

Культура физическая и здоровье. 2023. № 3 (87). С. 224-226.
Physical Culture and Health. 2023, 3 (87), 224-226.

Научная статья
УДК 796.011.3
DOI: 1047438-1999-3455_2023_3_224

ВОПРОСЫ ВНЕДРЕНИЯ ЕДИНОБОРСТВ В ЭЛЕКТИВНЫЙ КУРС ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ



Дмитрий Владимирович Щербин ¹, Александр Георгиевич Ростеванов ²,
Юлия Владимировна Филиппова ³, Анастасия Владимировна Аксёнова ⁴

Московский политехнический университет ¹
Москва, Россия

Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова ^{2, 4}
Москва, Россия

МИРЭА — Российский технологический университет ³
Москва, Россия

¹ Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры «Физическое воспитание»
тел.: +7(495)223-05-23 (доб. 3306), e-mail: Shcherbin_sw@mail.ru
ORCID 0000-0003-3768-199X

² Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(495)800-12-00 (доб. 11-58), e-mail: rostevanov.ag@rea.ru
ORCID 0000-0002-2715-3053

³ Доцент, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(499)681-33-56 (доб. 2126), e-mail: kremensk-julia@yandex.ru
ORCID 0009-0002-8669-0796

⁴ Преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(495)800-12-00 (доб. 11-58), e-mail: Aksёnova.AV@rea.ru
ORCID 0000-0003-3771-347X

Аннотация. Представленный материал исследования посвящён вопросам внедрения единоборств в качестве дисциплины элективного курса по физической культуре в техническом вузе. Проблематика повышения качества специалистов во все времена была актуальной, так как только высококлассные специалисты являются драйвером экономики государства. В процессе исследования решались следующие задачи: анализ интереса студентов к единоборствам, факторы, стимулирующие интерес к единоборствам, факторы, снижающие интерес к единоборствам, знания студентов о единоборствах. Результаты исследования могут быть использованы при организации элективного курса «Единоборства» в вузе.

Ключевые слова: элективный курс, единоборства, физическая подготовленность, технический вуз, студенты.

Для цитирования: Вопросы внедрения единоборств в элективный курс по физической культуре в техническом вузе / Д. В. Щербин, А. Г. Ростеванов, Ю. В. Филиппова [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2023. № 3. С. 224-226. DOI: 1047438-1999-3455_2023_3_224.

Введение

Современные условия потребовали повышения эффективности подготовки специалистов в высшей школе.

Одним из решений явилось внедрение элективных курсов по ряду учебных дисциплин, среди которых оказалась и физическая культура. По данным ряда авторов

[2, 6] интерес к физической культуре в вузе не высок. Сложившуюся ситуацию связывают с построением учебного процесса без учета интересов занимающихся, что приводит к снижению посещаемости занятий, и далее снижению эффективности. Не меньшую проблему представляет и специфика обучения в техническом вузе, где студенты осваивают большое число точных наук, требующие значительного объема времени для их изучения.

Приведенная ситуация провоцирует низкий уровень физической подготовленности практически всех основных физических качеств. По результатам различных авторов [1, 2, 6] проблему представляют скоростно-силовые и силовые показатели, а так же выносливость.

Материалы и методы исследований

Исследование проводилось методом опроса студентов 1-3 курсов Московского политехнического университета, в котором приняли участие юноши и девушки. Так же анализировались данные литературных источников по направлению исследования.

Результаты

Одной из проблем современной молодежи является высокий уровень заболеваемости и низкий уровень физической подготовленности. Исследования ряда авторов указывают на то, что регулярные занятия единоборствами, в том числе и восточными, способствуют полноценному гармоничному развитию занимающихся, способствуют повышению физической и умственной работоспособности, уровня физических кондиций, усиливают защитные свойства организма. Под влиянием систематических и рационально построенной системы занятий единоборствами происходит позитивная перестройка функций органов и систем организма, улучшается иннервация. По данным [5] заболеваемость регулярно занимающихся единоборствами ниже, чем не занимающихся, в том числе физической культурой и спортом. Приведенные условия объясняются воздействием умеренных физических нагрузок на организм, которые повышают сопротивляемость организма и являются эффективным средством укрепления здоровья и профилактики заболеваний [3, 5].

Не менее эффективны занятия единоборствами в совершенствовании основных физических качеств (силы, скоростно-силовых показателей, выносливости и силовой выносливости), а также в совершенствовании показателей координационных способностей и ловкости [1, 3, 4].

В процессе выявления знаний студентов о сути единоборств выяснилось следующее: 52 % опрошенных указали, что единоборства, это спортивная драка, где дерутся по определенным правилам. Тогда как 18 % опрошенных утверждают, что единоборства, это умение нападать и защищаться в выбранном виде единоборств и 27 % думают, что единоборства это сочетание нападения и защиты в соответствии в выбранной тактикой поединка и правил, соответствующих единоборству.

В результате анализа данных опроса студентов выяснилось, что молодых людей привлекают смешанные единоборства, где сочетаются бросковая и ударная техники, а так же различные болевые и удушающие приемы. Другие виды единоборств студентов привлекают меньше, так как в средствах массовой информации со-

реования транслируются меньше, а восточные единоборства в последние годы не появляются на экранах телевизоров. Смешанные единоборства транслируются в интернете и телевидении, победители поединков практически не сходят с экранов спортивных каналов и становятся кумирами современной молодежи.

Как видно из результатов опроса у студентов сложилось однобокое мнение о единоборствах. Единоборств много, и в каждом единоборстве заложена своя философия, правила, оказывающие воспитательное воздействие. Но средства масс медиа отдают предпочтение смешанным единоборствам, которые яркие и динамичные, привлекающие современную молодежь.

