

МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ УКРАИНЫ  
ХАРЬКОВСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

МИНИСТЕРСТВО УКРАИНЫ ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ И СПОРТА  
ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ КОМИТЕТ УКРАИНЫ  
ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ УКРАИНЫ

МЕЖДУНАРОДНАЯ АССОЦИАЦИЯ "СПАРТ"

ВОЗВРАЩЕНИЕ К ОЛИМПИЙСКИМ ИДЕАЛАМ  
ОЛИМПИЙСКОЕ И СПОРТИВНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ

Методические рекомендации для преподавателей

Харьков - 1992

**УДК 796.092.1 + 177 + 371.044.4**

Возвращение к олимпийским идеалам : Олимпийское и спортивно-гуманистическое воспитание молодежи / под ред. профессора Л а б с к и р а Владимира Михайловича, доцента Л ю б и е в а Альберта Игнатьевича.- Харьков: Харьковский политехнический институт. ГУФК Министерства Украины по делам молодежи и спорта. Олимпийская Академия Украины. Международная Ассоциация "СПАРТ", 1992.- 58 с.

Представлен практический материал для спортивно-массовой работы с молодежью и учебных занятий по физическому воспитанию:

- сведения об олимпизме;
- воспитание личности средствами физической культуры и спорта: гуманизация физического образования, проект "СПАРТ" (спорт плюс искусство), клубы по спортивным интересам, фестивали и состязания;

- частные методики спортивной и общефизической подготовки: формирование здорового образа жизни, национальные системы физической культуры, многоборья, оценка физического состояния, учет запросов, потребностей и интересов и др.

Обобщены сведения и результаты исследований по олимпийскому и спортивно-гуманистическому воспитанию в странах Европы, Азии, Латинской Америки.

Издание предназначено для преподавателей высшей школы, учителей, организаторов и активистов олимпийского и физкультурного движения, социологов, медиков, спортсменов и физкультурников.

Рекомендации подготовлены, обсуждены и одобрены участниками международных семинаров по здоровому образу жизни, спортивно-гуманистическому и олимпийскому воспитанию : профессор Владислав Иванович Столяров (научный руководитель, Москва); профессор Лабский В.М. (куратор исследований, Харьков); доцент Абросимов В.В.(Курск); канд.пед.наук Акимова А.К., доцент Литвинов В.Н., доцент Пчелов В.М.(Днепропетровск); доцент Батыров Х.А.(Бухара); доцент Берест Ю.К.(Сумы); профессор Богородский С.В., доцент Богородская Л.И.(Алма-Ата); доцент Богословский В.В.,доцент Быховская И.М., канд.пед.наук Вишневский В.И., доцент Зуев С.Н., канд. пед.наук Курило С.И.,Моченов В.П., профессор Новиков Б.И.,профессор Сараф М.Я.(Москва); Борц И.Л.,доцент Черепяхин Г.А.(Донецк); доцент Волков И.П., доцент Мешконис И.И., профессор Кряж В.Н. (Минск); Гиргинов В.(София); доцент Губка П.И.(Полтава); магистр Драгутинович С. (Крагуевац); доцент Ефименко П.Б.,Заяц Т.А.,академик Костенко Ю.Т.,доцент Любиев А.И.,доцент Малка Г.В.,Пустыльник М.А., к.т.н. Романов А.А.,Саблев А.Л., Саблева Т.А., академик Товажнянский Л.Л., Червяков А.Т.,Чернин И.М.,Шахунова Н.Е.,доцент Эпштейн Л.Ю.(Харьков); профессор Живоинич Ж.(Белград); профессор Жуковска З.,профессор Кравчик З.(Варшава); магистр Карович Ж. (Чачак); доцент Крапивина Е.А.,доцент Мизеров М.М.(Львов); Кубасов В.И.,доцент Петренко Г.Г.,Юшко В.Б.(Киев); доцент Лакиза А.Н. (Белая Церковь); доцент Ростокин В.А.(Волгоград); доцент Семенов С.П.(Гомель); профессор Симаков Ю.П.(Омск); к.ф.н. Сатылганов Ж.Р.(Бишкек); доцент Тараненко К.И.(Владикавказ); доцент Федулов В.К.(Ульяновск); доцент Щодро М.В.(Санкт-Петербург) и др.

Семинары проведены в спортивно-оздоровительном лагере "Студенческий" Харьковского политехнического института (Алушта, 1989-1991 г.г.).

(С) Харьковский политехнический институт, 1992 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

### ЧАСТЬ 1. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ . 5

ПРИОРИТЕТНЫЕ ПОДХОДЫ И ПРОГРАММЫ В ФОРМИРОВАНИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ШКОЛЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ .....	5
Тараненко К.И. В ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ .....	7
Сараф М.Я. ДОМИНАНТНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....	8
Пчелов В.М., Литвинов В.Н. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ .....	10
Лабский В.М.,Любиев А.И.,Близнецова З.А. СОЦИАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ И ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТУДЕНТОВ .....	11
Костенко Ю.Т.,Любиев А.И.,Лабский В.М.,Курило С.И., Столяров В.И. СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ ГЛАЗАМИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ .....	14
Петренко Г.Г. ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СИСТЕМЫ ЗАКАЛКИ-ТРЕНИРОВКИ П.К.ИВАНОВА В ВУЗЕ .....	16
Акимова А.К. ГУМАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С АНОМАЛЬНЫМИ ОТКЛОНЕНИЯМИ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ .....	17
Саблев А.Л. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ .....	18
Ефименко П.Б., Чернин И.М. МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ САМОМАССАЖА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ .....	19

