

Министерство спорта Тульской области
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Училище (колледж) олимпийского резерва Тульской области»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ И СПОРТА: ОПЫТ, ПРОБЛЕМЫ, ПЕРСПЕКТИВЫ

Сборник
материалов I Всероссийской
заочной научно-практической конференции
среди студентов и педагогических работников
учреждений образования и спорта
Российской Федерации



Новомосковск – 25.04.2023 г

Содержание

1. Современные тенденции и актуальные вопросы физического воспитания в дошкольных образовательных организациях, учреждениях общего и профессионального образования

1. *Бетехтин Ю.О.*
Методика идентификации признаков водобоязни у детей 5-7 лет не умеющих плавать - 10
2. *Бондаренко М.В.*
Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студентами техникума - 12
3. *Бушмакина А.Д., Гек О.С.*
Методическая и правовая грамотность преподавателя физической культуры как часть его профессиональной компетентности - 15
4. *Воронцова Т.Ю.*
Особенности грудничкового плавания в условиях стационарного бассейна - 17
5. *Горностаев В.А., Горяинов С.В., Щитцова М.Н.*
Причины, влияющие на эффективность деятельности педагога по физической культуре - 20
6. *Гребнева К.А., Глазкова Е.И.*
Комплексная методика коррекции для детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития - 22
7. *Зародина О.И.*
Нормативный аспект введения программы воспитания - 26
8. *Каримова А.Г., Загртдинова Л.Р.*
Оценка уровня конкурентоспособной жизненной стратегии студентов Казанского училища олимпийского резерва в процессе обучения дисциплинам общепрофессионального цикла - 29
9. *Мамедов В.Р., Калашникова Ж.В.*
Особенности начального обучения плаванию детей младшего школьного возраста с различной степенью избыточного веса - 31
10. *Морозов М.А., Ермакова Е.Н.*
Сохранение и укрепление здоровья студентов профессионального образования - 36
11. *Пилюгин А.О.*
Роль тренера-наставника в становлении юных спортсменов и будущих специалистов в области ФКиС - 40
12. *Польшина А.В.*
История физической культуры и спорта Новомосковска в фонде Центральной городской библиотеки имени А. С. Пушкина - 43

13. Сагадиева Н.В.
Конкурсы профессионального мастерства: плюсы и минусы - 47
14. Сайбель М.Н., Ступина Н.В., Амельченко С.И.
Совершенствование методики начального обучения плаванию на глубокой воде с использованием нестандартного оборудования - 49
15. Тихонова О.В.
Наставничество как средство профессионального становления педагога по физической культуре и спорту - 53
16. Харюков Е.В., Ниль А.Г.,
Физическое воспитание современной молодежи - 55
17. Якунина Н.С., Подловилина Е. И
Фитнес-технологии как средство развития базовых двигательных качеств Детей дошкольного возраста - 57
- II. Формирование здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта**
18. Асанова Л.А., Тарновская Н.В.
Исследование ценностного отношение к здоровому образу жизни подростков, занимающихся спортом - 60
19. Басыкина А.В., Андреева Н.Н.
Использование силовых упражнений локального воздействия в занятиях фитнесом с женщинами зрелого возраста - 64
20. Гузанова С.В.
Спорт в художественной литературе как средство пропаганды здорового образа жизни - 68
21. Гузанова С.В.
Пропаганда здорового образа жизни на примере биографий и творчества писателей и поэтов - 70
22. Керест Л.Е.
Физкультурно-оздоровительные мероприятия как средство формирования здорового образа жизни детей младшего школьного возраста - 73
23. Кислинская А.А., Корниевская И.Н.
Влияние систематических занятий фитнесом на уровень здоровья женщин 40-50 лет - 76
24. Милова В.А., Беляева Е.Г.
Формирование здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта - 79
25. Морева Д.С., Морева М.Ю.
Спортсмены Подмосковья – участники Великой Отечественной войны - 83

26. *Никитина Н.Н.*
Деятельность Новомосковской библиотечной системы по формированию
здорового образа жизни в молодежной среде -87
27. *Петрова Н.А., Калмыкова С.Г., Никифорова В.П.*
Влияние занятий йогой на функциональную подготовленность занимающихся
женщин 25-30 лет - 91
28. *Ромашина М.А., Солодовникова М.В.*
Оценка уровня собственного здоровья и пути его коррекции - 94
29. *Самохвалова Л. В.*
Фитнес как средство повышения интереса к занятиям физической культурой
у подростков - 97
30. *Солдзберг Р.В., Сидоров Ю.Ю.*
Эффективность использования занятий шейпингом и классической аэробикой
для снижения веса у женщин 45-50 лет -102
31. *Чиркова О.С.*
Значение физической культуры и спорта в подготовке будущих специалистов
для эффективной профессиональной деятельности -106
- III. Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании
подростающего поколения**
32. *Василенко В.Д., Соленова Е.М., Цуранова И.В.*
Влияние уровня физической подготовленности на эффективность
соревновательной деятельности вратарей в женском гандболе -110
33. *Горшенина Д.А., Хусаинова Ф.С.*
Интернет и социальные сети в подготовке квалифицированного спортсмена -113
34. *Долбенеv А.В.*
Применение подготовительных упражнений в обучении волейболисток
11-12 лет технике верхней передачи мяча -116
35. *Ибраев А.А., Сатмирова Ш.А.*
Первая воркаут-площадка в Порт-Артуре -118
36. *Илюхин Д.Ю., Волкова Г.Я.,*
Использование нестандартных упражнений в технической подготовке
Футболистов на начальном этапе спортивной подготовки -121
37. *Корниевская И.Н.*
Особенности методики развития силовых качеств у гимнасток 10-12 лет -125
38. *Костенко Р.Д., Искаков Ф.А.*
Технико-тактическая подготовка связующего игрока в волейболе -128
39. *Пацан К.Н., Загидуллин Р.А.*
Реализация гуманистических идей Олимпийского движения как средство

