



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

Министерство спорта Российской Федерации
Министерство спорта Республики Саха (Якутия)
ФГБОУ ВПО "Чурапчинский государственный институт
физической культуры и спорта"

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Материалы
Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием,
посвященной 90-летию Н.Н. Тарского

11 июля 2014 г., с. Намцы, Республика Саха (Якутия)



СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ
НАРОДОВ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

НАМЦЫ 2014



Министерство спорта Российской Федерации
Министерство спорта Республики Саха (Якутия)
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта»



Актуальные вопросы развития физической культуры и массового спорта на современном этапе

Материалы Всероссийской научно-практической конференции с
международным участием, посвященной 90-летию Н.Н. Тарского

Республика Саха (Якутия), с. Намцы, Чурапчинский государственный институт
физической культуры и спорта, 11 июля 2014 г.

УДК 796

ББК 75

А 437

Научный редактор: Гуляев Михаил Дмитриевич, министр спорта Республики Саха (Якутия), доктор педагогических наук, профессор.

Редакторы: Готовцев И.И., ректор ФГБОУ ВПО «ЧГИФКиС», к.п.н., профессор; Криворученко Е.В., канд. наук по ФВиС, доцент, проректор по научной работе; Николаева А.М., методист НИЛ.

А 437

Актуальные вопросы развития физической культуры и массового спорта на современном этапе. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 90-летию Н.Н. Тарского. Республика Саха (Якутия), с. Намцы, Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта, 11 июля 2014 г. [Электронный ресурс] / под ред. проф. М.Д. Гуляева. – Электрон. текст. дан. (1 файл 4 Мб). – Киров: МЦНИП, 2014. – 437 с. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – ISBN 978-5-00090-013-0. – Загл. с этикетки диска.

В сборнике представлены материалы научно-практической конференции, посвященной теоретическим, научно-методическим и практическим вопросам физической культуры и массового спорта; затрагиваются проблемы формирования здорового образа жизни, научно-методического обеспечения подготовки спортсменов, управления и организации массового спорта на современном этапе и др.

Материалы сборника могут быть использованы в научной и учебной деятельности студентами, магистрантами, аспирантами, а также тренерами в практической деятельности.

ISBN 978-5-00090-013-0

Статьи публикуются в авторской редакции. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов

Перепечатка материалов сборника осуществляется по разрешению редакционной коллегии

© ФГБОУ ВПО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта», 2014.
© МЦНИП, 2014.

Пестрякова А.С. Паспорт здоровья как комплексный системный подход	132
Портнягин И.И., Друзьянов И.И. Интеллектуальное развитие школьников-спортсменов	136
Прокопьев В.Н. Рациональный режим дня как основа здорового образа жизни.....	143
Цандыков В.Э. Калмыцкая национальная борьба в тематическом курсе «Национальные виды единоборств народов России»	147
Штуккерт А.Л. Метод «цветовых ассоциаций» как показатель стилей воспитания в спортивной семье	152
Раздел 3. Массовый спорт как социальное и культурное явление.....	159
Бармин А.Г. Массовый спорт как социальное и культурное явление ..	160
Гаврилова В.А. Спорт как мягкая сила государства	165
Куприянов А.А., Иванов Н.С. Инновационные подходы в создании спортивного вида единоборств «Хапсай».....	167
Ляшенко В.Н. Массовый спорт и здоровый образ жизни	171
Пасюков П.Н. Проект «Мяч дружбы» в дошкольном образовании.....	174
Трофимова П.Н., Тарасов А.Е., Черкашин И.А. Экологический туризм как массовый отдых для населения.....	180
Раздел 4. Научное и методическое обеспечение подготовки спортсменов, организации и методики физической культуры и массового спорта	185
Аргунова А.П., Осипов П.А. Изучение опыта организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего дошкольного возраста..	186
Бражаев В.С., Задков Ф.Г., Борисов А.Н. Некоторые методики пищевого рациона спортсменов в зависимости от фазы учебно-тренировочного процесса.....	190
Брук Т.М., Терехов П.А., Косорыгина К.Ю. Отставленный эффект курсового нили по показателям анаэробной работоспособности спортсменов-велосипедистов.....	196

МАССОВЫЙ СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Ляшенко В.Н., канд. наук по физ. восп. и спорту, старший преподаватель
КАФЕДРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Украина г. Киев, Киевский университет имени Бориса Гринченка

В современном мире, учитывая напряженные условия повседневной жизни, ухудшающуюся экологию и возрастающее количество заболеваний сердечно-сосудистой системы, необходимым условием укрепления здоровья и творческого долголетия, являются занятия физической культурой, которые противостоят нежелательным воздействиям на организм современного производства.

