

9. ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

К ВОПРОСУ ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ

Венскович Д.А.,

докторант 1 года БГУФК, г. Минск, Республика Беларусь

Научный консультант – Полякова Т.Д., доктор пед. наук, профессор

На современном этапе «двигательная культура» рассматривается многими учеными. Однако единого мнения не выявлено. Рассмотрим мнения ученых разных лет и таким образом рассмотрим исторический этап развития двигательной культуры.

Двигательной культурой интересовались многие ученые разных лет. Это и послужило интересом теоретического анализа представленной работы.

Цель работы – теоретический анализ истории развития двигательной культуры.

Материал и методы. В работе использовались методы анализа и синтеза, а также теоретические методы исследования.

Результаты и их обсуждение. В представленной работе рассмотрим мнения ученых по определению «двигательная культура».

Итак, движения по мнению П.Ф. Лесгафта (1887) [1] это развитие тела.

Двигательная культура – это двигательные привычки и навыки народа, которые включали движения тела на протяжении жизни (А.К. Гастев, 1925) [1].

А вот французский социолог и антрополог Марсель Мосс (1936) [1] двигательную культуру рассматривал, как технику тела.

Основоположники отечественной системы физического воспитания Е.А. Аркин и В.В. Гориневский (1948), считали двигательную культуру, как средство физического, нравственного и умственного воспитания [1].

Двигательная культура – это созидательное отношение собственного духовного развития (Л.С. Выготский, 1983) [2].

Двигательная культура – это достижения человека для развития физических возможностей (В.М. Выдрин, 1988) [3].

По мнению В.И. Столярова (1991) [4] двигательная культура – это культура телосложения, культура физического здоровья и двигательная культура (культура движений).

Н.А. Бернштейн (1991) [5] под двигательной культурой понимал определенные локомоции, выполняемые человеком в обычной жизни.

Е.С. Медведева (2000) [6] двигательную культуру рассматривала, как процесс оздоровления населения.

Г.Г. Наталов (2000) [7] рассматривает двигательную культуру совместно со спортом [7].

Ж.С. Горбачева (2000) [8] в своих работах рассматривала двигательную культуру, как средство ритмической гимнастики.

Двигательная культура по мнению Т.Н. Журиной (2000), В.Л. Круткиной (2001), В.Л. Малахова (2000) и Н.Т. Трофимовой (2001) [9] это осознание личностью сути движений, понимание природы выполняемого движения, а также владение специфическими навыками движений».

А вот, по мнению Ю.М. Николаева (2001), двигательная культура – это мотивационное звено и уровень знаний [10].

В своей работе Г.А. Кучеренко обращает внимание на то, что Е.Н. Фокина и А.Т. Шука (1995) двигательную культуру рассматривали, как уровень развития двигательных качеств [11].

В.Б. Коренберг (2008) [12] под двигательной культурой понимал область культуры, связанную с осуществлением любой двигательной активности, оцениваемой с позиции целесообразности и эстетичности, а также с обучением эффективному осуществлению этой активности.

Е.В. Фадеева, 2009 [13] двигательную культуру рассматривает, как культуру движений, культуру двигательных действий и культуру двигательной деятельности [13].

По мнению И.Е. Сироткиной (2018) [14] двигательная культура представляет собой одну из сфер социальной деятельности. В состав, которой входит культура движений, двигательных

действий и двигательной деятельности, которая содержит совершенство движений, эффективность и целесообразность.

Как видно из теоретического анализа определения понятия «двигательная культура» на сегодняшний день нет однозначного определения и точной терминологии.

Заключение. На наш взгляд, «двигательная культура» обязательно должна включать в себя знаниевый компонент о движениях, двигательных действиях и двигательной деятельности личности на протяжении жизни, с учетом возраста и пола. Собственное понимание важности и необходимости использования двигательной культуры для каждого человека в отдельности. Обязательно желание личности добиваться положительного влияния от выполняемых двигательных действий с постоянным увеличением арсенала разнообразных действий.