всестороннего развития спортсмена (на примере проекта «Спарта»)	-130
<i>40. Свирин А.Н.</i> Особенности организации тренировочного процесса у метательниц молота различной квалификации	-132
<i>41. Сорокин М.А.</i> Развитие скоростно-силовых качеств у волейболистов 12-13 лет	-135
<i>42. Фатеев С.В.</i> Совершенствование техники бросков в движении у баскетболистов 12-14 лет упражнениями координационной и скоростной направленности	-137
<i>43. Фатеева Г.В.</i> Развитие точности бросков мяча с места у баскетболистов 11-12 лет	-139
<i>44. Санкова В.Д., Малорошило Л.Н.</i> Эстетические основы в фигурном катании	-142
<i>IV. Психолого-педагогические аспекты физического воспитания и спорта</i>	
<i>45. Акимова Л.А., Семенова Л.Г., Панкова О.Ф.</i> Психическое здоровье студентов, как неотъемлемая составляющая здоровья общества	-146
<i>46. Ананьева А.Е., Михеева Н.Е.</i> Психолого-педагогические аспекты физического воспитания и спорта	-149
<i>47. Асфандьярова А.А.</i> Наставничество в учреждениях среднего профессионального образования как одна из форм воспитательной работы с обучающимися «группы риска»	-151
<i>48. Бондаренко В.А.</i> Формирование мотивационно-смыслового компонента у студентов колледжа к процессу физического воспитания	-154
<i>49. Бутанаева А.В., Сазанаква Л.И.</i> Распространённость психосоматических нарушений у спортсменов при высоких спортивных нагрузках	-158
<i>50. Васильева О.С.</i> Коррекция стресс-фрустрационных состояний подростков средствами арт-терапии	-160
<i>51. Искаков Ф.А.</i> Методика идеомоторной тренировки в пулевой стрельбе	-163
<i>52. Исмагилов И.И., Тарновская Н.В.</i> Футбол как средство развития познавательных процессов детей 8-9 лет	-165
<i>53. Канунников А.А., Бойко Г.А., Миниаахметов Р.Р.</i> Психолого-педагогические особенности взаимоотношений тренера и спортсмена	

в детском футболе	-168
<i>54. Ковтун Н.В.</i> Психологическая готовность метателей диска к соревнованиям как фактор успешности выступления	-173
<i>55. Кречетова С.С., Андреева Н.Н.</i> Мотивация к занятиям физической культурой и спортом студентов образовательных учреждений СПО	-175
<i>56. Левун В.В.</i> Особенности профессионально-педагогической подготовки будущих учителей адаптивной физической культуры	-180
<i>57. Лоза Э.С.</i> Воздействие психолого-педагогических методов, используемых на занятиях по английскому языку, на тренировочный процесс хоккеиста	-185
<i>58. Лизнева А.Ю., Асфандьярова А.А.,</i> Экстремальные виды спорта как сфера самореализации молодежи	-187
<i>59. Моисеев А.Н., Рейх Е.И.</i> Занятия легкой атлетикой как средство развития воли у подростков 12-13 лет	-188
<i>60. Новицкая В.К., Лырчиков А.Г.</i> Психологические основы подготовки в гольфе	-191
<i>61. Петрова А.Р., Лырчиков А.Г.</i> Спортивная травма - психологические последствия	-196
<i>62. Пыленок Н.А, Федулова Т.Д., Щедрин Д.С.</i> Анализ профессионально значимых личностных качеств педагогов по физической культуре и спорту в рамках модели «Большая пятерка»	-198
<i>63. Сазанаква Л.И.</i> Использование ситуационных задач для оценивания уровня сформированности профессиональных компетенций студентов	-202
<i>64. Сентябрьев К.А., Калякина Е.П.</i> Предстартовые эмоциональные состояния боксера и способы их регуляции	-204
<i>65. Чердакова О.П</i> Исследование тревожности у студентов ГПОАУ АО Амурский педагогический колледж, занимающихся легкой атлетикой	-207
<i>V. Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта</i>	
<i>66. Дворяшина В.Г., Дворяшин А.В.</i> Влияние физических упражнений на здоровье подростка	-210
<i>67. Джумагалиева А.А., Дробышева С.А.</i>	

Методика адаптивного физического воспитания студентов с патологией зрительного анализатора	-214
<i>68. Егорова М.А.</i> Сравнительный анализ показателей внешнего дыхания у спортсменов с разной степенью двигательной активности	-219
<i>69. Емельянова В.А., Юрьева А.А.</i> Распространенность травм коленного сустава у спортсменов разных видов спорта ГУОР города Иркутска	-221
<i>70. Квитченко А.В., Трусова О.Г.</i> Средства и методы восстановления работоспособности пловцов	-223
<i>71. Коваль А.И., Демьяненко И.С.</i> Роль учителя физической культуры в профилактике вредных привычек у подростков	-226
<i>72. Кочетов В.В.</i> Влияние средств и методов физической реабилитации на уровень физического развития детей с последствиями ДЦП	-230
<i>73. Никифоров Ф.С., Раднаев В.У.</i> Определение ПАНО у спортсменов	-234
<i>74. Рык А.С., Астахова М.С.</i> Кистевая динамометрия как метод оценки физического развития	-236
<i>75. Трофимова Е.В., Мартыненко А.А.</i> Функциональная асимметрия человека, как один из маркеров спортивных задатков юношей-борцов	-238
<i>76. Утяганова Ю.Р., Малорошвили Л.Н.</i> Профилактика и лечение плоскостопия у спортсменов	-243
<i>VI. Экономические и правовые аспекты физкультурно-спортивной деятельности организаций и учреждений образования, физической культуры и спорта</i>	
<i>77. Полетаев И.О.</i> Отличительные особенности построения системы менеджмента КХЛ и НХЛ	-245
<i>78. Скрובהва А. С., Перевальская С. В.</i> Анализ этапов реализации Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года	-248
<i>79. Трифанцов А.А., Евлампьева Т.Б.</i> Современные проблемы в области физической культуры и спорта	-251
<i>80. Ходотова М.И.</i> Использование информационных технологий в деятельности студенческих спортивных клубов	-254

его профессии области, но и умел вникать в психологию руководимых им спортсменов, всего спортивного коллектива. Степень эффективности руководства тренера зависит от умения оценить особенности психических состояний каждого спортсмена при его взаимодействии с партнером и противником, умения своевременно и правильно устранить причины, ведущие к неудачам или конфликтам.

