

В.А. ГРОШЕВ
В.В. ПОНОМАРЕВ

**КЕРЛИНГ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА:
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**



Красноярск, 2014

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Сибирский государственный технологический университет»

В.А. ГРОШЕВ
В.В. ПОНОМАРЕВ

**КЕРЛИНГ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА:
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**

Утверждено редакционно-издательским советом СибГТУ в качестве
монографии

Грошев В.А., Пономарев В.В. Керлинг в физическом воспитании студентов вуза: теоретические и практические основы. – Красноярск: СибГТУ, 2014. – 160 с.

В монографии раскрыты теоретические и практические основы формирования мотивации студентов на занятия керлингом.

В первой главе монографии раскрыты общепедагогические и социальные аспекты культивирования нетрадиционных видов спорта в физическом воспитании студентов вуза.

Во второй главе подробно раскрыта структура и содержание педагогического процесса физического воспитания студентов на основе занятий керлингом.

Монография предназначена для научных работников, преподавателей и специалистов высшей школы. Результаты работы можно широко использовать в учебных заведениях страны.

Рецензенты: д-р пед. наук, проф. Л.К. Сидоров
(Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева);

к-т. пед. наук, доц. А.Н. Савчук
(Красноярский государственный педагогический
университет им. В.П. Астафьева).

© Грошев В.А., Пономарев В.В., 2014

© ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный технологический университет», 2014.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	6
Глава 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ КУЛЬТИВИРОВАНИЯ НЕТРАДИЦИОННЫХ ВИДОВ СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА.....	11
1.1.Общепедагогические и социальные аспекты культивирования нетрадиционных видов спорта в физическом воспитании студенческой молодежи.....	12
1.2.Двигательная активность и ее физиологические механизмы поддержания физической и умственной работоспособности студентов в вузе.....	19
1.3. Историко-педагогические аспекты становления и развития керлинга в мире и в России.....	28
Глава 2. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ И РАЗРАБОТКА СОДЕРЖАНИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ СТУДЕНТОВ ИГРЕ В КЕРЛИНГ.....	46
2.1. Задачи, методы и организация исследования.....	46
2.2. Актуализация физического воспитания студентов в вузе на основе культивирования занятий керлингом.....	54
2.3. Содержание организационно-игровых и базовых тактико-технических действий студентов в процессе занятий керлингом	64
2.4.Теоретическое обоснование и разработка содержания экспериментальной методики тренировки студентов игре в керлинг.....	81
2.5. Структура и содержание опытного организационно-педагогического процесса реализации экспериментальной методики тренировки студентов игре в керлинг в вузе.....	92
2.6. Теоретический и математико-статистический анализ результатов опытно-экспериментальной работы.....	108
ВЫВОДЫ.....	123

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	125
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	126
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	143

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В настоящее время продолжается процесс интеграции России в Европейское образовательное пространство. В то же время многие образовательные направления и популярные спортивно-оздоровительные формы культивируемые в ведущих Европейских вузах не получили своего внедрения и признания в вузах России.

Среди основных особенностей функционирования физической культуры и спорта в вузе, это ее важная роль в самоутверждении и самореализации студенческой молодежи в период получения высшего образования, как важнейшей социальной ценности, в удовлетворении двигательной потребности и формировании общественно-активной личности. В тоже время для российских студентов занятия спортом, направлены, прежде всего, на достижение физического (спортивного) результата, в зарубежных вузах студенты предпочитают получать от занятий физической культурой и спортом комфорт, удовлетворение личностно-физических потребностей, общение с друзьями и т.д. (П.Д. Дрон, Л.И. Лубышева, В.В. Пономарев и др.).

Занятия спортом для европейских студентов является важной составляющей личностного имиджа и социального статуса. В зарубежных вузах среди студенческой молодежи культивируются различные современные формы и виды физических упражнений для спортивного досуга: софтбол, гольф, дартс, крокет, армреслинг, серфинг и др. В том числе особой популярностью в Европе и в Мире среди студентов пользуются занятия керлингом (К.Ю. Задворнов, Е.А. Изотов, М.С. Мельников, Е.В. Конева, И.В. Пешкова и др.).

Как показывает практика, социальный заказ государства на физически крепких будущих специалистов не всегда согласуется с истинным уровнем их здоровья, мотивации студентов на формирование личностной культуры занятия массовыми видами спорта и т.д. Подготовка компетентных специалистов и в тоже время физически крепкой и спортивной молодежи,

является основной целью образовательного процесса современной высшей школы (А.В. Лотоненко, В.В. Пономарев, Л.И. Лубышева и др.).

Наиболее продуктивной формой организации физического воспитания современных студентов вуза являются занятия в спортивных секциях, где молодежь в свободное от учебы время может успешно реализовать свой индивидуальный двигательный потенциал, формировать спортивную культуру, повышать физическую и умственную работоспособность (Н.В., Арнст, С.А. Дорошенко, А.Ю. Григорьев, Л.И. Лубышева, В.К. Бальсевич).