Крапивина Е.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ФОРМ И СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ГАРМОНИЧНОГО РАЗВИТИЯ МОЛОДЕЖИ .....	21
Бондаревский Я.И. ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ РАЗГРУЗКА В ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ .....	22
Харлампов Г.А., Черепяхин Г.А. ОПЫТ ГУМАНИЗАЦИИ ВОСПИТАНИЯ СРЕДСТВАМИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА .....	23
Кубасов В.И., Олейник Н.А., Романов А.А., Эпштейн Л.Ю., Лабский В.М., Любиев А.И. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УПРАВЛЕНИИ СПОРТОМ В РЕГИОНЕ .....	24
Бондаренко Т.В., Саблева Т.А. ТЕСТЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ В ВУЗЕ ..	25
Червоный А.И. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ИНФОРМАТИКЕ И РАБОТЫ С КОМПЬЮТЕРОМ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ .....	26
Васильев Ю.К. ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТУРИСТСКОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ .....	27

- 3 -

## ЧАСТЬ 2. ОЛИМПИЙСКОЕ И СПОРТИВНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ .....

28

Лабский В.М. ОЛИМПИЗМ - ЧИСТЫЙ РОДНИК ДЛЯ СПОРТА НА УКРАИНЕ .....	28
Столяров В.И. ОЛИМПИЙСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ .....	29
Живоинович Ж., Драгутинович С., Карович Ж. СОВРЕМЕННЫЙ ОЛИМПИЗМ ГЛАЗАМИ СЕРБСКИХ СТУДЕНТОВ .....	32
Курило С.И., Лабский В.М., Юшко В.Б. ОЛИМПИЙСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ: АСПЕКТЫ КУЛЬТУРЫ, ТРАДИЦИЙ, ЦЕННОСТЕЙ ...	33
Эпштейн Л.Ю. ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ШАГИ ПРИОБЩЕНИЯ УКРАИНЫ К ОЛИМПИЙСКОЙ СЕМЬЕ .....	35
Шахунова Н.Е. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ К СПОРТИВНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ .....	36
Кравчик З., Жуковска З. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВЫБОР, СОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ И СПОРТ .....	37
Новиков Б.И. СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ КАК СФЕРЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕТЕЛЬНОСТИ .....	38

## ЧАСТЬ 3. ПРОЕКТ "СпАРТ" И ЕГО РЕАЛИЗАЦИЯ В ВУЗЕ .....

40

Столяров В.И. ПРОЕКТ "СпАРТ" .....	40
Столяров В.И., Курило С.И., Кубасов В.И., Любиев А.И., Лабский В.М. ПРОЕКТ МЕЖДУНАРОДНЫХ СТУДЕНЧЕСКИХ ИГР "СпАРТ" ...	43

## ПРИЛОЖЕНИЕ.

ТРАДИЦИИ ДРЕВНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР ЭЛЛАДЫ .....	49
ОЛИМПИЙСКАЯ ХАРТИЯ - ОСНОВНОЙ ДОКУМЕНТ СОВРЕМЕННОГО ОЛИМПИЗМА .....	50
КРУПИЦЫ МИРОВОГО ОПЫТА ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ МИРОВОЗЗРЕНИЯ И НАЦИОНАЛЬНЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ТРАДИЦИЙ НА УКРАИНЕ .....	52
ПРОГРАММА СТУДЕНЧЕСКОГО ОЛИМПИЙСКОГО ПРАЗДНИКА "СпАРТ" ...	54
ПЕРВАЯ СЕССИЯ ОЛИМПИЙСКОЙ АКАДЕМИИ УКРАИНЫ .....	56

## ЧАСТЬ 1. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

### ПРИОРИТЕТНЫЕ ПОДХОДЫ И ПРОГРАММЫ В ФОРМИРОВАНИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ШКОЛЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Развитие национальной школы физического образования, физического воспитания и спорта получило мощный и заметный толчок в связи с провозглашением самостоятельности и независимости Украины. В то же время в физической культуре и спорте, чаще, чем в других областях человеческой деятельности, очень важно использовать опыт других стран, регионов, даже других философий здоровья.

Следует указать на то, что ломка стереотипов мышления, изменение социальных заказов, взаимосвязей, ценностей, ориентиров - все это поставило специалистов физического воспитания вузов и средних учебных заведений в трудное положение, выявило необходимость постановки и решения мировоззренческих, профессиональных, методических и других задач.

Ведущие специалисты Приднепровья и Донбасса, Галиции и Слобожанщины, а также наши коллеги из Москвы, Санкт-Петербурга, Поволжья, Сибири, Казахстана, Сербии обсудили противоречие между снижением влияния физической культуры на состояние здоровья и некоторой растерянностью части специалистов перед напором модных систем, ненаучных подходов.

Кроме постановки малоутешительных "диагнозов" состояния физической культуры студентов и школьников, был предпринят "мозговой штурм" специалистов, чтобы "прописать" лекарства для сегодняшней больной физической культуры. Нельзя сказать, что все ответы найдены, но, по крайней мере, обозначены профессионально достойные направления работы, выхода на путь повышения социального престижа спорта и физической культуры на Украине.