На дисциплинах общепрофессионального цикла и междисциплинарных курсах, на тренировочных занятиях наши педагоги выступают в роли и преподавателей, и наставников для студентов. Таким образом, сохраняется преемственность наставничества.

Итак, авторитет спортивного наставника основывается на следующих основных принципах поведения:

- любить и понимать воспитанника;
- защищать его интересы;
- быть заботливым, держать связь с родителями;
- быть выдержанным;
- развивать самообладание, способность внимательно и терпеливо выслушивать юного спортсмена в любой ситуации;
- вырабатывать в себе чувство юмора, умение разряжать напряженную обстановку шуточной репликой, добродушным замечанием;
- прощать несущественные ошибки, которые допущены бессознательно, без злого умысла;
- никогда не повышать голоса [3].

Таким образом, роль спортивного наставника сводится к простой задаче – стать учителем своим студентам или юным спортсменам в первоначальном понимании этого слова, то есть несущим основы и первоосновы человеком, на которого, хотелось бы равняться по всем параметрам, включая личностные, педагогические, медицинские, психологические и социальные.

Список источников информации

1. <https://rebenokvsporte.ru/pervyj-trener-ego-rol-v-sportivnoj-zhizni-rebenka>
2. Леготкин А.Н., Лопатина А.Б. Роль педагога-тренера в методике преподавания физической культуры // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 5- – С. 363-367; URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=35916>
3. <https://forpsy.ru/works/rol-trenera-v-sportivnom-kollektive/>

История физической культуры и спорта Новомосковска в фонде Центральной городской библиотеки имени А. С. Пушкина

*Польшина А. В., заведующая отделом краеведения
«Центральная городская библиотека имени А. С. Пушкина»
г. Новомосковск, Тульская область*

Актуальность. Молодёжь - это особая социально-возрастная группа, отличающаяся специфическими социальными, политическими и культурными интересами, ценностными ориентациями, статусом в обществе, а также возрастными рамками. Воспитание современной российской молодежи – стратегическая задача государственной политики. Падение духовно-нравственных ценностей, дефицит патриотических чувств у значительной части граждан и особенно у молодёжи – характерные и тревожные особенности современной ситуации в государстве. Проблема молодежной политики решается на разных уровнях. Воспитание должно стать неотъемлемой составной частью деятельности не только образовательных учреждений, но и различных социальных институтов, чья работа связана непосредственно с обеспечением занятости и досуга детей и молодежи.

В статье представлен опыт сотрудничества Центральной городской библиотеки имени А. С. Пушкина города Новомосковска с училищем (колледжем) олимпийского резерва Тульской области, с другими образовательными и общественными организациями города в решении задач воспитания молодежи.

Содержание. Отдел краеведения Центральной городской библиотеки имени А. С. Пушкина города Новомосковска (далее – библиотека) располагает богатым массивом документов о Тульском крае в целом и о городе Новомосковске в частности. В отдельном разделе фонда хранятся издания об истории физической культуры и спорта Тульской области. Помимо книг и газет в отделе краеведения создан краеведческий справочно-библиографический аппарат, который содержит наиболее полные сведения о литературе и иных материалах, относящихся к муниципальному образованию город Новомосковск. В его состав входят: краеведческий систематический каталог, сводный алфавитный каталог краеведческой книги, электронная фактографическая картотека «Знаменательные даты и события муниципального образования город Новомосковск», электронная база данных «Край», тематические папки газетных и журнальных статей. В 2011 году создан официальный сайт муниципального учреждения культуры «Новомосковская библиотечная система»: <http://nmosk-lib.ru>.

В библиотеке создаются все условия, чтобы облегчить доступ читателей как к традиционным, так и к электронным информационным ресурсам, необходимым для изучения истории и культуры региона, в том числе и развития физической культуры и спорта в городе Новомосковске. Библиотека привлекает учащихся и студентов не только своим содержанием, но и позитивным настроем сотрудников, которые помогают им в поиске и подборе необходимой информации, организуют тематические книжные выставки, проводят совместные мероприятия по актуальным темам.

Сотрудники библиотеки проводят для читателей множество массовых мероприятий краеведческого характера: встречи с писателями и поэтами, презентации книг, слайд-путешествия, посвященные истории, культуре, спорту, экологии, духовной жизни Тульского края. Благодаря новым технологиям библиотекари создают электронные продукты, соединяющие в единое целое визуальный и вербальный ряд. Массовые мероприятия сопровождаются электронными презентациями. Их подготовке предшествует кропотливая работа с документами, составление текстов, поиск, отбор иллюстраций, видеосюжетов, музыки и техническая обработка материалов. Объявления о предстоящих мероприятиях размещаются в СМИ, на страницах библиотек в социальных сетях и на сайте в разделе «Афиша». Информация о прошедших в библиотеке мероприятиях, проектах, в том числе и краеведческой направленности, представлена на сайте в разделе «События».

Библиотека сегодня – системообразующее звено в работе с молодежью и рассматривается как информационный центр, который содействует формированию общей культуры личности, развитию духовно-нравственных, патриотических и социокультурных ценностей молодых граждан нашей страны.

Приведём примеры нескольких краеведческих мероприятий, посвященных истории физической культуры и спорта в Новомосковске.