В ходе анализа учебно-методической и научно-исследовательской литературы были выделены следующие противоречия между:

- необходимостью дальнейшего вхождения в Европейское спортивно-оздоровительное пространство студенческой молодежи страны и недостаточной научно-образовательной и материально-технической готовностью вузов России к данной интеграции;

- необходимостью укрепления и поддержания физического здоровья студентов через различные внеучебные организационные формы и технологии и недостаточной эффективностью использования потенциала Европейских молодежных двигательных культур и популярных видов спорта в современном физическом воспитании студентов вузов страны;

- между необходимостью проектирования современных молодежных массовых видов спорта в физическом воспитании студентов вуза и недостаточной разработанностью организационно-педагогических условий вузов для культивирования разнообразных современных спортивных технологий и двигательных культур среди молодежи;

- между необходимостью проектирования современных молодежных видов спорта для массовых занятий студентов в вузах и недостаточной разработанностью организационно-педагогических условий и материально-технической готовностью вузов для их культивирования;

- необходимостью культивирования занятий керлингом студентов вуза и недостаточной научной разработанностью программно-методического обеспечения данного процесса.

Выявленные противоречия позволили обозначить проблему исследования: поиск и разработка эффективных организационно-педагогических условий культивирования спортивных занятий керлингом студентов вуза во внеучебное время.

Обозначенная проблема определила цель исследования, которая заключается в теоретическом обосновании и разработке методики тренировки студентов в керлинге во внеучебное время на начальном этапе спортивной подготовки и проверка ее эффективности в педагогическом эксперименте.

Необходимость разрешения поставленной цели и обусловила выбор темы исследования: «Методика тренировки студентов игре в керлинг на начальном этапе спортивной подготовки в вузе».

Методологической основой и теоретической базой исследования стали: педагогические теории физического воспитания студентов вуза (Л.П. Матвеев, В.Л. Филин, В.И. Ильинич, Г.С. Туманян, В.В. Пономарев, М.Я. Виленский, и др.; современные данные о проблемах здоровья студенческой молодежи (Г.Н. Гончарова, Г.Л. Апанасенко, А.Г. Щедрина, Р.И. Айзман, В.В. Колбанов и др.), спортивно-образовательные и оздоровительные технологии физического воспитания студенческой молодежи (В.В. Пономарев, В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, И.В. Манжелей, В.Г. Шилько, Л.В. Лотоненко, С.А. Дорошенко, В.И. Стручков и др.); современные фитнес-технологии (Т.В. Василистова, В.В. Пономарев, Л.Г. Диско, Е.В. Бондаренко, Е.В. Дворкина и др.)

Для решения задач исследования были сформированы следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования; анкетирование, интервьюирование, беседа, опрос, медицинское обследование, педагогические наблюдения, педагогический

эксперимент, тестирование общей физической подготовленности студентов, тестирование специальной физической подготовленности студентов, тестирование технической подготовленности, математико-статистический анализ результатов педагогического эксперимента.

В данной работе рассматривались и разрабатывались следующие научно-теоретические положения:

1. Программное обеспечение методики тренировки студентов в керлинге, включающее следующие теоретические и практические блоки: общетеоретический (общие понятия, терминология, исторические этапы развития и становления керлинга как вида спорта за рубежом и в нашей стране), методические основы проведения занятий по керлингу среди студентов вуза, специальная физическая подготовка, диагностический (содержание и этапы контроля и коррекции результатов культивирования занятий керлингом студентов) общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, техническая подготовка, психологическая подготовка, соревновательная деятельность.

2. Методика тренировки студентов в керлинг, содержащая следующие учебно-тренировочные этапы:

1-й этап – информационно-подготовительный (сентябрь-октябрь, 1 курс), направленный на знакомство студентов с керлингом через различные педагогические формы и последующая мотивация молодежи на занятия данным видом спорта;

2-й этап – общебазовый (ноябрь-май, 1 курс), на данном этапе осуществляется общая физическая и специальная физическая подготовка студентов на начальных этапах занятий керлингом, выявляются общие двигательные способности для тренировки игры в керлинг, разрабатывается коррекционный план подготовки студентов для продуктивных занятий керлингом, формируются начальные специально-технические двигательные действия для занятий керлингом и др.;

3-й этап – специально-технический (сентябрь-май), второй курс, на данном этапе у студентов закладываются специальная физическая готовность, техническая, тактическая и другие виды подготовки;

4-й этап – соревновательно-закрепляющий, третий курс, студенты более углубленно совершенствуют специально-физическую и техническую подготовленность, проводятся различные контрольные тесты, организуются соревнования внутри группы, студентам присваиваются спортивные разряды в зависимости от выполнения классификационных норм и др.

3. Диагностика результатов спортивных занятий керлингом студентов вуза включающая следующие блоки тестов для оперативного, текущего и итогового контроля: общая физическая подготовка (сентябрь, декабрь и май), специальная физическая подготовка (декабрь, май), техническая (декабрь, май), мотивационно-психологическая подготовка (сентябрь, май) молодежи в процессе учебно-тренировочных занятий керлингом во внеучебное время.