

#### REFERENCES

1. Kachenkova, E.S., Grishan, M.A., Zavalishina, S.Yu. and Zbrueva, Yu.V. (2022), “Functional capabilities of the respiratory system in young athletes”, *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*, No. 12, pp. 39–41.
  2. Tkacheva, E.S., Mal, G.S., Zavalishina, S.Yu. and Makurina, O.N. (2023), “Functional characteristics of the cardiorespiratory system in young basketball players”, *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*, No. 3, pp. 72.
  3. Makhov, A.S., Zavalishina, S.Yu., Ospishchev, V.P. and Khodeev, D.A. (2023), “Influence of regular running on the level of general physical fitness of young men”, *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*, No. 5, pp. 39–41.
  4. Vorobieva, N.V., Zavalishina, S.Yu., Krasnorutsky, S.V. and Shirokikh, S.F. (2023), “Correction of functional parameters of astenized young karatists”, *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*, No. 5, pp. 92.
  5. Petrova, M.A., Parchiev, M-A.A., Zavalishina, S.Yu. and Pravdov, D.M. (2023) “The functionality of the organism of young men who passed the GTO standards for the silver badge of distinction of the VFSK GTO”, *Physical culture: upbringing, education, training*, No.1, pp.5.
  6. Parchiev, M-A.A., Zavalishina, S.Yu., Bakulina, E.D. and Zhalilov, A.V. (2023), “Functional changes in the body of young men with neurocirculatory dystonia as a result of preparation for passing the GTO standards”, *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 1, pp. 14.
  7. Zavalishina, S.Yu., Volobuev, A.L., Sysoeva, E.Yu. and Tagirova, N.D. (2022), “Students' organism functional capabilities which engaged at track and field athletics”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 9 (211), pp. 139–143.
  8. Sharagin, V.I., Zavalishina, S.Yu., Boldin, A.S. and Odintsova, M.O. (2022), “Physical fitness level of students regularly involved at basketball”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 9 (211), pp. 488–492.
  9. Zhalilov, A.V., Zavalishina, S.Yu., Dorontsev, A.V. and Kirillova, N.V. (2022), “Young karate players' general physical training”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 10 (212), pp. 145–150.
  10. Kozlyatnikov, O.A., Volobuev, A.L., Zavalishina, S.Yu. and Sheveleva, S.Yu. (2022), “General physical training for youth engaged in armsport”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 11 (213), pp. 257–263.
  11. Puchkova, N.G., Zavalishina, S.Yu., Nikishin, I.V. and Tagirova, N.D. (2023), “Assessment of young men physical preparedness which regularly training in volleyball classes”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 1 (215), pp. 410–415.
  12. Zavalishina, S.Yu., Razjivin, O.A., Klimova, L.Yu. and Zvezdova, A.O. (2023), “Level of physical fitness students doing skiing”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 2 (216), pp. 137–141.
- Контактная информация:** vu2014@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 27.06.2023*

**УДК 797.22**

#### **ЗАКОНОМЕРНОСТИ И ПРИНЦИПЫ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ В ЛАСТАХ**

*Павел Павлович Дудченко, кандидат педагогических наук, Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого, Тула, Даниил Эдуардович Герасимов, соискатель, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург*

#### **Аннотация**

В статье представлены закономерности и принципы функционирования системы подготовки квалифицированных пловцов в ластах (КПЛ). Подготовка КПЛ должна осуществляться на основе выявленных закономерностей, с опорой на сформулированные принципы организации

тренировочного процесса. К ним относятся: принцип дифференцированного прогнозирования результатов соревновательной деятельности пловцов, который предполагает построение эффективной системы их подготовки; принцип активности, который тесно связан с индивидуальным энергетическим потенциалом и ресурсом пловцов. Особое место занимает принцип совместимости содержания тренировочного процесса с использованием новейших технологий, который позволяет более эффективно использовать индивидуальный подход к подготовке пловцов; принцип поступательности, направленный на развитие двигательных способностей у пловцов, а также на формирование у них мотивов роста спортивного мастерства.