В 2015 и 2020 годах в библиотеке оформлялись книжные выставки и проводились совместно с преподавателями и студентами ГПОУ «Училище (колледж) олимпийского резерва Тульской области» вечера памяти Глеба Ивановича Паншина – организатора физкультурно-спортивной работы, директора детской спортивной школы, а позже директора техникума физической культуры, общественного деятеля, члена Союза писателей России, Почётного гражданина города Новомосковска.

В 2016 году в библиотеке состоялась презентация книги А. И. Алдобаева, члена Союза журналистов России, «О людях чести и долга», на которой присутствовали студенты и учащиеся школ города. В книгу вошли очерки о спортсменах, наших земляках: волейболисте Евгении Матвееве, сильнейшем марафонце СССР Иване Филине, двукратном олимпийском чемпионе лыжнике Вячеславе Веденине. Ни одна спортивная биография не

может в точности повторить другую. Хотя, если посмотреть на судьбы спортсменов – героев очерков Александра Алдобаева, то найдём в них много общего. За миг удачи спортсмены платят годами напряжённых тренировок. Им присущи целеустремлённость, мужество, собранность, умение преодолевать трудности [2].

С 2011 года осуществляется перевод изданий о городе Новомосковске в электронный формат. В настоящее время фонд оцифрованных изданий составляет более 150 экземпляров. Из них по истории спорта, спортсменах и тренерах города: 31 экземпляр.

Найти книги в электронном варианте можно на сайте в разделе «Информационные ресурсы», затем перейти к разделам «Электронная библиотека», «Электронная библиотека МБУК «НБС». В соответствующих разделах размещены краеведческие издания: обложка, библиографическое описание книги, аннотация и ссылка на книгу в формате PDF.

Одно из самых значительных событий в жизни Новомосковской библиотечной системы и местного сообщества — краеведческие чтения, которые в 2022 году прошли в четырнадцатый раз. Для истории это мгновение, для организаторов проекта — большой путь от городских краеведческих чтений до межрегиональных. Первые городские краеведческие чтения состоялись в 2009 г., в преддверии 80-летия со дня основания Новомосковска. Библиотека выступила инициатором и организатором проведения краеведческих чтений — масштабных для нашего города, с привлечением научных кадров. Это мероприятие объединило участников в поиске неисследованных страниц истории, экономики, культуры, спорта, народных традиций и обычаев Тульского края и Новомосковска.

Интерес к краеведческим чтениям у специалистов вызван, на наш взгляд еще и тем, что работы публикуются в сборнике, и выдаётся сертификат участника. В работе краеведческих чтений принимают участие как работники культуры, писатели, учёные, общественные деятели, журналисты, искусствоведы, преподаватели образовательных учреждений, краеведы, так и студенты, учащиеся. Для юных исследователей участие в чтениях становится своеобразной школой, где они не только приобщаются к истории и культуре родного края, но и проделывают значительную работу по развитию навыков исследовательской деятельности и публичного выступления.

От чтений к чтениям растёт число докладчиков. В программу I городских краеведческих чтений было включено 23 доклада, а в программу XIV межмуниципальных краеведческих чтений — уже 41. Всего за четырнадцать лет на краеведческих чтениях было 535 выступлений, из них 12 докладов были посвящены истории физической культуры и спорта Новомосковска.

Постоянные участники краеведческих чтений – преподаватели и студенты ГПОУ «УОРТО», собирающие материал о новомосковских спортсменах, тренерах, учителях физической культуры, ветеранах физкультурно-спортивной работы в городе. На примере биографий этих выдающихся земляков воспитываются будущие специалисты по физической культуре и спорту.

Заслуживают внимания работы студентов и преподавателей, посвящённые Г. И. Паншину и ветерану Великой отечественной войны, учителю физической культуры с многолетним стажем В. Н. Сапицыну, выполненные под руководством преподавателя Е. А. Дульзон. Биографии Ксении Семёновой, чемпионки мира и Европы по спортивной гимнастике, участницы летних Олимпийских игр 2008 года, было посвящено выступление студентки Е. Левшиной, научный руководитель К. А. Крупский [4,3,7].

Фундаментальностью и доскональным знанием темы отличались доклады студентов Училища олимпийского резерва, выполненные под руководством методиста Н.Н. Андреевой: «Новомосковский спорт – история и современность», «Профессионал (тренер по художественной гимнастике Татьяна Канунникова)», «Валерий Резанцев – профессор ковра». Несколько исследований на краеведческих чтениях было посвящено писателям и преподавателям физкультурного техникума Г.И. Паншину и Н.В. Шуклину [6,8,4].

Достоинно представили результаты своей научно-исследовательской деятельности учащиеся МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 20» под руководством учителя географии Р. Ф. Батайкиной в работах «Лыжная тропа выходного дня» и «Социально-экологический проект «По тропе из прошлого в будущее» [5].

С интересным докладом о лодочных походах преподавателей и студентов Новомосковского юридического колледжа выступил учитель истории МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 20» В. В. Пасько [9].

Все выступления участников краеведческих чтений сопровождалось электронными презентациями, демонстрирующими архивные записи, музейные экспонаты, уникальные фото- и видео-документы. Все исследовательские работы опубликованы в сборниках материалов краеведческих чтений. Это помогает аккумулировать и систематизировать краеведческие знания, популяризировать их, наладить информационный обмен между заинтересованными людьми. Всего издано четырнадцать сборников, электронные копии которых представлены на сайте Новомосковской библиотечной системы.

Хочется отметить, что сам факт проведения в городе краеведческих чтений, причём в межрегиональном формате, говорит о том, что за последние годы накоплен значительный опыт краеведческой деятельности в различных учреждениях культуры, спорта, образования, общественных организациях. Новые идеи, технологии, а также многократно апробированные методы работы позволили библиотеке стать во главе краеведческой работы в Новомосковске. Живой интерес населения региона к краеведческим документам и краеведческим чтениям — безусловное подтверждение актуальности нашей работы.

