

pp. 163–168.

2. Bogatyrev, R.V. and Borisov, A.V. (2017), “Model of physical training of officers of the Aerospace Forces after returning from the combat zone”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 7 (149), pp. 28–32.

3. Borisov, A.V., Burikov, A.V. and Elkin Yu.G. (2019), “Features of organization of physical training classes for air defense and anti-missile defense servicemen in duty hours”, *Modern science-intensive technologies*, No. 12-1, pp. 144–148.

4. Burikov, A.V. (2019), “Application of modeling in the method of development of physical qualities of military personnel”, *International research journal*, No. 8-2 (86), pp. 80–82.

5. Vasin, V.N., Burikov, A.V. and Gorokhov, A.V. (2020), “The results of a pedagogical experiment to improve the level of physical training of military personnel”, *Modern scientist*, No. 191–195.

6. Vilensky, M.Ya. and Chernyaev, V.V. (2004), “Designing the content of education in physical culture”, *Physical culture and health*, No. 1, pp. 26–31.

7. Dmitriev G.G. and Bombina M.Yu. (2020), “Analysis of the content of the course of basic physical training in combat units of the Israel Defense Forces”, *Actual problems of physical and special training of power structures*, No. 1, pp. 78–82.

8. Dmitriev, G.G., Fofanov A.M. and Vasiliev A.A. (2020), “The content of physical training of military personnel of the peacekeeping forces to perform professional tasks in an emergency period”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 129–132.

9. Lvov L.V. (2015), “Modeling the motivational mechanism”, *Modern higher school: innovative aspect*, No 3, pp. 50–56.

10. Mitrahovich, V.A. and Mitin, D.I. (2017), “Model of the implementation of the pedagogical potential of physical training in the formation of professionalism of military personnel”, *Actual problems of physical and special training of power structures*, No. 3., 14–21.

11. Mikhail, I.I., Getman, V.D. and Kharlamov, Yu.S. (2007), “Modeling of the process of physical training of military personnel”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (26), pp. 47–49.

12. Trapeznikov, S.A., Kadyrov, R.M., Pashuta, V.L. and Mikhail, I.I. (2020), “Modeling of the organization of physical training of officers”, *Actual problems of physical and special training of power structures*, No. 2, pp. 76–80.

Контактная информация: dddinfo@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.01.2023

УДК 796.323

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ВТОРОГО КУРСА ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА СРЕДСТВАМИ БАСКЕТБОЛА

Ольга Николаевна Джумахметова, преподаватель, **Александр Михайлович Козловский**, старший преподаватель, Волгоградский государственный медицинский университет, Волгоград; **Дмитрий Сергеевич Борисов**, старший преподаватель, **Владимир Михайлович Поздняк**, старший преподаватель, Волгоградский государственный технический университет, Волгоград

Аннотация

В работе рассматриваются результаты исследования влияния средств баскетбола на совершенствование силовых способностей студентов (юношей) второго курса медико-биологического факультета очной формы обучения Волгоградского государственного медицинского университета. По результатам исследования, было выявлено, что применение средств баскетбола на занятиях по физическому воспитанию повышают уровень силовых способностей студентов. Методами статистической обработки установлено, что показатели физической подготовленности студентов, занимающихся на занятиях по физическому воспитанию с применением средств баскетбола, достоверно выше аналогичных показателей, обучающихся по стандартной программе. В связи с вышеизложенным, считаем целесообразным использование средств баскетбола в качестве совершенствования силовых способностей.

