фирм, расположенных в одной области выпускающие производственные товары для населения. Сам процесс производства, потребление природных ресурсов ухудшают состояние окружающей среды, поэтому фирмы должны непрерывно обращать внимание на ее состояние, так как это, по условиям игры, как и в реальной жизни, прямым и косвенным образом влияет на уровень их доходов. Игра проходит в несколько этапов, каждый этап это один финансовый год, в начале каждого из которых озвучиваются заранее подготовленные условно возникшие ситуации, и каждая фирма должна принять решения в рамках этой ситуации. По итогам каждого года составляется сводная ведомость п двум показателям, это финансовое состояние фирмы и экологическое состояние. После подведения итогов, необходимо акцентировать учащихся на том факте, что восстановление использованных природных ресурсов просто необходимо, а также, что сам процесс производства должен становиться более экологическим.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, экологизация школьного экономического образования, будет способствовать не только формированию экологического мышления, но и формированию у учащихся собственных мнений, убеждений, принципов по отношению к экологическим явлениям. Использование разнообразных форм и методов в процессе обучения, позволяют перевести процесс обучения в конструктивный диалог направленный на воспитание бережного отношения к природе, формированию экологической культуры.

ЛИТЕРАТУРА

1. Чикинева И.В. Педагогические условия формирования экологической культуры старшеклассников / И.В. Чикинева, Е.Е. Лутовина // Проблемы современного педагогического образования. – 2014. – № 60-1. – С. 378–381.
2. Якунина Е.К. Экологизация как условие развития экономики / Е.К. Якунина // Теория и практика современной науки. – 2017. – № 1 (19). – С. 1040–1044.
3. Загитова Г.С. Экологическое страхование / Г.С. Загитова, А.И. Хованская // Аллея наук. – 2018. – Т.8., № 11 (27). – С. 406–409.

REFERENCES

1. Chikeneva, I.V. and Lutovina, E.E. (2014), “Pedogogical conditions for formation of ecological culture of the old schools”, *Problems of modern teacher education*, No. 6-1, pp. 378–381.
2. Yakunina, E.K. (2017), “Greening as a condition for economic development”, *Theory and practice of modern science*, No. 1(19), pp. 1040–1044.
3. Zagitova, G.S. and Hovanskaya, A.I. (2018), “Environmental insurance”, *Alley of Sciences*, Vol. 8, No. 11 (27), pp. 406–409.

Контактная информация: swetl.lanina@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 22.03.2021

УДК 796.08

ВЛИЯНИЕ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ К СДАЧЕ НОРМАТИВОВ ГТО

***Татьяна Александровна Леонова**, студент, **Ольга Александровна Снимщикова**, старший преподаватель, **Евгений Анатольевич Мазуренко**, старший преподаватель, **Наталья Петровна Фёдорова**, старший преподаватель, Кубанский государственный технологический университет, Краснодар*

Аннотация

В статье рассмотрена проблема, связанная с недостаточным уровнем общего физического развития спортсменов, занимающихся командными видами спорта. Цель исследования: получение

количественных показателей оценки физического состояния спортсменов, занимающихся волейболом и баскетболом. В исследовании принимали участие 30 юношей и 30 девушек. Оценка уровня физической подготовки проводилась на основании Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Результаты проведенного исследования показали, что спортсмены, занимающиеся командными видами, имеют высокий уровень развития физических качеств и успешно сдают большинство нормативов комплекса ГТО. Были выявлены слабые стороны физических показателей спортсменов и предложен комплекс физической подготовки для их улучшения.

Ключевые слова: показатели развития физических качеств, ГТО, спортивная специализация, баскетбол, волейбол, общая физическая подготовка.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.4.p260-264

INFLUENCE OF TEAM SPORTS ON THE PHYSICAL READINESS FOR THE RELEASE STANDARDS GTO

***Tatyana Aleksandrovna Leonova**, the student, **Olga Aleksandrovna Snimshhikova**, the senior teacher, **Evgeniy Anatolevich Mazurenko**, the senior teacher, **Natalya Petrovna Fedorova**, the senior teacher, Kuban State Technological University, Krasnodar*

Abstract

The article deals with the problem associated with the insufficient level of general physical development of athletes involved in team sports. Purpose of the research: obtaining quantitative indicators for assessing the physical condition of athletes involved in volleyball and basketball. The study involved 30 boys and 30 girls. The assessment of the level of physical fitness was carried out on the basis of the All-Russian physical culture and sports complex "GTO". The results of the study showed that athletes involved in team sports have a high level of development of physical qualities and successfully pass most of the standards of the GTO complex. Were identified the weaknesses of the physical indicators of athletes and proposed a complex of physical training to improve them.

Keyword: indicators of development of physical qualities, GTO complex, sports specialization, basketball, volleyball, general physical fitness.

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы в РФ набирает популярность программа Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Для того чтобы получить знак ГТО необходимо успешно сдать определенные нормативы, а для этого необходимо быть физически подготовленным, всесторонне и гармонически развитым человеком [2].