Для выявления студентов имеющих опыт занятий единоборствами был проведен опрос, в ходе которого выяснилось, что только 6 % студентов занимались единоборствами, ещё 4 % хотели, но не было секции и 90 % респондентов не занимались единоборствами совсем.

В ходе бесед с преподавателями физической культуры выяснилось, что студенты с большим интересом занимаются единоборствами, причем у девушек интерес к занятиям единоборствами формируется в процессе занятий и далее только возрастает. В начале семестра, при формировании учебных групп по спортивной специализации, девушки указывали, что единоборства – это мужское направление, далее в ходе занятий мнение менялось на противоположное, и уже занимающиеся единоборствами девушки выказывали возросший интерес к данным занятиям. Сложившаяся ситуация указывает на недостатки в популяризации различных единоборств, которые могут быть использованы в элективном курсе по физической культуре в вузе. Не меньшее значение имеет и наличие специалистов по единоборствам. Тренера не охотно идут работать в вузы в качестве преподавателей, так как этому есть ряд причин, недостаточная материально-техническая база, низкая оплата труда и другие причины, отталкивающие от преподавания в вузах специалистов по единоборствам.

Выводы

В процессе исследования авторы пришли к ряду выводов:

- единоборства должны входить в список дисциплин элективного курса по физической культуре, так как вызывают интерес у студентов;
- единоборства эффективны в совершенствовании уровня физической подготовленности;
- занятия единоборствами способствуют оздоровлению организма занимающегося, т.е. носят оздоровительный характер;
- для активизации интереса к единоборствам необходимо формирование материально-технической базы в учебном заведении.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

References

1. Bayramov, Sh. Z. Oriental martial arts as an effective means of physical education for students. Sh. Z. Bayramov, Kh. I. Dzhamaludinov. Student Forum. 2019. No. 8 (59), pp. 11-13. EDN WLIEVV.
2. Maksimenko, V. M. Formation of a sports lifestyle of students through the popularization of mixed martial arts in universities. Pedagogy, psychology, society: from theory to practice : Materials of the IV All-Russian scientific and practical conference with international participation, Cheboksary, September 20, 2022. Cheboksary, Publishing House "Sreda", 2022. P. 239-241. EDN AKLJUK.
3. Mukhametshina, G. I. Functional changes in the body of students during systematic martial arts training. Physical education and student sports through the eyes of students : materials of the II All-Russian scientific and practical conference with international participation, dedicated to the 85th anniversary of KNRTU-KAI, Kazan, November 24–27, 2016. Kazan, Foliot publ., 2016, pp. 167-169. EDN XWISUD.
4. Peredelsky, A. A. The art of martial arts: martial dances as sports and applied martial arts. Theory and practice of applied and extreme sports. 2009. No. 1 (15). P. 45-50. EDN TQCHMX.
5. Petrygin, S. B. Health-improving effect of oriental martial arts. Modernization of education: problems and prospects : Materials of the XXII Ryazan Pedagogical Readings, dedicated to the 100th anniversary of the Russian State University named after S. A. Yesenin, Ryazan, March 20, 2015. Ryazan, Ryazan State University named after S. A. Yesenin, 2015. P. 408-411. EDN UDADRB.
6. Simanaitis, R. O. Increasing self-esteem of students through physical education (using the example of combat sports). R. O. Simanaitis, O. N. Pankratova. Conference of the Academy of Social Management : collection of scientific papers and materials of scientific and practical conferences. 2022. No. 2. P. 111-115. EDN OFVOCW.

Поступила в редакцию 31.07.2023

Подписана в печать 28.09.2023

Original article

UDC 796

DOI: 1047438-1999-3455_2023_3_224

ISSUES OF INTRODUCING MARTIAL ARTS IN AN ELECTIVE COURSE ON PHYSICAL CULTURE IN A TECHNICAL UNIVERSITY

Dmitry V. Shcherbin ¹, Alexander G. Rostevanov ², Yulia V. Filippova ³, Anastasia V. Aksenova ⁴

Moscow Polytechnic University ¹

Moscow, Russia

Plekhanov Russian Economic University ^{2, 4}

Moscow, Russia

MIREA – Russian Technological University ³

Moscow, Russia

¹ *PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education*

ph.: +7(495)223-05-23 (ext. 3306), e-mail: Shcherbin_sw@mail.ru

ORCID 0000-0003-3768-199X

² *Senior Lecturer at the Department of Physical Education*

ph.: +7(495)800-12-00 (ext. 11-58), e-mail: rostevanov.ag@rea.ru

ORCID 0000-0002-2715-3053

³ *Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education*

ph.: +7(499)681-33-56 (ext. 2126), e-mail: kremensk-julia@yandex.ru

ORCID 0009-0002-8669-0796

⁴ *Teacher of the Department of Physical Education*

ph.: +7(495)800-12-00 (ext. 11-58), e-mail: Aksenova.AV@rea.ru

ORCID 0000-0003-3771-347X

Abstract. The presented material of the study is devoted to the introduction of martial arts as a discipline of the elective course in physical education at a technical university. The problem of improving the quality of specialists at all times was relevant, since only highly cool specialists are the driver of the state economy.

In the process of research, the following tasks were solved: analysis of students' interest in martial arts, factors stimulating interest in martial arts, factors that reduce interest in martial arts, students' knowledge of martial arts.

The results of the study can be used to organize the elective course « martial arts » at the university.

Key words: elective course, martial arts, physical preparedness, technical university, students.

Cite as: Shcherbin, D. V., Rostevanov, A. G., Filippova, Yu. V., Aksenova, A. V. (2023) Issues of introducing martial arts in an elective course on physical culture in a technical university. *Physical Culture and Health*. (3), 224-226. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_3_XX.

Received 31.07.2023

Accepted 28.09.2023