Ключевые слова: баскетбол, физические качества, физическая подготовленность, физическое воспитание, силовые способности.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p143-147

IMPROVING THE STRENGTH ABILITIES OF SECOND-YEAR STUDENTS OF THE VOLGOGRAD STATE MEDICAL UNIVERSITY BY MEANS OF BASKETBALL

Olga Nikolaevna Dzhumakhmetova, the teacher, Alexander Mikhailovich Kozlovsky, the teacher, Volgograd State Medical University; Dmitry Sergeevich Borisov, the senior teacher, Vladimir Mikhailovich Pozdnyak, the senior teacher, Volgograd State Technical University

Abstract

The article discusses the results of the study of the impact of basketball means on improving the strength abilities of the second-year students (boys) of the Faculty of Medicine and Biology, full-time education, Volgograd State Medical University. According to the results of the study, it was revealed that the use of basketball means in physical education classes increase the level of students' strength abilities. Statistical processing methods have established that the indicators of physical fitness of students involved in physical education classes with the use of basketball means are significantly higher than those of students studying according to the standard program. In connection with the foregoing, we consider it appropriate to use basketball tools as improvement means in strength abilities.

Keywords: basketball, physical qualities, physical fitness, physical education, strength abilities.

ВВЕДЕНИЕ

В статье приводятся результаты исследований, цель которых была совершенствовать силовые способности студентов с помощью средств баскетбола. По мнению некоторых исследователей в области физического воспитания, тренировочный процесс, направленный на развитие силы, укрепление связок и суставов, приводит к укреплению воли, уверенности и устойчивости к своим силам, улучшает работоспособность организма [1]. Для того чтобы качественно организовать учебный процесс и достичь поставленных задач, очень важным является правильный выбор методики проведения занятий по физическому воспитанию, в которых каждый студент будет иметь доступ к интересному материалу [2]. Так как по мнению студенческой молодежи баскетбол является одной из самых популярных игр, то наше исследование, направленное на совершенствование силовых способностей студентов средствами баскетбола, представляется нам актуальным.

Цель исследования – определить эффективность применения средств баскетбола с целью развития силовых способностей студентов второго курса медико-биологического факультета ВолгГМУ.

Объект исследования – процесс физического воспитания студентов второго курса медико-биологического факультета ВолгГМУ.

Предмет исследования – средства, методы и организационные формы развития силовых способностей средствами баскетбола.

Гипотеза исследования – методика развития силовых способностей средствами баскетбола у студентов второго курса медико-биологического факультета ВолгГМУ будет педагогически целесообразной и эффективной если:

- в качестве средств использовать упражнения баскетбола (различные подбрасывания, броски, ловлю, пасы и передачи баскетбольного или набивного мяча, передвижения в баскетбольной стойке с весом и сопротивлением, толкание ногами баскетбольного мяча или медицинбола, выпрыгивания из полуприседа);

- основными методами экспериментальной методики будут метод динамических усилий, метод круговой тренировки и игровой метод;

- средствами физического воспитания являлись упражнения на развитие силовых способностей.

В ходе работы решались следующие задачи:

1. Проанализировать теоретические аспекты развития силовых способностей студентов второго курса.
2. Разработать методику развития силовых способностей средствами баскетбола.
3. Экспериментально доказать эффективность методики развития силовых способностей студентов второго курса медико-биологического факультета ВолГМУ средствами баскетбола.

Данные задачи решались следующими методами:

1. Анализ методической литературы.
2. Педагогические наблюдения.
3. Педагогическое исследование.
4. Методы математической статистики.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Исследование проводилось в Волгоградском государственном медицинском университете в период с 01.09.2021 по 01.06.2022 г. со студентами (юношами), обучающимися на дневном отделении ВолГМУ второго курса медико-биологического факультета основной и подготовительной медицинской группы. Всего в исследовании приняло участие 20 юношей, которые были разделены на 2 группы по 10 человек. Педагогическое исследование заключалось в определении эффективности применения средств баскетбола с целью развития силовых способностей студентов второго курса медико-биологического факультета ВолГМУ. Для этого в начале педагогического эксперимента мы провели контрольное тестирование физической подготовленности юношей основной и подготовительной медицинской группы. Контрольные тесты включали:

1. Подтягивание на высокой перекладине, кол-во раз.
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз.
3. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, кол-во раз.