Приоритетным признан спортивно-гуманистический подход, делающий акцент на гармонию физического и духовного совершенствования. Помимо новых методик в данном направлении может использоваться огромный опыт национальной школы. Предстоит в дальнейшем работа по его систематизации и распространению.

Целесообразно возвращение к девизу олимпизма "БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ!". Это возвращение ничуть не противоречит гармонии души и тела с точки зрения современных теорий здоровья, науки о здоровье здорового человека - ВАЛЕОЛОГИИ. Можно расширить понимание олимпийского девиза как не только физическое, но еще и нравственное, профессиональное, экологическое самосовершенствование. Такое современное понимание взаимосвязи движения, природы и нравственности привлечет к физической культуре молодое поколение, всегда стремящееся к постижению истинных ценностей жизни.

Практические внедренческие мероприятия связаны, в частности, с проектом "СпАРТ" - системой фестивалей, турниров, соревнований, культурно-спортивных мероприятий, в которых одновременно представлены средства физической культуры, искусство, творчество.

Вторая группа внедренческих мероприятий продолжает прекрасную идею многоборной подготовки как комплексного средства развития физических и нравственных качеств детей и молодежи. Здесь есть простор восстановлению национальных традиций активного отдыха, состязаний. По-видимому, профессионализм преподавателей физической культуры позволит обогатить и на современном методическом уровне использовать разнообразнейшие, порой неожиданные формы занятий и соревнований для этих целей.

Третье направление - традиционное для преподавателей-воспитателей - спортивные клубы по интересам. Теоретические разработки и практический опыт психологов и педагогов, социологов и организаторов физкультурной и спортивной работы убедительно свидетельствуют о том, что вокруг спорта как основной досуговой формы можно создать систему ценностей, общения, обязанностей в коллективе, здорового образа жизни, многолетних традиций. Эта система социально эффективна именно в молодежном возрасте, оставляет длительный след в жизни специалиста, формирует и передает убеждения следующему поколению. Механизм подобной эффективности еще будет детализироваться, однако, можно выделить практическую деятельность на ближнюю перспективу, что соответствует возрастным особенностям молодежи.

Исходя из приоритета личной практической деятельности как способа постижения физической культуры, специалисты считают неоправданными шахиания в сторону бесконтрольности учебного процесса

- 6 -

в школах и вузах. В то же время в формах обязательных и самостоятельных занятий самое важное в современных подходах - учитывать меняющиеся запросы детей и молодежи, их интерес к нетрадиционным для учебных программ видам спорта, оздоровительным и психофизическим системам, подходам к поддержанию и развитию физических и духовных качеств растущей личности.

Одновременно специалисты обращают внимание преподавателей физической культуры на необходимость сохранить накопленный методический запас по олимпийским видам спорта. Требуются усилия по пропаганде этих видов, по повышению профессионального мастерства.

Разнообразие подходов к формированию устойчивых привычек здорового образа жизни, учет в них национальных, возрастных, профессиональных, бытовых и традиционных установок является, по-видимому, условием успешной работы с детьми и молодежью.

Лабский В.М.

## В ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

доцент Тараненко К.И.

Северо-Кавказский горно-металлургический институт

Гуманизация физической культуры неразрывно связана с повышением воспитательного потенциала занятий. Как следствие можно ожидать усиления воздействия спорта на процесс формирования индивидуальных нравственных и духовных ценностей занимающегося ребенка или молодого человека.

Практическая реализация идеи гуманизации физической культуры, по-видимому, возможна через решение конкретных задач по проявлению личного активного отношения к собственному здоровью, физическому и психическому состоянию, физкультурно-спортивным занятиям.

Для учащихся средних специальных и высших учебных заведений дополнительными задачами будут развитие личностных профессиональных качеств (коммуникабельность, культура общения, навыки и умения организаторской работы, творческого подхода к проблемам здоровья и т.д.).

Наш опыт свидетельствует о дополнительных возможностях спортивного занятия для нравственного воспитания:

- 7 -

раскрытие сущности и идейных основ греческого олимпизма и современного олимпийского движения; выполнение заданий, требующих по самой своей сути содружества участников, взаимопонимания и взаимопомощи;

непременное выполнение правил спортивных соревнований и поведения в них.

Организационные навыки формируются путем привлечения занимающихся к выполнению ролевых функций (капитанов, организаторов соревнований, судей, инструкторов). Оправданы заранее оговоренные занятия, соревнования, проводимые без участия преподавателей ("Самостоятельный спортивный день").

Для развития творческих возможностей средствами физической культуры следует привлекать занимающихся к разработке комплексов упражнений непосредственно на занятиях, самостоятельно. Рекомендуется при этом использовать музыкальное сопровождение, обязательное включение оригинальных упражнений или упражнений из необычных исходных положений, а также эстафет с элементами новизны. Более сложными, но оправданными будут задания по разработке сценария спортивных выступлений, целых культурно-спортивных программ.

Важное условие эффективности предлагаемых рекомендаций - личное творческое участие педагога, его личный пример в поддержании здорового образа жизни и проявлении нравственных, духовных и интеллектуальных качеств.

## ДОМИНАНТНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

профессор Сараф М.Я.  
Москва

Существовавшая система физической культуры и спорта разрушилась. Это разрушение связано прежде всего с изменением социальной сферы приложения физической культуры и спорта. В новых формирующихся социальных условиях претерпевает изменение и само предназначение физической культуры и спорта.

