жизни, как здоровье и здоровый образ жизни. Поволжская ГАФКСиТ становится всероссийской и международной площадкой для обмена научным опытом в этой сфере.

Список литературы:

1. Шиняева О.В., Акманаева Д.Х. Роль научной деятельности студентов в повышении функциональности российского высшего образования // Известия ВУЗов. Поволжский регион. Общественные науки. 2011. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-nauchnoy-deyatelnosti-studentov-v-povyshenii-funktionalnosti-rossiyskogo-vysshego-obrazovaniya> (дата обращения: 12.10.2020).

2. Коган Е.А. Проблема мотивации студентов, обучающихся на платной основе, к научно-исследовательской работе // Проблемы современного образования. 2018. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-motivatsii-studentov-obuchayuschih-sya-na-platnoy-osnove-k-nauchno-issledovatel'skoy-rabote> (дата обращения: 15.10.2020).

3. Матерова А. В. Мотивационный аспект совершенствования научно-исследовательской деятельности студентов технических специальностей // Вектор науки ТГУ. - 2010. - № 2 (2). - С. 84-87.

**РЕАЛИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА
СПОРТИВНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ВНЕАУДИТОРНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
МВД РОССИИ**

Романюк Владимир Станиславович

кандидат педагогических наук, доцент
ФГКОУ ВО «Казанский юридический институт Министерства
внутренних дел Российской Федерации», г. Казань
e-mail: rovlastt@mail.ru

Белоусова Анна Ивановна

студент
ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия
физической культуры, спорта и туризма», г. Казань
e-mail: bel_usan1@mail.ru

Аннотация. В статье актуализируется проблема воспитательного потенциала внеаудиторной деятельности курсантов вузов МВД России, осуществляемой в целях дополнительной физической подготовки будущих полицейских. Раскрывается понятие и сущность термина «потенциал», приводится характеристика его основных составляющих. Обозначены особенности и основные пути реализации воспитательного потенциала спортивно-ориентированной внеаудиторной деятельности курсантов в высшей школе МВД России. Приведены наиболее удачные примеры организации спортивно-ориентированной внеаудиторной деятельности курсантов, востребованные в образовательной практике Казанского юридического института МВД России.

Ключевые слова: воспитательный потенциал, спортивно-ориентированная внеаудиторная деятельность, курсанты образовательных организаций МВД России.

**REALIZATION OF EDUCATIONAL POTENTIAL OF SPORTS-
ORIENTED OUT-OF-AUDIENCE ACTIVITIES OF CADETS OF
EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL
AFFAIRS OF RUSSIA**

Vladimir S. Romanyuk

Associate Professor
FSKOU VO «Kazan Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of the
Russian Federation», Kazan
e-mail: rovlastt@mail.ru

Anna I. Belousova

Volga State Academy physical culture, sports and tourism ", Kazan

ФОРМИРОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ СЧАСТЬЯ У МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ

Рычкова Екатерина Сергеевна

Магистрант гр.9281М

ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ», г. Казань

e-mail: res1997@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматривается счастье как важная составляющая категории качества жизни и ментального здоровья. Описаны основные особенности состояния счастья для молодых женщин. Предлагается фитнес методика, способная формированию устойчивого состояния счастья у женщин. Приведены результаты опроса.

Ключевые слова: качество жизни, счастье, фитнес, здоровье, гормоны счастья.

ACHIEVING FEMALE HAPPINESS IN THE PROCESS OF FITNESS TRAINING

Rychkova Ekaterina Sergeevna

Masters, 9281M

Volga Region State Academy of Physical Culture, Sport
and Tourism, Kazan

e-mail: res1997@yandex.ru

Abstract. The article examines happiness as a vital component of the category of quality of life and mental health. The description of the main features of the state of female happiness is provided. A fitness technique is proposed that is capable of forming a stable state of female happiness. The results of a survey are presented.

Key words: quality of life, happiness, fitness, health, happiness hormones

В условиях ускорения темпов жизни в большом городе возникает необходимость повышения качества жизни населения, так как растет уровень стрессовой нагрузки. Если роль мужчины в современном обществе остается стабильной, то женщина начинает реализовать себя иначе – она становится все более активным субъектом социальной деятельности, постепенно приобретая новые социальные роли, помимо материнства и супружества. В экономических отношениях женщина теперь становится равной мужчине.

Социальное положение женщины на современном этапе развития общества напрямую или опосредовано отражают состояние всех сфер жизни, а также факторов общественного социоэкономического уровня [1]. Эволюция рыночных социально-экономических отношений делает необходимым более

подробное изучение и регулирование таких социальных категорий, как здоровье и качество жизни.

Понятия «здоровье» и «качество жизни» являются междисциплинарными на стыке социологии, психологии, педагогики, медицины и других научных областей. Именно поэтому в науке не существует единого определения данных категорий.