Библиотека использует новые формы сотрудничества по вопросам профориентации с организациями и учреждениями, занимающимися проблемами молодежи. Новомосковск – город трудовой славы. Информация о людях труда, важных событиях в биографии города, достижениях трудовых коллективов градообразующих предприятий повышает информационную культуру и грамотность молодежи, содействует правильной ориентации в многообразии мира профессий, воспитывает уважение к труду. Для этого проводятся встречи с интересными людьми - представителями разных профессий, «круглые столы», беседы по краеведческим материалам об известных земляках, их профессиях. Такие мероприятия не только прививают любовь к своему краю, но и служат своеобразным ориентиром в выборе профессии. А самое главное, - создают условия для развития высоко нравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей личностными качествами, необходимыми для успешной профессиональной деятельности, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества.

В 2018 году Новомосковская библиотечная система начала реализацию проекта «Этот день в истории Новомосковска», цель его – обратить внимание на важнейшие события и факты из истории, экономики, культуры города, рассказать о людях, чьи имена связаны с Новомосковском. Основой для составления текстов статей является электронная фактографическая картотека «Знаменательные даты и события муниципального образования город Новомосковск». На текущий момент на сайте в разделе «События» размещено 517 статей, посвящённых памятным событиям в истории города.

В 2019 году Новомосковская библиотечная система приступила к реализации долгосрочного краеведческого проекта – создание электронной энциклопедии «Новомосковск», призванной стать новым источником справочной информации о муниципальном образовании город Новомосковск. В энциклопедии содержатся сведения по истории, географии, экономике, культуре, спорту, литературе, искусству, религии нашего города, включены биографические данные о людях, чья жизнь и деятельность связана с тем или иным периодом в истории Новомосковска.

Электронная энциклопедия «Новомосковск» формируется на основе статей, подготовленных в рамках более раннего проекта «Этот день в истории Новомосковска». Поэтому на данный момент в энциклопедию вошли статьи, посвящённые юбилейным событиям в истории города Новомосковска за 2018-2023 годы. На текущий момент на сайте

МБУК «НБС» в разделе «Электронная энциклопедия «Новомосковск» размещена 491 статья. Из них по истории спорта: 17. В последующие годы энциклопедия будет регулярно пополняться новыми статьями.

Отдел краеведения библиотеки располагает большим количеством документов о городе Новомосковске, которыми активно интересуются жители. Назрела острая необходимость систематизировать, проанализировать и отредактировать имеющиеся материалы, перевести их в электронный вид и разместить на официальном сайте. Статьи, составляющие энциклопедию, содержат новые разносторонние сведения о прошлом и о настоящем города.

Электронная энциклопедия «Новомосковск» состоит из четырёх основных разделов: Выдающиеся земляки (размещены биографии 11 спортсменов или руководителей спортивных, образовательных учреждений Новомосковска: Алдобаева А. И., Андреева В. Г., Долгушина А. М., Макарова К. А., Обозова Ю. В., Паншина Г. И., Печёнкина Е. В., Печёнкиной З. Н., Резанцева В. Г., Филина И. И., Шамрая А. Н.); Достопримечательности; Населённые пункты; Предприятия, организации, учреждения (размещена информация о двух образовательных и четырёх спортивных учреждениях Новомосковска).

Уникальный характер имеющимся в энциклопедии материалам придаёт то, что они подготовлены в результате многолетних кропотливых разысканий местных учёных-краеведов и большинство из них составлено на основе изучения краеведческих книг, местных газет и журналов, а также документов архивного отдела администрации МО г. Новомосковск.

Электронная энциклопедия «Новомосковск» в полном смысле этого слова — творение коллективное. В её создании так или иначе принимали участие многие, кому не безразлична история и настоящее родного города. Особая роль в создании энциклопедии принадлежит её составителю А. В. Польшиной, заведующей отделом краеведения, которая отвечает за сбор и сведение воедино большого объёма материалов; Н. Б. Алексиной и Е. Н. Тихоновой, библиотекарям отдела краеведения, за уточнение разнообразных, порой неполных и противоречивых сведений. Большую работу по размещению энциклопедии на сайте проводит заведующий отделом информационных технологий Д. А. Сергеев.

Достойны уважения авторы изданий о городе Новомосковске. Огромную практическую помощь при создании энциклопедии оказали краеведческие труды А. С. Бондаренко, М. Г. Бороздинского, В. И. Седугина, В. Д. Люкшиновой, В. С. Назаренко, М. Н. Волкова, Ю. А. Шакирова.

При подготовке статей о персоналиях были изучены архивные документы, личные дела, анализировались данные из анкет, автобиографий; затем эти источники сопоставлялись, таким образом, выяснялась достоверная информация.

Заключение. Электронная энциклопедия «Новомосковск» находится на первом этапе создания. Нами создана лишь основа для дальнейшего изучения нашего региона, обозначены границы этого обширного поля деятельности. Настало время организовать регулярное пополнение основных разделов энциклопедии, внесение новых разделов.

Надеемся, в скором времени энциклопедию можно будет назвать зеркалом муниципального образования, ибо в ней комплексно отразятся сведения о городе Новомосковске, предоставленные всеми заинтересованными лицами. А пока остаётся признать, что воспоминания очевидцев тех или иных событий, документы архивов ещё мало изучены. Они ждут нас, ждут нашей упорной и трудной исследовательской работы.

Молодежи города предоставляется возможность принять активное участие в исследовательской деятельности. Глубокое знание своей истории, уважительное, бережное отношение к великому патриотическому, духовному, культурному наследию Отечества позволяет делать верные выводы из прошлого», – подчеркнул Президент России В. Путин.

Участвуя в поиске информации, знакомясь лично или по документам с биографией людей, оставивших след в истории города, юноши и девушки имеют возможность применить

свои знания и умения, расширить представление о событиях, происходящих в стране и в мире, внести свой вклад в защиту исторической правды.