Специалисты должны понимать меняющиеся преимущественные функции физической культуры и спорта, чтобы своей профессиональной деятельностью отвечать новым запросам, вносить свой вклад в формирование новой системы целей, форм, средств занятий физическими упражнениями.

Среди новых тенденций может быть выделено стремление средствами физической культуры отразить интересы и запросы отдельных групп населения. Это, в частности, могут быть индивидуальные интересы в самосовершенствовании, в уходе от реальностей жизни через занятия спортом, модными системами физической или духовной направленности.

По-видимому, в сегодняшних социальных условиях основным содержанием физической культуры становится развитие индивидуальных личностных качеств. Одновременно проявляется идея национального личностного идеала. Таким образом диалектика физической культуры состоит в решении противоречия национального и индивидуального.

Обсуждение указанного противоречия позволяет предположить, что независимо от соотношения двух идей физической культуры личности в реальной практике (в регионах, с учетом складывающихся традиций, в географическом, профессиональном аспектах и т.п.), национальная личностная идея для физического самосовершенствования ограничивает возможности занимающихся.

Актуален в меняющихся социальных условиях вопрос о том, кто является "заказчиком" на физическую культуру личности выпускника вуза. Здесь сегодня нет прежнего однозначного ответа - общество. Вместе с тем, даже осознание, а тем более лично потребность в физической культуре значительно повышают возможности приобщения к ней будущих специалистов высшей квалификации.

В связи с этим требует уточнения в практической работе преподавателей новая система ценностей студентов относительно физической культуры. Можно уже констатировать, что число ценностей резко возросло, они дифференцируются у разных групп населения. Одно перечисление требует нового осмысления целей работы преподавателей и кафедр: общечеловеческие, политические, личные, национальные, валеологические, материальные, рыночные, нравственные и другие ценности.

- 9 -

## НЕТРАДИЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

доцент Пчелов В.М., доцент Литвинов В.Н.  
институт физической культуры, химико-технологический институт  
Днепропетровск

Гуманизация физического образования может проявляться в отсутствии регламентации занятий, общих требований к их посещению (включая выполнение обязательных контрольных нормативов). Первостепенным проявлением гуманизации можно считать возможность использования самовыражения личности через деятельность в выбранном виде спорта (по личному интересу).

Присущая традиционным подходам заорганизованность на занятиях в академических группах позволяет достичь в лучшем случае лишь среднего уровня самовыражения, что не способствует гармоничности развития, проявлению яркой индивидуальности студента.

Требует серьезной методической проработки напрашивающийся простой вывод из данной проблемной ситуации: вывести занятия по физическому воспитанию из сетки академического расписания в вузе, проводить

занятия в формах работы спортивных секций. Эти секции могут работать до или после занятий, по месту жительства, на спортивных базах ведомств.

Трудность реализации такого подхода состоит в том, что требуется функциональная перестройка работы кафедры физического воспитания. Опыт такой перестройки имеется в ряде вузов Украины.

Предполагается, что при внедрении подобных форм работы преподаватели кафедр физического воспитания перейдут на контрактные условия работы (строгая регламентация деятельности, учет профессионального мастерства, работа с большими контингентами студентов, организация спортивно-массовой работы. Такой подход позволил бы преподавателю зарабатывать за свой труд по личным возможностям.

Для оценки труда потребуется с учетом конкретных условий вуза пересмотреть учебные программы, разработать критерии зачета по физическому воспитанию на основе изменений в психофизическом состоянии студентов.

- 10 -

## СОЦИАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ И ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТУДЕНТОВ

профессор Лабский В.М., доцент Любиев А.И., Близнецова З.А.

Харьковский политехнический институт

Декларированные в конституции и государственных законах социальные приоритеты в области образования в целом (гуманизм, гармония развития личности) и высшего образования, в частности, реализуются в практической деятельности социальных институтов (вузы, колледжи, училища, школы и др.) как конкретные социальные заказы.

Каждое подразделение вуза в этих социальных заказах выделяет общие и специфические направления. Результативность работы по ним связана с содержанием программ, методических разработок, профессиональной культурой и другими факторами.

Кафедры физического воспитания сегодня оказались среди тех, которым необходимо определить свои позиции в меняющейся социальной обстановке. Несомненно, что требует нового осмысления социальный заказ на физическую культуру студента и выпускника.

Трудность осмысления связана помимо прочего и с необходимостью в какой-то степени изменять сложившиеся стереотипы профессиональной деятельности, профессионального мышления. Именно психологическая часть отображения новых тенденций в социальном заказе на физическую культуру и представляется наименее динамичной и подверженной новациям. Тем не менее, для сохранения значения физической культуры в образовательном процессе переосмысление структуры и содержания социального заказа необходимо как в целом для сферы образования, так и с учетом особенностей преподавания и внедрения физической культуры в отдельном вузе.

Вопросы здоровья отражались длительное время в физическом воспитании как необходимость проявить независимо от всех обстоятельств определенный уровень физической подготовки (выносливость, сила, быстрота по нормативам комплекса ГТО).

Эти нормативы сегодня отменены, но сохранилась данная часть социального заказа как тесты физической подготовленности. Они стали более разнообразными, учитывают физическое состояние отдельных возрастных групп. Более того, принципиально новым является важнейшее требование - учет динамики изменения результатов при тестировании.