Наиболее распространенным представлением о качестве жизни является степень удовлетворенности человека своим физическим, психологическим, социальным и духовным благополучием. Исследования качества жизни человека тесно связаны с субъективным пониманием счастья и благополучия. Сама категория качества жизни является динамической структурой, зависящая от конкретных обстоятельств жизни человека и его субъективного восприятия условий[2].

Важным в изучении качества жизни является счастье. Так как статья посвящена исследованию качества жизни женщин, рассмотрим содержательную сторону счастья для женского пола. Как пишет психолог Джидарьян И.А, женское счастье является более ситуативным и изменчивым[3]. Это связано с исторически сложившимися условиями, при которых самочувствие женщины зависит от эмоциональных контактов и межличностных отношений, формируемых с детства. К ним относятся установки о зависимости женщины от мужчин и о «слабости» женского пола. Счастье для женщин является более конкретной сущностью, что позволяет создать необходимый механизм по его достижению. Исходя из этих тезисов, можно сделать вывод, что качество жизни (или, другими словами, удовлетворенность женщиной своей жизнью) для женщин является вполне четким понятием, но субъективным.

На уровне биохимическом, состояние счастья можно описать как выброс четырех гормонов: дофамина, эндорфина, серотонина, окситоцина. Биохимический состав эндорфинов почти идентичен морфину. Если у человека много эндорфинов, он всегда полон сил, энергии, оптимизма и чувствует себя абсолютно счастливым. Если мало, он становится апатичным, и ему кажется, что он несчастнейший человек на свете[4]. При выработке гормонов счастья, организм на физиологическом уровне запоминает это состояние и «подсаживается» на него. Вышеперечисленные гормоны вырабатываются при употреблении сладкого, достижении успеха, состоянии влюбленности, выполнении субъективно любимых дел, а также при занятиях физической активностью.

Стоит отметить, что речь в данном случае идет не о профессиональном спорте, а о физической культуре. Известно, что чрезмерные физические нагрузки повышают уровень стресса в организме, что сопровождается увеличением числа случаев перенапряжения сердечно-сосудистой системы.

По исследованию TNS, проведенному по заказу компании «Nike», примерно 50% женщин в возрасте от 16 до 30 лет регулярно самостоятельно занимаются спортом. Фитнес является одним из самых популярных занятий в

том числе и в России, что говорит о важности данной сферы тренировочного процесса в жизни современной молодой женщины. Фитнес-тренировки не только могут помочь решить женщине проблемы с сердечно-сосудистой системой, опорно-двигательным аппаратом. Сегодня фитнес является одним из способов регулирования психоэмоционального и психофизиологического состояния.

Мы считаем, что разработанная нами фитнес методика положительно скажется на формировании у женщин ощущение счастья, что в последствии повысит уровень удовлетворенности молодых женщин своей жизнью (повысит качество жизни). Мы утверждаем, что формирование состояния должно проходить комплексно и заключаться не в механическом применении гормонов стресса адреналина и кортизола по назначению (трата энергии и защита от истощения). На наш взгляд, необходимо сначала «высвободить» энергию, нормализуя уровень гормонов стресса в организме, затем расслабить организм на мышечном уровне и только в конце тренировочно-оздоровительного процесса работать с физиологическими и психоэмоциональными состояниями, вырабатывая гормоны счастья.

Методики организации занятий строятся в зависимости от состояния здоровья женщины, её образа жизни, сферы трудовой деятельности, а также целей и задач занятий фитнесом. Общим подавляющего большинства фитнес-технологий является не нацеленность на достижение спортивных результатов, а рекреация, реабилитация и образование. Важное место в фитнес-технологиях занимает диагностика состояния женщины, что входит в обязанность фитнес-тренера.

Существующие на сегодняшний день методики организации оздоровительно-тренировочного процесса чаще всего базируются на одной конкретной технологии проведения тренировок [5]. Групповые занятия, как правило, имеют только одну направленность: стретчинг, йога, силовые тренировки, боди-балет, функциональный тренинг и т.д.

Разработанная нами фитнес технология позволяет учитывать индивидуальные состояния женщины в процессе групповых тренировок. В программу тренировок входят не только классические фитнес элементы, но и техники, заимствованные из йоги, бодифлекса, стрейчинга, миофасциального релиза (МФР) и лечебной физической культуры (ЛФК), не противоречащие концепциям фитнес тренировок. Педагогический мониторинг и тестирования в тренировочно-оздоровительном процесса позволяет тренеру быть мобильным и быстро реагировать на изменения состояний женщин.

На первом этапе нашего исследования мы провели опрос в форме анкетирования среди молодых женщин, регулярно занимающихся по нашей методике. Выборка составила 40 девушек в возрасте от 18 до 30 лет, которые занимают активную жизненную позицию, совмещают работу с учебой или семейной жизнью. Более половины респондентов отмечают, что до занятий их физическое состояние было удовлетворительным (66,7%) и лишь пятая часть говорят о хорошем или отличном состоянии физического самочувствия.