Хочется верить, что такие информационные ресурсы библиотеки как оцифрованные краеведческие издания о развитии физической культуры и спорта в Новомосковске (в их числе и сборники краеведческих чтений), биографические статьи о выдающихся спортсменах и деятелях физической культуры и спорта, а также статьи об образовательных и спортивных учреждениях нашего города из электронной энциклопедии «Новомосковск», будут благосклонно приняты читателями и станут своеобразным путеводителем по спортивному Новомосковску.

Список источников информации

1. <https://edu.gov.ru/press/5021/vladimir-putin-glubokoe-znanie-svoey-istorii-uvazhitelnoe-berezhnoe-otnoshenie-k-velikomu-patrioticheskomu-duhovnomu-kulturnomu-naslediyu-otechestva-pozvolyaet-delat-vernye-vyvody-iz-proshlogo/>
2. Алдобаев А. – О людях чести и долга / – Тула: – Папирус, 2016. – 252 с.
3. Гришаев К., Дульзон Е.А. // Русский характер (участник Великой Отечественной войны В.Н. Сапицын) // Новомосковск и Тульский край: времена и люди: материалы VII областных краеведческих чтений – Тула. – 2016. – С. 186-193.
4. Дульзон, Е. А. Литературное творчество Г. И. Паншина в преподавании русского языка студентам колледжа // История и современное развитие Тульского края: материалы III областных краеведческих чтения//–Тула: –2011. – С. 230-235.
5. Косенко Е., Комаров Е., Батайкина Р.Ф. – Лыжная тропа выходного дня // Туризм в Тульском крае: потенциал и перспективы: материалы V областных краеведческих – Тула: – 2014. – С. 290-296.
6. Андреева Н.Н., Крыцин М. – Новомосковский спорт - история и современность // Новомосковск и Тульский край: времена и люди: материалы VII областных краеведческих чтений// – Тула: – 2016. – С. 193-206.
7. Левшина Е., Крупский, К. А. – Ксения Семенова – путь к вершинам мастерства // Тульский край из века в век: IX межрегиональные краеведческие чтения// – Тула: – 2017. – С. 194-201.
8. Окунькова Д., Осадчий С., Андреева Н.Н. // Валерий Резанцев – «профессор ковра» // Тульский край: из глубины веков до наших дней: XII межрегиональные краеведческие чтения: Новомосковск// – Тула: – 2020. – С. 167-175.
9. Пасько, В. В. Лодочные походы преподавателей и студентов Новомосковского юридического колледжа – эффективное средство воспитания патриотизма // История, культура и природа земли Тульской: XIII межрегиональные краеведческие чтения// – Тула: –2021. – С. 214-218.

Конкурсы профессионального мастерства: плюсы и минусы

*Сагадиева Н.В., преподаватель,
зав. отделением «Физическая культура»
ГБПОУ РХ «У(Т)ОР», Хакасия, Абакан*

Введение. Одной из важнейших задач системы профессионального образования является повышение качества подготовки педагогических кадров в соответствии с современным уровнем развития образования и ожиданиями работодателей.

Конкурсы профессионально мастерства не только дают возможность студентам оценить свои силы, самоутвердиться, показать свои профессиональные знания и умения, совершенствоваться в выбранной специальности, но и позволяют работодателям найти для себя талантливые «кадры».

Список источников информации

1. Мельникова Н.Ю., Трескин А.В. История физической культуры и спорта учебник / М.: - Советский спорт, - 2013. - 392 с
2. https://www.championat.com/other/article-3277393-bystryj-start-uzhasnyj-finish-zhizn-i-smert-bratev-znamenskikh.html?utm_source=copypaste
3. <https://sporttob.ru/velikie-sportsmeny-kotorye-sluzhili-na-vojne/>
4. <https://sportgymrus.ru/news/v-den-rozhdeniya-zms-sssrbelyakova-vladimira-timofeevicha-legendy-otechestvennoj-sportivnoj-gimnastiki.html>
5. <http://www.portalkoroleva.ru/e/1207670-pochatova-mariya-andreevna>
6. <http://sport-strana.ru/dobryshin-aleksej-nikolaevich/>

Деятельность Новомосковской библиотечной системы по формированию здорового образа жизни в молодежной среде

*Никитина Н.Н., заведующая отделом
Центральная городская библиотека имени А. С. Пушкина
г. Новомосковск, Тульская область*

Актуальность. Здоровый образ жизни – неотъемлемая часть жизни взрослого человека, заботящегося о своем самочувствии. Однако так же важно вести пропаганду правильного и здорового образа жизни среди детей и молодежи. Ведь именно в детстве зарождаются и закрепляются полезные привычки. Библиотеки идеально владеют инструментом просветительской деятельности и продвижения идей ответственного и рационального подхода к сохранению здоровья.

В настоящее время широкое распространение получило определение здоровья, данное в уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Здоровье — динамическое состояние физического, духовного и социального благополучия, обеспечивающее полноценное выполнение человеком трудовых, психических и биологических функций при максимальной продолжительности жизни [2].

Тема здоровья, здорового образа жизни очень актуальна для жителей города Новомосковска, на территории которого расположены крупные предприятия химической промышленности: НАК «Азот», ООО «P&G». ОАО «Кнауф Гипс», группа предприятий «ГОТЭК», ГРЭС и другие, негативно влияющие на экологию и состояние здоровья населения города [4].

Цель статьи: систематизировать опыт работы Центральной городской библиотеки имени А. С. Пушкина города Новомосковска по формированию здорового образа жизни в молодежной среде.

Многолетнее сотрудничество в аспекте популяризации здорового образа жизни среди молодежи связывает Центральную городскую библиотеку имени А. С. Пушкина города Новомосковска (далее - библиотека) и училище (колледж) олимпийского резерва Тульской области (далее - колледж). Между нашими организациями заключен договор о сотрудничестве и разработан план общих мероприятий, который ежегодно корректируется и пополняется новыми мероприятиями по актуальным темам. Мероприятия проводятся в здании библиотеки или в колледже. Формы проведения всегда разнообразны, в соответствии с темой, это: беседа, круглый стол, лекторий, книжная выставка, видео-обозрение, квест, квиз, флэшмоб, ролевая игра, викторина и другие.