**Ключевые слова:** закономерности и принципы; тренировочный процесс; квалифицированные пловцы в ластах; система подготовки.

**DOI:** 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p104-109

## **REGULARITIES AND PRINCIPLES OF FUNCTIONING OF THE SYSTEM OF TRAINING QUALIFIED SWIMMERS IN FINS**

*Pavel Pavlovich Dudchenko, candidate of pedagogical sciences, Tolstoy Tula State Pedagogical University, Daniil Eduardovich Gerasimov, applicant, Herzen Russian State Pedagogical University, Saint Petersburg*

### **Abstract**

The article presents the regularities and principles of functioning of the system of training qualified swimmers in fins (CPL). The preparation of the CPL should be carried out on the basis of the identified patterns, based on the formulated principles of the organization of the training process. These include: the principle of differentiated forecasting of the results of competitive activity of swimmers, which involves the construction of an effective system of their training; the principle of activity, which is closely related to the individual energy potential and resource of swimmers. A special place is occupied by the principle of compatibility of the content of the training process with the use of the latest technologies, which allows for a more effective use of an individual approach to the training of swimmers; the principle of continuity, aimed at the development of motor abilities of swimmers, as well as the formation of their motives for the growth of sports skills.

**Keywords:** patterns and principles; training process; qualified swimmers in fins; training system.

### **ВВЕДЕНИЕ**

Концептуальный компонент системы подготовки КПЛ, не может быть рассмотрен без изучения закономерностей, присущих данной системе. И только после выявления этих закономерностей и на их основе можно сформулировать соответствующие принципы подготовки КПЛ, отражающие содержание их тренировочного процесса. Проблемы формирования навыков у пловцов для решения соревновательных задач не могут рассматриваться вне новых требований к их подготовке. [1, 2]. В настоящее время необходимо учитывать изменения особенностей соревновательной деятельности пловцов и решаемых ими задач в ходе соревновательной борьбы.

### **ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Изучение содержания процесса подготовки пловцов позволило выявить ряд закономерностей, свойственных тренировочному процессу. К наиболее важным из них можно отнести следующие закономерности:

1. Подготовка КПЛ зависит от требований, предъявляемых к пловцам, а также от их энергетического потенциала и функциональных возможностей. Исходя из данной закономерности, с развитием науки изменяются содержание и средства тренировки пловцов. Изменения касаются, прежде всего, использования новейших технологий в процессе подготовки пловцов.

2. Процессы подготовки и развития пловцов взаимосвязаны в целостном педагогическом тренировочном процессе. Отсюда следует, что подготовка всегда определенным

образом развивает пловцов, а развитие влияет затем на эффективность тренировочного процесса. Учитывая это, надо так проектировать содержание, методы и формы подготовки пловцов, чтобы они не только формировали умения, но и эффективно развивали КПЛ в интересах повышения эффективности соревновательной деятельности.

3. Активность тренировочной деятельности КПЛ зависит от наличия у них мотивов, от правильного использования новейших технологий проведения тренировочного процесса. Следовательно, без использования новейших технологий проведения тренировочного процесса с КПЛ невозможно стимулирование устойчивых мотивов к тренировкам, невозможно обеспечить активную индивидуальную деятельность пловцов.

4. Методы и средства организации тренировочного процесса КПЛ зависят от цели и задач тренировочного процесса, а также от реальных их психофизиологических возможностей. Эта закономерность требует при выборе методов тренировки пловцов учитывать как цели и задачи подготовки, так и специфику содержания подготовки, а также уровень психофизиологической подготовленности пловцов.

5. Формы организации тренировочного процесса пловцов зависят от задач, содержания и методов подготовки КПЛ к соревнованиям. Учет этой закономерности позволяет тренерам выбирать рациональное сочетание индивидуальных форм организации тренировочного процесса пловцов, с использованием новейших технологий тренировки.