1. История тела / под ред. А. Корбена, Ж.-Ж. Куртина, Ж. Вигарелло. Т.2: От Великой революции до Первой мировой войны. Ч. 3: Работа над телом, коррекция и упражнения. М.: НЛО, 2012. – 438 с.
2. Выготский, Л.С. Проблемы развития психики // Л.С. Выготский. Собрание сочинений: в 6 т. М., 1983. Т. 3. – СПб. – 285 с.
3. Выдрин, В.М. Теория физической культуры (культуроведческий аспект). Л., 1988. – 328 с.
4. Столяров, В.И. Современная теория физического воспитания (проблемы, пути решения, инновационная концепция) / В.И. Столяров // Физкультура и спорт, Мн.: 1991. – С. 56–63.
5. Бернштейн, Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн // М.: Физкультура и спорт, 1991. – С. 34–36.
6. Медведева, Е.С. Формирование культуры движений у студенток высших учебных заведений: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.С. Медведева; Санкт-Петербургская государственная академия физической культуры имени П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1998. – 21 с.
7. Наталов, Г.Г. Формирование оптимальной двигательной активности / Г.Г. Наталов // Воспитание. – 2000. – № 6. – С. 30–37.
8. Горбачева, Ж.С. Формирование пластической выразительности в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ж.С. Горбачева; Санкт-Петербургская государственная академия физической культуры имени П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2000. – 24 с.
9. Журина, Т.Н. Педагогические условия формирования двигательной культуры у будущих учителей / Т.Н. Журина / Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 3. – С. 10–11.
10. Николаев, Ю.М. К проблеме развития теории физической культуры / Ю.М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 8. – С. 2–10.
11. Кучеренко, Г.А. Двигательная культура младшего школьника и ее влияние на личностное развитие в учебной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Г.А. Кучеренко; Воронежский государственный педагогический университет. – Воронеж, 2005. – 23 с.
12. Коренберг, В.Б. О некоторых базовых понятиях в нашей сфере / В.Б. Коренберг // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – № 2. – С. 11–12.
13. Фадеева, Е. В. Двигательная культура будущего педагога по физической культуре / Е. В. Фадеева // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 10. – С. 39–40.
14. Сироткина, И.Е. Двигательная культура, как объект науки / И.Е. Сироткина // Этнографическое обозрение, 2018. – С.23–27.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФОРХЕНД УДАРА «СМЕШ» В БАДМИНТОНЕ

Глинка Д.Д.,

студентка 4 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Тишутина А.А., преп.

Для проведения исследования мы выбрали бадминтон, т.к. данный вид спорта является универсальным и доступным для различных возрастных групп населения. Для занятий бадминтоном не требуется специального, дорогостоящего инвентаря, достаточно ракетки и волана.

Игра в бадминтон представляет собой действенное средство для повышения общего тонуса, снятия напряжения, развития таких физических качеств, как ловкость, быстрота реакции, выносливость, гибкость и т.д. [2].

Для соревновательного уровня выполнение атакующих ударов в бадминтоне является основным средством достижения положительного результата. Для совершенствования форхенд удара «смеш» нами была разработана методика для повышения его эффективности.

Цель исследования – изучить эффективность применения комплекса упражнений для совершенствования техники форхенд удара «смеш» в бадминтоне студентами факультета физической культуры и спорта.

Материал и методы. В исследовании принимали участие 18 студентов 3 и 4 курса факультета физической культуры и спорта ВГУ имени П.М. Машерова. Перед началом исследования испытуемые сдали контрольные нормативы по технике форхенд удара «смеш». Результаты тестирования показали, что 4 студента с легкостью выполняют новые упражнения. Немного больше времени понадобилось 9 студентам для выполнения задания. Остальные 5 студентов - с достаточно низким уровнем подготовленности.