Занятие разными видами спорта предполагает совершенствование различных физических качеств, в то время как развитию общей физической подготовки нередко уделяется недостаточно внимания. Каждый вид спорта – узкая специализация, вследствие чего нельзя говорить о полноценном развитии организма спортсмена. Это повышает вероятность получения травм и влияет на устойчивое развитие его организма.

Наилучшим способом оценки уровня общей физической подготовки является сдача нормативного комплекса «Готов к труду и обороне». Он позволяет объективно оценить уровень развития всех физических качеств человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость. Такая оценка позволяет выявить недостатки в физической подготовке спортсменов различных направлений и принять меры по их устранению.

Целью исследования являлось сравнение и анализ физического развития спортсменов, занимающихся в волейбольных и баскетбольных секциях.

Задачи исследования: организация сдачи спортсменами контрольных нормативов ГТО; оценка результатов сдачи контрольных нормативов; анализ результатов и выявление уязвимых физических качеств.

Для решения поставленных задач использовались методы:

– анализ научно-методических и специальных литературных источников;

– спортивно-педагогическое тестирование;
– математическая обработка и анализ результатов исследования.

В исследовании приняли участие 30 юношей и 30 девушек, которые на протяжении 2-х лет занимались только одним видом спорта: волейболом или баскетболом.

Важность исследования заключается в том, что студент, выбрав спортивную специализацию по физической культуре должен на каждом занятии не просто играть в волейбол и баскетбол, а выполнять комплекс упражнений, способствующий физическому развитию.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В таблицах 1 и 2 представлены средние результаты экспериментальных исследований сдачи нормативов юношами и девушками, занимающимися баскетболом и волейболом.

Таблица 1 – Средние результаты сдачи нормативов юношами

№	Спортсмены / Норматив	Баскетболисты	Волейболисты
1	Бег на 100 м (с)	12,9	12,8
2	Бег на 3000 м (мин, с)	11,40	13,25
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	18	15
4	Наклон вперед стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+6	+8
5	Челночный бег 3х10м (с)	6,9	7,4
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	242	245
7	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	39	38
8	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	40	37
9	Плавание на 50 м (мин, с)	1,18	1,05

Таблица 2 – Средние результаты сдачи нормативов девушками

№	Спортсмены / Норматив	Баскетболисты	Волейболисты
1	Бег на 100 м (с)	15,8	15,6
2	Бег на 2000 м (мин, с)	10,48	12,40
3	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	18	17
4	Наклон вперед стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+9	+14
5	Челночный бег 3х10 м (с)	7,9	8,6
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	205	202
7	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	23	21,5
8	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	38	35
9	Плавание на 50 м (мин, с)	1,2	1,17

В ходе проведения спортивного тестирования были получены следующие результаты:

Результаты бега на короткую дистанцию (100 м) практически идентичны и у юношей, и у девушек, занимающихся обоими видами спорта, и соответствуют золотому значку ГТО. В то время как в беге на длинную дистанцию (3 км у юношей и 2 км у девушек) спортсмены, занимающиеся волейболом, значительно уступают баскетболистам.

При выполнении норматива челночный бег лучше себя показали баскетболисты – средний тест выполнен на золотой знак, в то время как у волейболистов на серебряный.

Также спортсмены отлично показали себя в силовых упражнениях – подтягивание на перекладине и метание спортивного снаряда. Средние значения нормативов соответствуют золотому значку, однако следует отметить, что результаты спортсменов секции баскетбола немного превосходят результаты волейболистов.

Значительно хуже у спортсменов обоих категорий развита гибкость. Норматив «наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамье» был выполнен юношами

и девушками баскетболистами только на бронзовых знак, в то время как волейболисты смогли получить результат, соответствующий серебряной награде.

Норматив «прыжок в длину с места толчками двумя ногами» был выполнен всеми участниками на высшую награду. Следует отметить, что у юношей это испытание удалось лучше баскетболистам, в то время как среди девушек лучшее среднее значение было получено волейболистами.

В поднимании туловища из положения лежа на спине лучших результатов удалось достичь баскетболистам, однако все спортсмены смогли сдать норматив лишь на серебряный знак.

Последний тест, плавание, был выполнен участниками хуже всего. Результат, соответствующий награде смогли получить только юноши волейболисты – бронза.

ВЫВОДЫ

Оценивая результаты исследования можно сделать вывод о том, что спортсмены, занимающиеся командными видами, имеют высокий уровень развития физических качеств и успешно сдают большинство нормативов комплекса ГТО. Однако большее внимание следует уделять развитию таких физических качеств как гибкость и выносливость.

Для достижения наивысших результатов требуется организация специальной подготовки, учитывающей специфику проявления определенных физических качеств и требований к процессу их развития [1]. Учитывая, что большую часть времени на поле игрок проводит без мяча, все ключевые физические качества, к которым, прежде всего, можно отнести быстроту, координацию движений и скоростно-силовые качества, необходимо развивать в рамках общей и специальной физической подготовки [3].