Организаторы мероприятий выполняют функции поиска и преработки информации, обеспечения средств наглядности (фото и видео-материалов), разработки содержания мероприятий с учетом интересов и особенностей подростковой и молодежной аудитории. Для мотивации участников мероприятий используются разные педагогические приемы, содействующие концентрации внимания и повышению активности. Для подведения итогов и обратной связи всегда используются разные приемы рефлексии, прививающие навыки

анализа усвоенного материала и качества личного участия в мероприятии, что имеет важное значение для студентов колледжа, как будущих педагогов по физической культуре и спорту.

Нужно отметить, что любая форма библиотечной работы проходит в течение всего года. Но есть и активные месяцы, когда их количество возрастает. Например, во время проведения ежегодной антинаркотической акции «Вместе против наркотиков» библиотека проводит активную работу по профилактике наркомании, в которой принимают участие школьники и студенты города. В 2022 году состоялись: дискуссия о вреде наркотиков «Знать – чтобы жить!», квест «Наркотики. Что миф, что реальность?», «Выбери независимость...», антинаркотический флешмоб «Это не моё!» и другие.

В ходе мероприятий молодые люди познакомились с литературой, представленной на тематических выставках; активно взаимодействовали с библиотекарями, включаясь в диалог о проблеме распространения наркотических средств и её решении. В месячнике «Вместе против наркотиков!» для молодежи организованы: уроки здоровья «Наркотикам – нет! Здоровому образу жизни – да!», «Книжные истории о здоровье», урок-диалог «Беда по имени – Наркотик», а в Молодежном центре Центральной городской библиотеки А. С. Пушкина состоялся вечер акустической музыки Jam Session, на котором молодые люди приняли участие в антинаркотической акции «Молодёжь против наркотиков».

Пьянство имеет много опасных последствий для подростков. Алкоголь разрушает здоровье, плохо отражается на социальном и культурном развитии. Не получив в свое время образования, не развиваясь в должной мере физически и духовно, молодой человек быстро деградирует. В состоянии опьянения подростки теряют контроль и могут совершить преступление, либо сами могут стать жертвой преступления [5].

К Всероссийскому Дню трезвости традиционно в библиотеке проводятся встречи со школьниками и студентами, на которых обсуждаются проблемы зависимого поведения и способы сказать твердое «нет» алкоголю. Тему подросткового алкоголизма обсуждали студенты колледжей Новомосковска во время встречи «Трезвая Россия». Ребята говорили о том, как предотвратить подростковый алкоголизм, как уметь сказать твердое «нет» псевдодрузьям, вспомнили об ответственности за свою жизнь и будущее, которое невозможно без правильных целей и трезвых решений. Можно отметить и другие мероприятия: ситуативную игру «Выбери себе жизнь», беседу-диалог «Остановись у края бездны!», урок здоровья «Алкоголизм. Только факты», круглый стол «Алкоголь и личность», видео-инструкция «Заповеди трезвости».

Если употребление алкоголя однозначно осуждается обществом, то отношение к курению более толерантно. Поэтому библиотека активно распространяет информацию о вреде табачного дыма среди молодежи. Стоит отметить беседу о зависимом поведении «Закурить не найдется!». Во время мероприятия, призванного научить подростков противостоять вовлечению в курение, студенты высказывали свое мнение о том, какие меры могли бы предупредить и ограничить потребление табака и спиртного (запрет рекламы, просветительские беседы, самоконтроль). Узнали много новых для них негативных факторов воздействия табачного дыма. Видеоролик антитабачного содержания дополнил диалог.

Студенты ГПОУ «Училище (колледж) олимпийского резерва Тульской области», выбравшие спорт и физическую культуру своей профессией уже ориентированы на здоровый образ жизни, поэтому встречи с ними проходят не в разъяснительном формате, а в виде круглых столов и дискуссий. Студенты спорят и размышляют о том, почему, несмотря на обилие информации, безответственное отношение к своему здоровью и вредные привычки остаются популярными в молодежной среде. Примером таких мероприятий стали: диспут ко дню здоровья «Жизнь в многоликом мире», беседа «Здоровая Россия», диспут о здоровом образе жизни «Территория безопасности», видео-лекторий «Преодолеть зависимость».

Важной частью сотрудничества с колледжем является привлечение внимания к адаптивному спорту. Несмотря на то, что последнее десятилетие социализация инвалидов ведется очень активно, адаптивный спорт часто остается «за бортом» ставшей почти

привычной инклюзии. Развитие этого направления очень важно, так как для человека, который столкнулся с инвалидностью, спорт становится не только источником физической активности, но и едва ли не единственной возможностью быть включенным в жизнь. Главными здесь остаются два фактора — это информированность людей и подготовка необходимых специалистов. Библиотека привлекает внимание студентов к этой проблеме путем живого общения с людьми с особыми возможностями здоровья. Ярким событием стал круглый стол «Навстречу друг другу», посвященный проблемам интеграции инвалидов в обществе. Поддержать сложный, но нужный разговор нам помогли руководитель Тульского регионального отделения сообщества семей слепоглухих Ирина Леонова и Тульская региональная общественная организация помощи семьям, имеющим детей-инвалидов «Феникс», Елена Стец. Беседа получилась живой и неформальной, студенты приняли участие в интерактивных тренингах, задавали вопросы и показали себя неравнодушными людьми.

Традиционными стали встречи студентов с детьми и взрослыми Тульской региональной общественной организации помощи семьям, имеющим детей-инвалидов «Феникс», организованные ко Всемирному Дню здоровья. Успешным примером такого взаимодействия стало мероприятие «Помогите мне обнять мир!». Студенты узнали много полезной информации о детях, страдающих расстройствами аутистического спектра, пообщались с детьми и их родителями, услышали, какое положительное влияние адаптивный спорт оказывает на здоровье и социальную адаптацию таких детей, сделали вывод о важной роли тренера в жизни особого ребенка. Таким образом библиотека и колледж надеются привлечь будущих педагогов в адаптивную физкультуру и спорт и изменить отношение к людям с особыми возможностями к лучшему.