По результатам контрольного тестирования в начале педагогического исследования между студентами обеих групп оказались незначительные различия. Получив данные невысоких показателей контрольного тестирования студентов, мы пришли к выводу о необходимости дополнительного совершенствования силовых способностей на занятиях по физическому воспитанию. Для того чтобы изучить совершенствование силовых способностей студентов с помощью средств баскетбола, мы провели исследование, где контрольная группа занималась по стандартной программе физического воспитания в университете, а экспериментальная группа с помощью средств баскетбола. Эффективность предложенной методики оценивалась по показателям результатов контрольных тестов в начале и конце эксперимента. Результаты проведенного исследования были записаны в специальные протоколы и подвергались статистической обработке. По итогам проведенных исследований в экспериментальной группе наблюдается большое различие результатов контрольных испытаний до эксперимента и после. В контрольной группе результаты изменились незначительно. В течение года занятия по этой методике привели к значительным изменениям в развитии силовых способностей студентов экспериментальной группы, результаты, полученные после эксперимента, были статистически достоверными.

Таблица 1 – Сравнительный методы анализ занятия результатов тесты школьников уровня в ходе введение эксперимента

Тест	КГ (n=10)				ЭГ (n=10)			
	До эксп.		После эксп.		До эксп.		После эксп.	
	X	σ	X	σ	X	Σ	X	Σ
Подтягивание на перекладине	4,1	0,77460	6,2	0,77460	3,7	0,77460	10,4	0,77460
Отжимания в упоре лежа	14,3	0,77460	17,1	0,77460	14,3	0,77460	28,3	0,77460
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	4,4	0,77460	7,4	0,77460	3,8	0,77460	20,5	0,77460

Для сравнения контрольной и экспериментальной группы между собой был использован критерий t-критерий Стьюдента для независимых выборок.

Таблица 2 – Эмпирические значения t-критерия Стьюдента для контрольной и экспериментальной группы независимых выборок

Тест	Ср. значение в контрольной группе	Ср. значение в экспериментальной группе	t расчет,	Уровень значимости
Подтягивание на перекладине	6±1,826	10±1,764	4,983	p<0,001
Отжимания в упоре лежа	17±1,155	28±1,826	16,102	p<0,001
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	7±1,155	20±1,764	19,500	p<0,001

Были выявлены значимые различия между контрольной и экспериментальной группами во всех контрольных тестах:

- в подтягивании на перекладине ($T=4.983$, $p<0,001$). Среднее значение в контрольной группе меньше среднего значения в экспериментальной группе ($X_1=6$, $X_2=10$);
- в отжимании в упоре лежа ($T=16.102$, $p<0,001$). Среднее значение в контрольной группе меньше среднего значения в экспериментальной группе ($X_1=17$, $X_2=28$);
- в сгибании и разгибании рук в упоре на брусьях ($T=19.500$, $p<0,001$). Среднее значение в контрольной группе меньше среднего значения в экспериментальной группе ($X_1=7$, $X_2=20$).

Таким образом, можно сделать вывод, что применение средств баскетбола существенно повысили показатели силовых способностей студентов второго курса медико-биологического факультета.

ВЫВОДЫ

1. В результате анализа теоретических аспектов развития силовых способностей студентов было выявлено, что в целях повышения их необходимо обеспечивать гармоничное развитие всей мышечной группы опорно-двигательного аппарата, для чего подбираются определенные средства и методы развития силы.

2. Занятия по данной методике проводились два раза в неделю согласно учебному расписанию занятий студентов по физическому воспитанию. Методика развития силовых способностей включала следующие средства: общеподготовительные силовые упражнения, развивающие упражнения, специально-развивающие упражнения; методы физического воспитания: словесные, наглядные, специфические: метод динамических усилий, метод круговой тренировки, игровой метод. Каждое занятие включало 4-5 упражнений на развитие силовых способностей и 2-3 упражнения для воспитания других физических качеств. Время выполнения каждого упражнения составляло 3 минуты.