Последнее десятилетие характеризовалось попытками более глубоко отразить в социальном заказе вопросы здоровья. Хотя в целом

- 11 -

проблема и не была решена, следует и в дальнейшем ориентироваться как на важнейшие на такие показатели физической культуры, как двигательный режим, эффективные режимы двигательной активности, разнообразие физических упражнений, формирование привычек здорового образа жизни и т.д.

Профессионально-прикладной физической подготовке инженера также стало уделяться существенное внимание в социальном заказе. Речь идет о воспитании с помощью физической культуры таких качеств и способностей, как проявления внимания, сенсомоторных реакций, памяти, выносливости, способности

поддерживать умственную и физическую работоспособность, противодействие факторам тяжести и напряженности учебного труда (гиподинамия, компьютеризация, психическая напряженность).

Три важнейших компонента социального заказа, проанализированные нами: физическая подготовка, поддержание здоровья средствами физической культуры, профессиональная направленность физической культуры - являются "внешними" для студентов, повелительно навязываемыми со стороны вуза или системы образования. Новым для социального заказа является учет личностных особенностей и интересов самих студентов. Этот компонент социального заказа условно можно назвать "внутренним", то есть элементом обратной связи в системе образования и воспитания средствами физической культуры.

Спортивные интересы студентов и студенток существенно различаются, что должно учитываться в организации учебных и самостоятельных занятий.

Особенно важно учитывать предыдущий опыт занятий. По этому критерию у девушек три первых ранговых места занимают легкая атлетика (10,6% студенток), волейбол (9,1%), баскетбол (6,0%). Следующая группа видов спорта была знакома лишь 1,2-3,5% девушек (виды гимнастики, стрельба, виды плавания, теннис, виды туризма, бадминтон). К тому же более половины из них вообще не занимались спортом.

Отмечается переориентация девушек при выборе видов спорта на виды гимнастики, туризм, плавание.

В меньшей степени такая переориентация отмечена у юношей. Сохраняются ранговые места видов спорта до поступления в вуз и во время учебы в нем. Не занимались в спортивных секциях до вуза примерно четверть юношей (27,8%). Ведущими видами спорта у 6,4-10,6% юношей были футбол, виды борьбы, легкая атлетика, баскетбол, волейбол. Вторая группа видов спорта (3,4-4,9%): виды плавания, стрельба, бокс, виды туризма. Отмечено большое число традиционных видов спорта, которым отдают свое предпочтение юноши, что подтверждает необходимость иметь в вузе клубы по спортивным интересам.

Инерция государственной системы физической культуры и спорта проявилась в том, что практически никто из студентов не занимался видами, привлекающими повышенное внимание молодежи (атлетизм, боевые искусства, аэробика). Целесообразна более быстрая перестройка структуры видов спорта в спортклубах, спортшколах, школах, вузах в зависимости от меняющихся интересов молодежи.

Такой анализ был нами обобщен на многие вузы и регионы. Неизменно внутренний компонент социального заказа в молодежном возрасте входит в противоречие с внешними компонентами. Исследования показали, что здоровый образ жизни (как индивидуальный стиль использования накопленных общечеловеческих ценностей) не входит в число ведущих ценностей студентов. Более того, частные ценности поддержания здоровья (двигательная активность, режим питания, режим сна, корректные способы психологического общения, отсутствие вредных привычек и т.п.) и вовсе не престижны в студенческой среде.

Почему здоровье не престижно? По-видимому, здесь дело в том, что большие запасы прочности организма, всех систем в юношеском возрасте психологически не настраивают на мысли о том, что можно исчерпать эти запасы. Важно знать, что возобновление ценности здоровья придет позже. Поэтому необходимо не потерять слишком много из "запасов здоровья" в этот жизненный период.

Вторая особенность современного подхода к физической культуре студентов состоит в том, что прежнее регламентирование со стороны государства уже снизилось и несомненно будет снижаться в дальнейшем, если в обществе не произойдут кардинальные изменения социальных целей. Сегодняшний социальный заказ формируется "снизу" - от запросов самих студентов на физическую культуру.

Возможно, студенты и сами это осознали. Так можно объяснить их увлечения силовой подготовкой, боевыми искусствами, единоборствами. То есть осознанно или подсознательно студенты готовятся сами о себе заботиться, себя сами защищать. Физическое воспитание в вузе в этих новых условиях должно не только не мешать, но и еще и помогать студентам.

Социологические исследования показали, что главное средство формирования физической культуры - только и прежде всего практические занятия. Лишь потом идет пропаганда (ее надо проводить, но референтными для студенческой психологии средствами). Следовательно, надо политикой кнута и пряника попытаться приобщить студентов к удивительному миру движения, дать сведения о возможности самостоятельно использовать те или иные методики. У преподавателей физического воспитания сложилось твердое убеждение в том, что узкой профессиональной подготовкой социальный заказ на образованного специалиста нельзя решить.

Кроме того, по-видимому, перспективно использовать "окольные" пути к здоровью - идти по тропинкам сегодняшних студенческих ценностей, обучать культуре движений, культуре здоровья во взаимосвязи с той деятельностью, теми заботами, которые в юности кажутся и являются самыми важными: продление рода человеческого, общение, познание окружающего мира и другие.



## СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ ГЛАЗАМИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

академик Костенко Ю.Т., доцент Любиев А.И., профессор Лабский В.М.,  
канд. пед. наук Курило С.И., профессор Столяров В.И.  
политехнический институт, Харьков;  
Текстильная Академия, Москва;  
Международная ассоциация "СпАРТ"

Показано, что интерес преподавателей физического воспитания к спорту неоднороден. Можно обобщенно выделить две направленности в спортивных интересах преподавателей:

ярко выраженный интерес к видам спорта как к конкретным формам проявления физических, технико-тактических и личностных качеств (профессионально-методический интерес к спорту);

обобщенный интерес к спорту как к социальному явлению и области, соприкасающейся с личной профессиональной деятельностью (профессионально-культурный интерес к спорту).

Обе направленности интересов обязательно оказывают влияние на содержание учебных занятий. При преимущественно профессионально-методическом ("сильном") интересе отдается предпочтение отдельным видам спорта, ориентации студентов на достижение разрядных или классификационных требований по профилирующему виду спорта, методы обучения близки спортивной тренировке.

При профессионально-культурном интересе занятия имеют обще оздоровительную направленность, отмечается ориентация на достижение рекомендуемых учебной программой результатов в тестах физической и профессионально-прикладной подготовленности, привлекаются упражнения, методические и теоретические материалы по широкому кругу средств поддержания физического состояния (общая физическая подготовка, национальные оздоровительные системы, массаж, аутотренинг, закаливание и др.).

В квалификационных требованиях и работе по повышению квалификации преподавателей должны найти отражение методики, знания и умения формировать и поддерживать у студентов устойчивый интерес к спорту и физической культуре во всех их "многопрофильных" проявлениях. Подобные педагогические средства должны учитывать будущую специальность, показатели индивидуального здоровья, междисциплинарные связи в вузе, характер обучения студентов.

Обобщение практического опыта позволяет выделить два источника приобщения к спорту:

формы организации учебной и вне учебной работы по физическому воспитанию;  
обращения общественных и государственных организаций.

Среди возможных направлений использования указанных выше педагогических средств эффективны:

конкурсы на проявление физических способностей;

конкурсы просветительско-агитационной направленности;

смотри клубов любителей отдельных видов спорта, систем физического и психофизического воспитания (бег, спортивные игры, боевые искусства, национальные и авторские школы здоровья, туризм, атлетизм, оптимизация физического развития и др.);

товарищеские встречи, турниры, мемориалы (по профессии, по месту жительства, по национальной группе, с исторической тематикой, в память выдающихся личностей и событий);

фестивали "звезд" здорового образа жизни;

музыкально-спортивные фестивали, фестивали спорта и искусства и др.

Творческий подход, фантазия, инициатива, учет престижных молодежных тенденций - необходимые условия для поиска форм и подходов в практической работе.

Влияние активных занятий спортом преподаватели физического воспитания видят прежде всего в таких сферах жизни студентов:

физическая;

психофизическая;

эмоциональная;

общение;

досуг.

Менее выраженное, но все же положительное воздействие связывают студенческий спорт с учебой, профессиональной деятельностью, эстетическими и нравственными установками, оценкой человека в обществе.

В то же время преподаватели видят возможность спорта быть фактором риска для таких проявлений личности:

гармония развития;  
здоровье;  
учеба;  
грубость и эгоизм.

Таким образом, имеется проблемная ситуация: противоречие между декларируемыми ценностями спорта и реальным поведением в нем. Оно является отражением общих закономерностей поведения и может разрешаться только в практической деятельности. Для этой деятельности очень важны общепризнанные три "заповеди спорта":

подчиняться решениям судьи;  
строго соблюдать правила, даже, если ты или твоя команда проигрывает;  
самое главное - показать красивую игру, даже, если не удастся победить.

Они являются основополагающими и для идей олимпизма. Олимпийские игры для абсолютного большинства преподавателей физического воспитания абсолютно престижны и высоко ценятся. Противостоянием факторам риска, основанием спортивно-гуманистического и олимпийского воспитания могут служить содержание учебно-тренировочного процесса и личность самого преподавателя.

## ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СИСТЕМЫ ЗАКАЛКИ-ТРЕНИРОВКИ П.К.ИВАНОВА В ВУЗЕ

доцент Петренко Г.Г.  
Киевский госуниверситет

Студенты и преподаватели вузов недооценивают взаимосвязь и взаимообусловленность духовно-нравственного и физического здоровья.

Негативные нравственные тенденции несомненно влияющие на здоровье, заметно выражены в студенческой среде. Только на первом курсе употребляют алкоголь 60%, курят 20% студенток и 35% студентов. В процессе обучения названные безнравственные явления усиливаются (к концу второго курса алкоголь уже употребляет подавляющее большинство, около 60% курят).

Одно из объяснений состоит в том, что малоэффективны традиционные методы воздействия на сознание, нравственного и физического воспитания в молодежном возрасте.

В качестве альтернативы может быть рекомендована система природного оздоровления Порфирия Корнеевича Иванова как вне учебная форма нравственного и физического самосовершенствования. В ее основе лежит жизненная практика целенаправленного использования таких естественных факторов природы, как воздух, вода и земля.

Основной методический прием состоит в ежедневном двухразовом обливании холодной водой. Важную роль играет глубокая личностная установка на недопустимость безнравственных поступков, благотворное воздействие сил природы, необходимость волевых усилий для самосовершенствования.