Для улучшения показателей необходимо включение в учебно-тренировочный процесс специальных средств подготовки: бег на длинные дистанции; выполнение упражнений с весом; упражнения, отягощенные весом собственного тела; упражнения с использованием тренажерных устройств общего типа, а также уделять больше внимания средствам основной гимнастики.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сравнительный анализ выполнения нормативов ВФСК «ГТО» студентами, занимающимися различными видами спорта / Н.Б. Кан, А.И. Андрейченко, А.Ю. Николаев, Н.М. Ахтемзянова // Студенческий спорт: состояние и перспективы развития. Сборник материалов Региональной научно-практической конференции. – Сургут, 2018. – С. 22–24.

2. Столбов, А.Н. Подготовка студентов к сдаче нормативов комплекса ГТО на примере специализации баскетбол / А.Н. Столбов, В.Б. Пластинина, Ю.А. Шестаков // Заметки ученого. – 2018. – № 2 (27). – С. 44–47.

3. Шаргави, А.Ш. Анализ физической подготовленности юных футболистов на соответствие нормативным требованиям федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол / А.Ш. Шаргави, П.К. Петров // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2017. – Т. 27., № 4. – С. 491–495.

REFERENCES

1. Kan, N.B., Andrejchenko A.I., Nikolaev A.YU. and Ahtemzyanova N.M. (2018), “Comparative analysis of the performance of the standards of the All-Russian Sports School "GTO" by students involved in various sports*”, Student sports: state and development prospects, collection of materials of the Regional Scientific and Practical Conference*, Surgut, pp. 22–24.

2. Stolbov, A.N., Plastinina, V.B. and Shestakov YU.A. (2018), “Preparing students for passing the standards of the GTO complex on the example of basketball specialization”, *Scientist Notes*, No. 2, pp. 44-47.

3. Shargavi, A.Sh. and Petrov, P.K. (2017), “Analysis of physical fitness of young football players for compliance with the regulatory requirements of the federal standard of sports training in the sport of football”, *Bulletin of the Udmurt University. Philosophy Series. Psychology. Pedagogy*, Vol. 27, No. 4,

pp. 491–495.

Контактная информация: tatyanka2000@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 07.04.2021

УДК 378.147

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ ОНЛАЙН-КУРСОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС СТУДЕНТОВ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

***Анна Юрьевна Липовка**, кандидат педагогических наук, доцент, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; **Татьяна Валерьевна Бушма**, кандидат педагогических наук, доцент, **Елена Георгиевна Зуйкова**, кандидат педагогических наук, доцент, **Александр Андреевич Моха**, кандидат педагогических наук, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого; **Владимир Петрович Липовка**, доктор педагогических наук, профессор, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург*

Аннотация

Современные инновационные процессы не стоят на месте, дистанционное обучение на основе адаптируемых онлайн-курсов и учебных программ рассматривается не только как современный подход к самообразованию, но и как равный по возможностям традиционному образованию, способ дать студенту глубокие знания. Создание онлайн-курсов и проведение практических и лекционных занятий на дистанционных платформах предполагает наличие информационной системы в вузе, и предъявляет определенные требования к преподавателю и студенту. Введение. Реализация системы онлайн-курсов в образовательном процессе студентов актуальна, так как позволяет разнообразить интерактивную форму учебных и самостоятельных занятий, углубиться в тематику изучаемого курса, скорректировать индивидуальную траекторию обучения студента. Цель исследования: Провести анализ эффективности онлайн-курсов, как способа планомерного получения знаний студентами заочной формы обучения. Методика и организация исследования. Анализ, сравнение, обобщение данных, методы математической статистики. Исследование проводилось на базе НГУ им. П.Ф. Лесгафта. В исследовании приняли участие 332 студентов заочной формы обучения (бакалавриат и магистратура). Результаты исследования и их обсуждение. Для студентов заочной формы обучения бакалавриата реализованы онлайн-курсы: «Физическая культура и спорт» (72 часа – 2 з.е.); «Теория и методика физической культуры» АФК (144 часа – 4 з.е.). Для студентов магистратуры заочной формы обучения реализован онлайн-курс «Актуальные проблемы научных знаний о спорте» (216 часов – 6 з.е.). Результативность обучения на онлайн-курсах обусловлена получением аттестации по дисциплинам большинства студентов, проходивших обучение. Выводы. 1. Разработанная и реализованная в учебном процессе система онлайн-курсов в НГУ им. П.Ф. Лесгафта для студентов заочной формы обучения различных направлений подготовки позволила перейти к организации активной самостоятельной работы обучающихся, что положительно отразилось на персональных результатах обучения. 2. Используемая система показывает достаточно высокую результативность применения дистанционных технологий по данным дисциплинам. 3. Результаты исследования позволили рассматривать систему онлайн-курсов как мощный образовательный ресурс в изучении вузовских предметов, а также выявили необходимость систематической работы по повышению квалификации преподавателей в области внедрения активных педагогических технологий с использование современных телекоммуникационных систем связи.

Ключевые слова: дистанционное обучение, дисциплина, онлайн-курс, заочное обучение.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.4.p264-269

EFFECTIVENESS OF IMPLEMENTATION OF ONLINE COURSES IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF STUDENTS OF DISTANCE LEARNING

Anna Yurievna Lipovka**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg; **Tatyana Val-