3. Доказана эффективность методики развития силовых способностей у студентов второго курса медико-биологического факультета. По результатам эксперимента была выявлена высокая зависимость влияния средств баскетбола для развития силовых способностей студентов. Занятия по данной методике в течение года привели к существенным изменениям в развитии силовых способностей студентов экспериментальной группы. Результаты студентов экспериментальной группы после эксперимента оказались статистически достоверными.

ЛИТЕРАТУРА

1. Олефиренко В.Н. Повышение результативности игровой деятельности в баскетболе на занятиях по физической культуре у студентов нефизкультурных вузов / В.Н. Олефиренко // Вестник Челябинского государственного университета. – 2014. – №4 (333). – С. 86–90.
2. Джумахметова О.Н., Козловский А.М., Тарбеев Н.Н., Борисов Д.С. Методика развития скоростно-силовых способностей баскетболистов студенческой команды в годичном макроцикле / О.Н., Джумахметова А.М., Козловский Н.Н. Тарбеев, Д.С. Борисов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 6 (196). – С. 105–108.

REFERENCES

1. Olefirenko, V.N. (2014), "Improving the effectiveness of game activity in basketball in physical education classes for students of non-cultural universities", *Bulletin of the Chelyabinsk State University*, No. 4 (333), pp. 86–90.
2. Dzhumakhmetova O.N., Kozlovsky A.M., Tarbeev N.N., Borisov D.S. (2021), "Methodology for the development of speed-strength abilities of basketball players of the student team in the annual macrocycle", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 6 (196), pp. 105–108.

Контактная информация: olia.markushina@mail.ru

Статья поступила в редакцию 19.01.2023

УДК 796.073

РЕАЛИЗАЦИЯ ЭТНОПЕДАГОГИЧЕСКИХ СРЕДСТВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО ШКОЛЬНИКАМИ

Сабират Сайпудиновна Енокаева, кандидат педагогических наук, доцент, Карачаево-Черкесский государственный университет, Карачаевск

Аннотация

Процесс гуманизации российского образования в качестве приоритетной задачи физического воспитания школьников определил культурологическое обогащение его содержания народными педагогическими средствами и традициями. В преподавании школьникам предмета «Физическая культура» в контексте реализации требований федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) значимая роль принадлежит проблеме творческого использования средств народной педагогики в физическом развитии подрастающего поколения, поскольку они обогащают арсенал педагогических средств учителя. Цель исследования – научно обосновать содержание и способы реализации этнопедагогических средств на занятиях по физической культуре со школьниками в условиях национальной республики. Научная новизна и теоретическая значимость исследования заключается в выявлении теоретических представлений об этнопедагогическом потенциале средств физической культуры и способов их эффективного использования при организации занятий со школьниками национальной республики.

Ключевые слова: средства физической культуры, этнопедагогический потенциал, школьники национальной республики.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p147-151

IMPLEMENTATION OF ETHNOPEDAGOGICAL MEANS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES WITH SCHOOLCHILDREN

Sabirat Sayputdinovna Enokaeva, the candidate of pedagogical sciences, docent, Karachay-Cherkessia State University, Karachaevsk

Abstract

The process of humanization of Russian education as a priority task of physical education of schoolchildren has determined the cultural enrichment of its content with folk pedagogical means and traditions. In improving the teaching of the subject "Physical Culture" among schoolchildren in the context of implementing the requirements of the federal state educational standard of basic general education (FGOS LLC), a significant role belongs to the problem of creative use of folk pedagogy in the physical development of the younger generation, since they enrich the arsenal of pedagogical means of the teacher. The purpose of the study is to scientifically substantiate the content and methods of implementation of ethnopedagogical means in physical education classes with schoolchildren in the conditions of the national republic. The scientific novelty and theoretical significance of the study lies in the identification of theoretical ideas about the ethno-pedagogical potential of physical culture means and ways of their effective use in organizing classes with schoolchildren of the national republic.

Keywords: means of physical culture, ethno-pedagogical potential, schools of the national republic.