6. Эффективность процесса подготовки пловцов к соревнованиям зависит от условий, в которых он протекает. Без создания необходимых организационных и психолого-педагогических условий процесс подготовки КПЛ может проходить не эффективно или с большими издержками.

Пловец должен овладеть современными навыками соревновательной борьбы. Для этого он должен обладать определенным индивидуальным энергетическим потенциалом и ресурсом. При рассмотрении индивидуального энергетического ресурса пловцов, следует учитывать все уровни: индивидуальный (конституцию, тип нервной системы) уровень физического развития (выносливости, скорости, координации движений); субъектный (соревновательные умения и навыки), а также уровень индивидуальности (индивидуальный стиль соревновательной деятельности, особенности адаптации к нагрузке, соревновательный опыт и др.).

При анализе индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов, необходимо учитывать конкретные условия его функционирования в ходе соревновательной борьбы.

Представляется полезным провести условное разграничение между понятием индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов, с одной стороны и понятием тренировочной среды, в которой протекает подготовка КПЛ с другой стороны. Второй подход к тренировочному процессу приводит нас к анализу влияния на формирование навыков соревновательной деятельности у пловцов для конкретных условий. При этом мы исходим из понимания того, что пловцы не только испытывают воздействия со стороны тренера и окружающей среды, но и сами в ходе тренировки участвуют в ее преобразовании, так как влияют на тренера.

Двигательные способности пловцов следует рассматривать не как изначально им присущие, а как потенциальную динамическую структуру, тесно связанную с временными и другими структурными характеристиками. Способности к достижению высоких спортивных результатов являются необходимой составляющей индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов, а также их характеристикой.

Структура и взаимосвязь основных методологических принципов, а также подходов к тренировочному процессу, на которые следует опираться при обосновании системы подготовки КПЛ, приведены на рисунке.

Системный подход к проведению тренировочного процесса, отражает основные законы тренировочной системы «пловец-тренер». Изучение подготовки КПЛ привело к

новому знанию.