Занимаясь различными видами массового спорта можно не только укрепить здоровье, улучшить физическую подготовленность, но и активно отдохнуть, решая при этом такие задачи как: повышение функциональных возможностей отдельных систем организма; повышение общей и профессиональной работоспособности, а также овладение жизненно необходимыми умениями и навыками для достижения физического совершенствования[3].

Ко многим элементам массового спорта, таким как бег, прыжки, спортивные игры, значительная часть молодежи приобщается еще в школьные годы, и с энтузиазмом продолжает заниматься в студенческих коллективах, не смотря на то, что это требует регулярных занятий и тренировок.

Немаловажным моментом для внедрения физической культуры и спорта в ежедневную жизнь населения состоит в том, чтобы сформировать у граждан, особенно в детском возрасте, осознанную потребность в физическом совершенстве.

Культурная привычка к ежедневным физкультурно-спортивным занятиям, являющаяся основой здорового образа жизни, должна вырабатываться в раннем дошкольном возрасте, и закрепляться в школе, других учебных заведениях. Решение этой проблемы требует проведения занятий с детьми в эмоционально-игровой форме, как правило, на открытом воздухе, постоянного обновления их содержания.

Необходимо помнить, что в основе занятий физическими упражнениями в дошкольных учреждениях и учебных заведениях должна быть разносторонняя физическая подготовка, оказывающая тренирующее воздействие, повышающая функциональные возможности организма и гармонически развивающая все основные физические качества организма[1].

На уроках физического воспитания в школе, необходимо обеспечить постепенный переход с учебной на внеучебную работу, с учетом интересов школьников к определенным видам спорта и системам физических упражнений.

Следующим этапом развития и популяризации массового спорта является разработка и внедрение в практику системы социально-экономического стимулирования рабочих и служащих организаций, которые добиваются высоких производственных показателей, систематически занимаются физической культурой и спортом, укрепляют свое здоровье и снижают уровень заболеваний [2].

Для решения поставленных задач необходимо проведение информационно-пропагандистской работы, которая должна быть направлена на: приобщение граждан к здоровому образу жизни; совершенствованию физических и моральных качеств; искоренение вредных привычек и выработку положительных мотивов для занятий физической культурой и спортом, а также профилактику заболеваний, трудовую реабилитацию и активное долголетие.

Таким образом, для популяризации занятий физической культурой и спортом необходимо привлекать к работе с населением известных

спортсменов, рекордсменов, заслуженных тренеров и тренеров-педагогов, а также увеличить выпуск популярных печатных изданий и методических пособий, способствующих повышению самообразования граждан и формированию интереса к систематическим занятиям спортом.

Список литературы:

1. Васильева В.В., Коссовская Э.Б., Степочкина М.А. Физиология человека / В.В. Васильева, Э.Б. Коссовская, М.А. Степочкина. – М.: Физкультура и Спорт, 2003. – 164 с.
2. Жильцов Е. Н., Казаков В.Н. Экономика социальных отраслей сферы услуг: Учебное пособие / М.: Экономический факультет МГУ, ТЕИС, 2007г.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 301с.

Научное издание

Под ред. проф. М.Д. Гуляева

Актуальные вопросы развития физической культуры и массового спорта на современном этапе

Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 90-летию Н.Н. Тарского

Республика Саха (Якутия), с. Намцы, Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта, 11 июля 2014 г.

Подписано в печать 26.06.2014 г.

Усл. печ.л. 27,3. Заказ 031-К

Тираж 1000 экз.

Киров, МЦНИП

<http://mcnip.ru>

e-mail: izdatel@mcnip.ru