Пропаганда и внедрение системы природного оздоровления П.К.Иванова проводятся в виде бесед, консультаций, лекций, методических и практических занятий в учебном процессе, а также в общежитиях, спортивных лагерях. Эффективны показы видеофильмов, встречи с людьми, достигшими успехов в использовании системы природного оздоровления, проведение "круглых столов", написание студенческих научных работ.

Наблюдаются статистически значимые оздоровительные эффекты при использовании студентами системы природного оздоровления

П.К.Иванова уже после 6 месяцев занятий. Эти эффекты как правило сопровождаются сознательным изменением в отношении нравственных ценностей и физического здоровья.

## ГУМАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С АНОМАЛЬНЫМИ ОТКЛОНЕНИЯМИ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ

кандидат педагогических наук Акимов А.К. Днепропетровский металлургический институт институт

Требует дальнейшего совершенствования методика физического воспитания для людей, имеющих различные дефекты здоровья (глухота, слепота, заикание, остаточные явления детского паралича, отклонения в психическом развитии). Вышеуказанные дефекты, связанные

с наследственностью или родовыми травмами, часто приводят к ранней инвалидности, необходимости постоянно преодолевать негативное отношение здоровых сверстников, недостаточное физическое развитие.

Особо высокие требования предъявляются к преподавателю физического воспитания как к личности. Люди с дефектами в состоянии здоровья с особенной надеждой и доверчивостью относятся к занятиям физическими упражнениями.

## ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ

Саблев А.Л.

Украинская Юридическая Академия, Харьков

Три основных этапа методики обучения ударам и различным боевым приемам на занятиях по физическому воспитанию включают приводимые ниже обязательные разделы.

1. Формирование представления о техническом действии: теоретическая подготовка позволяет получить минимально необходимые знания о биомеханических правилах, физиологических закономерностях отдельных приемов, действий, движений;

наглядное представление состоит в наблюдении за выполнением, (в том числе на соревнованиях, кино- и видеоматериалах), просмотре методических пособий;

идеомоторная тренировка - воспроизведение в памяти последовательности выполнения с учетом биомеханических особенностей движений и их целевых задач;

приобретение двигательных навыков.

2. Углубленное изучение технических действий: последовательное разучивание всех фаз выполняемого приема; формирование при выполнении четких, свободных и слитных движений.

3. Закрепление и совершенствование тактико-технических действий:

закрепление последовательности и биомеханической структуры выполнения в учебных упражнениях или поединках;

нанесение ударов в комбинациях с различными боевыми приемами в учебных поединках; разучивание приемов в различных тактических вариантах их применения.

Независимо от организации учебного процесса по изучению боевых приемов (в специализированном зале, на оборудованной площадке, на местности и т.д.) должны быть обеспечены минимально необходимые требования безопасности и по предупреждению травматизма:

подготовить место занятий;

подготовить организм к выполнению предельных (по силе, скорости, гибкости, скоростно-силовой выносливости) движений;

обучить приемам страховки и само страховки (в том числе при падениях, бросках и т.п.);

броски "противника" проводить по направлению от центра к краю (ковра, татами, площадки);

болевые приемы на первых этапах выполняются без чрезмерных усилий. По любому сигналу партнера выполнение болевого приема прекращается немедленно;

на начальных этапах обучения, с незнакомым партнером удары по нему лишь обозначаются. На этапе закрепления и совершенствования допускается дозированный контакт при ударах, но при условии, что партнер имеет защитные средства;

на начальных этапах обучения выполнять движения при несопротивляющемся "противнике".

## МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ САМОМАССАЖА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

доцент Ефименко П.Б., Чернин И.М.

институт физической культуры, политехнический институт

Харьков

Большой программный материал теоретических дисциплин на фоне недостаточного количества часов, выделяемых на академические занятия по физическому воспитанию студентов высших учебных заведений, приводит к снижению их двигательной активности. Это усугубляется различными бытовыми проблемами, отвлекающими их от самостоятельных занятий физической культурой во вне учебное время. Поэтому вследствие

постоянной гиподинамии в молодом организме появляются различные патологические состояния, такие как быстрое физическое и умственное утомление, вялость, апатия, снижение жизненной активности. Это также может быть причиной возникновения ряда заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нарушения обмена веществ и т.д.

Использование массажа как составной части физического воспитания является в данных условиях целесообразным. Особое внимание в учебных занятиях должно уделяться такой его разновидности, как самомассаж. Его воздействие связано с механическим, нервно-рефлекторным и гуморальным механизмами.

Рекомендуется подробно и разносторонне объяснять студентам эти механизмы для формирования активного отношения к процессу освоения самомассажа в двух его основных формах.

При обучении общему самомассажу придерживаются принципа постепенного перехода от более трудоемких к менее трудоемким частям тела. Обращают внимание на правильность положений частей тела для достижения максимального расслабления массируемых мышц. Постоянно усваивается правило выполнения отдельных приемов самомассажа от периферии к центру кровоснабжения. Целесообразно предварительное проведение беседы или лекции по теоретическим вопросам массажа.

Накопленный педагогический опыт показал, что при методически правильной организации учебного процесса студенты за 4-6 занятий овладевают методикой общего самомассажа. Важно (учитывая разнообразие подходов) ограничиться минимальным числом самых простых и эффективных приемов. При таком подходе в одном занятии время обучения может снизиться до 5-7 минут. Целесообразно оставлять это время в конце занятия.