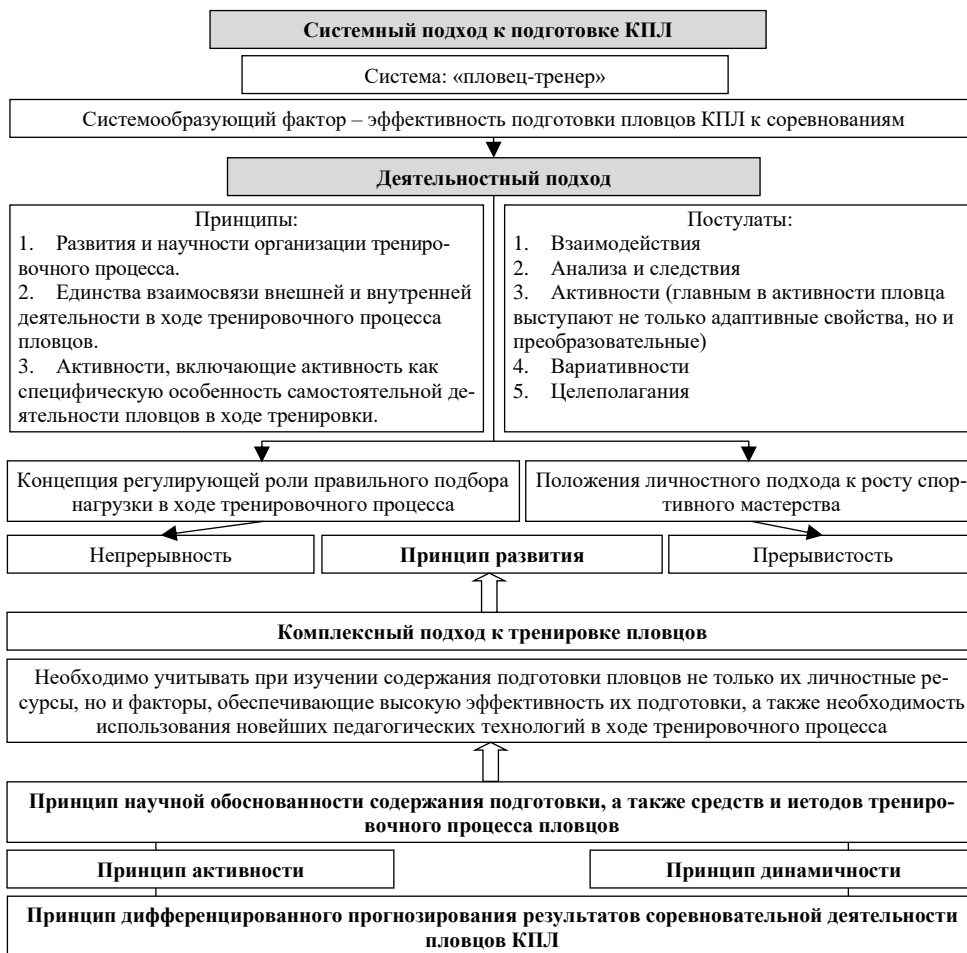


Рисунок – Структура и взаимосвязь основных методологических принципов подготовки КПЛ

Первая позиция фиксирует взаимосвязь и взаимодействие подготовки пловцов с точки зрения эффективности этого процесса. Вторая позиция определяет когнитивную, регулятивную и двигательную формы подготовки КПЛ.

Деятельностный подход к процессу подготовки пловцов позволяет уточнить содержание тренировочного процесса КПЛ.

Основные принципы подготовки пловцов можно представить в виде частных характеристик. К ним относятся:

1. Принцип развития и научности при организации тренировочного процесса КПЛ.
2. Принцип единства взаимосвязи разных видов деятельности в ходе тренировочного процесса пловцов.
3. Принцип активности, который проявляется в специфической особенности самостоятельной деятельности в ходе тренировочного процесса.

Положения личного подхода к развитию пловцов позволяют связать индивидуальный энергетический потенциал и ресурс пловцов с особенностями эмоционально-волевой и другими сферами. В широком смысле личный подход к развитию пловцов предусматривает также оценку индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов.

Таким образом, личностный подход к развитию пловцов определяет необходимость ориентации на их психологические и физиологические резервы, а также на их функциональные возможности в ходе подготовки к соревнованиям.

Принцип развития характеризует постепенное и скачкообразное увеличение индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов. Процесс развития пловцов является кумулятивным. В процессе тренировки происходит наращивание индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов.

Комплексный подход к подготовке пловцов предполагает необходимость учета индивидуального энергетического потенциала и ресурса КПЛ, а также факторов, обеспечивающих высокую эффективность тренировки при использовании новейших технологий данного процесса.

Принцип научной обоснованности содержания подготовки КПЛ, а также средств и методов тренировочного процесса предполагает специальную научную проверку эффективности технологии и адаптации пловцов к нагрузке. Данное положение определяется различиями в характере использования различных средств и методов тренировочного процесса КПЛ.

Принцип активности тесно связан с индивидуальным энергетическим потенциалом и ресурсом пловцов.

Принцип динамичности должен предусматривать возможности изменения критериев оценки тренировочного процесса КПЛ. Это связано с постоянным изменением требований к результатам соревновательной деятельности пловцов.

Принцип дифференцированного прогнозирования результатов соревновательной деятельности пловцов предполагает построение такой системы их подготовки, которая позволяет поэтапно проводить оценку показателей эффективности тренировочного процесса.

Полноценно раскрыть индивидуальный энергетический потенциал и ресурс пловцов можно на основе анализа взаимосвязей:

- индивидуального энергетического потенциала и ресурса пловцов с эффективностью процесса их подготовки к соревнованиям;
- индивидуального ресурса пловцов со свойствами присущими квалифицированному пловцу.

Показатели успешности подготовки пловцов к соревнованиям рассматриваются как главные критерии эффективности тренировочного процесса.