В 2011 году библиотека выступила организатором фестиваля проектов, популяризирующих здоровый образ жизни «Основа процветания города – здоровье его жителей». В целях активизации и совершенствования работы с молодёжью, библиотека обратилась с призывом к руководителям подразделений администрации муниципального образования город Новомосковск, правоохранительным органам, медицинским и учебным учреждениям - поделиться накопленным опытом работы, разработанными проектами по пропаганде здорового образа жизни. Свои проекты представили: заведующая отделением социально-гигиенического мониторинга филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тульской области в г. Новомосковске», председатель комитета по физической культуре и спорту администрации МО город Новомосковск, главный врач ГУЗ «Тульский областной психоневрологический диспансер № 2», подростковый врач, ГУЗ «Тульский областной наркологический диспансер № 2», врач-невролог, заместитель главного врача по медицинской части МУЗ «Новомосковская центральная районная поликлиника», руководитель «Социального театра: спектакль + психологический тренинг» муниципального учреждения «Центр досуга детей и подростков», педагоги и учащиеся образовательных учреждений города.

По материалам фестиваля был выпущен сборник, в котором представлены материалы, которые охватывают вопросы межведомственной координации по профилактике здорового образа жизни, состояния здоровья населения города, деятельности по профилактике вредных привычек у молодёжи [3].

Несмотря на то, что библиотека не имеет возможности проводить спортивные мероприятия, мы активно привлекаем подростков и молодёжь к подвижным играм на улице. Не первый год Международной федерацией лыжного спорта проводится Международный день зимних видов спорта. В 2022 году юные читатели библиотеки с большим удовольствием присоединились к празднованию этой даты. Ребята узнали о том, когда появился этот праздник и кто его придумал, каким видом спорта и почему стоит заняться зимой, чтобы укрепить здоровье, иммунитет и поднять себе настроение. С энтузиазмом приняли участие в веселой физкультминутке «Зимние забавы», состязались в знании зимних дисциплин, литературных произведений о зиме, «снежных загадках» и, конечно же, ловко

выполнили все игровые задания. Штурмовали снежные склоны и поиграли в хоккей, вспомнив строчку из знаменитой песни — «Трус не играет в хоккей!». Этот день дал всем возможность насладиться снегом, получить заряд бодрости и окунуться в светлое будущее зимних видов спорта, которые будут восприниматься не только как соревнование, но и как развлечение. Другим интересным событием стал тренинг «Молодёжь за ЗОЖ». Участники мероприятия посмотрели видеофильм, и, путём совместных обсуждений дали основополагающее определение понятия «Здоровый образ жизни». По итогам дискуссии ребята оценили полезность полученной информации по «шкале эффективности» и составили собственную программу здорового пути по жизни.

Такая активность чаще всего происходит в теплое время года. Спортивные игры и развлечения объединили детей и подростков во время мероприятия «Молодежь в формате ЗОЖ», которые успешно прошли все испытания. В конкурсах с бегом, прыжками, подтягиванием и мячом ребята проявили свои спортивные способности и навыки. Вот так весело, легко и радостно участники мероприятия приобщались к здоровому образу жизни.

Давним социальным партнером библиотеки является новомосковский санаторий Тонус-плюс, где проводят летние каникулы дети и подростки. Из наиболее интересных реализованных мероприятий этого комплекса можно отметить программы: «Уличные игры наших родителей», «Полный вперед!», «Чемпионы нашего двора», спортивную викторину «Путешествие в страну Здоровья». Нужно отметить, что уличные игры всегда привлекают повышенное внимание прохожих: и взрослых, и детей, которые часто присоединяются к участникам мероприятий [2].

В заключение следует отметить принципиальную позицию коллектива Новомосковской библиотечной системы, которая заключается в твердом убеждении, что деятельность библиотек в формировании здорового образа жизни в молодежной среде нужно развивать дальше. Используя свои профессиональные методы и формы работы, плодотворное сотрудничество с социальными партнерами, библиотека с самого раннего возраста формирует у подростков и молодежи образ жизни, где нет места вредным привычкам, а есть спорт, успех и здоровое будущее.

Список источников информации

1. Алексеева, М. Каникулы без проблем / М. Алексеева // Новомосковская правда. – 2019. – 15 авг. (№ 33). – С. 5 : ил., фото.
2. Коновалов В.П. Совсем другая медицина / М.: АРСМИ Русская книга – 2016. – С. 416
3. Основа процветания города – здоровье его жителей: материалы Фестиваля проектов, популяризирующих здоровый образ жизни: Новомосковск, 6 октября 2011 года / Тула : Гриф и К, 2011. – 56 с. : 1 CD-диск.
4. Плещев А.М. Главные оставляющие здорового образа жизни // Педагогические науки – 2018 /<https://cyberleninka.ru/article/n/glavnye-sostavlyayushchie-zdorovogo-obraza-zhizni>
5. <https://www.nmosk.ru/city/economy/leading-enterprises/> - Ведущие предприятия города.

Влияние занятий йогой на функциональную подготовленность занимающихся женщин 25-30 лет

*Петрова Н.А., студентка 5 курса, тренер по йоге
Калмыкова С.Г., Никифорова В.П., преподаватели
ГБПОУ УОР г. Оренбург*

Актуальность. Последнее время занятия йогой вызывают все больший интерес не только у студентов, но и у разных групп населения.

Йога положительно влияет на красоту движений, функциональную работу организма, улучшает настроение, повышает умственную деятельность, укрепляет эмоциональную устойчивость. Начать заниматься йогой можно людям в любом возрасте, с разным типом