## ВЫВОД

Подготовка КПЛ должна осуществляться на основе выявленных закономерностей, с опорой на сформулированные принципы организации тренировочного процесса. К ним относятся: принцип дифференцированного прогнозирования результатов соревновательной деятельности пловцов, который предполагает построение эффективной системы их подготовки; принцип активности, который тесно связан с индивидуальным энергетическим потенциалом и ресурсом пловцов. Особое место занимает принцип совместимости содержания тренировочного процесса с использованием новейших технологий, который позволяет более эффективно использовать индивидуальный подход к подготовке пловцов; принцип поступательности, направленный на развитие двигательных способностей у пловцов, а также на формирование у них мотивов роста спортивного мастерства.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Болотин А.Э. Модель процесса подготовки призывной молодежи к воинской службе / А.Э. Болотин, Р.А. Лайшев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 12 (94). – С. 27–30.
2. Болотин А.Э. Педагогические условия, необходимые для повышения эффективности скоростно-силовой подготовки юных футболистов / А.Э. Болотин, В.В. Бакаев // Физкультурное

#### REFERENCES

1. Bolotin, A.E. and Laishev, R.A. (2012), “Model of the process of training conscription youth for military service”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 94, No. 12 (94), pp. 27–30.
2. Bolotin, A.E. and Bakayev, V.V. (2017), “Pedagogical conditions required to improve the speed-strength training of young football players”, *Journal of Physical Education and Sport*, No. 2 (17), Art. 95, pp. 638–642.

**Контактная информация:** a\_bolotin@inbox.ru

*Статья поступила в редакцию 24.06.2023.*

**УДК 378.24**

### **РОЛЬ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА**

*Вера Николаевна Еременко, старший преподаватель, Ксения Сергеевна Агеева, студент, Кубанский государственный технологический университет, Краснодар*

#### **Аннотация**

Всестороннее развитие личности неразрывно связано с повышением общей культуры людей. Процесс гармоничного формирования личности студента происходит в стенах высшего учебного заведения под влиянием окружающих людей, в особенности, преподавателей. Отношение студента к науке формируется множеством преподавателей профильных и общих дисциплин, а воспитать студента, ведущего здоровый образ жизни, привить ему любовь к спорту – нелегкая задача учителя физической культуры. В статье рассматривается роль учителя физической культуры в процессе становления личности студента. Авторы подчеркивают, что физическая культура необходима не только для сохранения здоровья, но и для формирования устойчивых личностных качеств, таких как самодисциплина, ответственность, целеустремленность, смелость и др. Учителю физической культуры важно не только обучать студентов технике и правилам спортивных игр, но и помогать им развиваться как личности, побуждая к саморазвитию и самопознанию. От этого зависит успех не только в спорте, но и в жизни в целом. В статье приводятся примеры и методы работы учителей физической культуры, которые помогают студентам достигать личностных и профессиональных целей, а также укреплять здоровье.

**Ключевые слова:** воспитание, здоровый образ жизни, учитель, студент, личность.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p109-112**

### **ROLE OF A PHYSICAL EDUCATION TEACHER IN THE FORMATION OF A STUDENT'S PERSONALITY**

*Vera Nikolaevna Eremenko, senior teacher, Ksenia Sergeevna Ageeva, student, Kuban State Technological University, Krasnodar*

#### **Abstract**

The comprehensive development of personality is inextricably linked with the improvement of the general culture of people. The process of harmonious formation of a student's personality takes place within the walls of a higher educational institution under the influence of surrounding people, especially teachers. The student's attitude to science is formed by many teachers of specialized and general disciplines, and it is not an easy task of a physical education teacher to educate a student who leads a healthy lifestyle and instill in him a love of sports. The article examines the role of a physical education teacher in the process of becoming a student's personality. The authors emphasize that physical culture is necessary not only for maintaining health, but also for the formation of stable personal qualities, such as self-discipline, responsibility, purposefulness, courage, etc. It is important for a physical education teacher not only to teach students the techniques and rules of sports games, but also to help them develop as individuals, encouraging self-