Обучение отдельному приему начинается с правильного расположения студентов и преподавателя (студенты удобно располагаются в месте проведения занятий, например, на гимнастических скамейках, естественных сиденьях и т.п.). Затем дается теоретическое объяснение механизмов действия приема. Первый показ преподаватель осуществляет, как правило, на самом себе, комментируя особенности выполнения. Студенты затем сами выполняют прием. Для овладения самомассажем необходимо выполнение домашних заданий.

Частным самомассажем ограничиваются при невозможности включить в учебный процесс практический материал для освоения общего самомассажа на уровне закрепленных начальных умений.

После или параллельно с обучением самомассажу с помощью приемов, выполняемых руками, проводят ознакомление с применением различных простейших механических массажеров (массажер-дорожка, шариковый тепловой тренажер, импликатор Кузнецова, массажер подошвенной части стопы и т.п.).

Для студентов специального отделения разрабатываются дифференцированные методики массажа с учетом состояния или патологии. Эти методики рекомендуются и для самостоятельных занятий.

Введение массажа и самомассажа в учебный процесс и физкультурно-оздоровительные занятия заметно повышает интерес к учебному процессу, что подтверждено социологическими исследованиями. Кроме того, и сами студенты в своих запросах в области физической культуры ставят на заметное место обучение массажу как средству поддержания здоровья.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ФОРМ И СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ГАРМОНИЧНОГО РАЗВИТИЯ МОЛОДЕЖИ

доцент Крапивина Е.А.  
Львовский госуниверситет

Разработана методика занятий по физическому воспитанию студенток, которая одновременно решает такие задачи:

поддержание постоянного интереса к занятиям;

оздоровление в широком смысле этого слова. Под ним понимается совершенствование физических качеств, привитие навыков самостоятельной работы, создание предпосылок для будущих самостоятельных занятий, поддержание привычек здорового образа жизни;

использование упражнений из наиболее привлекательных для молодежи систем физического и духовного совершенствования. К числу таких систем, как замечено многими специалистами, относятся так называемые "нетрадиционные" формы занятий.

Исходя из этих задач, был составлен и успешно реализован годовой план занятий в секции оздоровительной гимнастики.

Отдельные занятия строились по нетрадиционной схеме.

В подготовительной части студентки выполняли упражнения в движении (разновидности ходьбы и бега, танцевальные движения). Как правило, ее длительность составляет 10-15 минут.

Основная часть занятия (80-100 минут) делилась по времени на две примерно равные половины, но существенно, различные по своему содержанию.

В первом отделении выполнялись упражнения гимнастической аэробики в соответствии с типовыми методическими рекомендациями (упражнения стоя, сидя, лежа и в комбинированных положениях) для всех мышечных групп. Упражнения требовали значительной частоты сердечных сокращений. Выполнение могло быть с музыкальным сопровождением или с заданными ритмами выполнения отдельных движений.

Во втором отделении основной части занятия выполнялись 10-14 асан хатха-йоги. Это позволяло воздействовать на состояние отдельных органов и систем организма студентов, способствовало развитию их морально-волевых качеств.

В заключительную часть занятия включались релаксационные упражнения, психотренинг и упражнения для развития гибкости.

Обязательное условие проведения каждого занятия - контроль за самочувствием. Каждая студентка с этой целью регулярно ведет записи в дневнике самоконтроля. Используются объективные и субъективные показатели. Анализ этих дневников позволяет преподавателю индивидуально регулировать нагрузку, подбирать целесообразные средства и методы.

Среди достигнутых эффектов - поддержание уровня показателей физической подготовленности, психофизиологических показателей; сформированный интерес к физическому самосовершенствованию; возникновение потребности в оздоровлении.

## ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ РАЗГРУЗКА В ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ

доцент Бондаревский Я.И.  
Челябинский пединститут

У большинства поступивших в институт могут быть отмечены те или иные отклонения со стороны деятельности важнейших систем организма.

Второй обобщенный фактор связан с условиями жизнедеятельности студентов (экология, качество питания, перегрузка учебных программ и т.д.).

Психофизическая разгрузка в подобных обстоятельствах должна стать необходимой и обязательной частью физического воспитания студентов. Конкретные методики разработаны для профессиональной деятельности операторов, диспетчеров и др. Целесообразны их модификации для студентов, особенно, с использованием персональных компьютеров (учитывая особенности современной технологии обучения в вузе).

В качестве одного из направлений рекомендуются простейшие и доступные в любых условиях упражнения для снятия умственного утомления, напряжения зрительного анализатора. В их основе лежит психофизическая разгрузка за счет укрепления самих окологлазничных мышц или изменения их тонуса.

### 1. ВРАЩЕНИЕ ГЛАЗАМИ.

Плотно открывать и закрывать глаза 5-6 раз подряд;  
посмотреть последовательно вверх, вниз, влево, вправо, не поворачивая головы.

### 2. БЫСТРЫЕ МОРГАНИЯ (в течение четырех-шести секунд).

3. ОТКЛЮЧЕНИЕ ЗРЕНИЯ. Зажмурить глаза на три-пять секунд, затем открыть глаза на 3-5 секунд; повторить 3-4 раза.

### 4. МАССАЖ ВЕК. Закрыть веки, затем массировать их круговыми движениями пальцев 40-60 секунд.

Подобные психофизические разгрузки могут быть подобраны для любых систем организма. Характерная длительность цикла движений составляет три-пять минут. Следует обучать преподавателей всех кафедр вуза включать в свои занятия психофизические разгрузки.

## ОПЫТ ГУМАНИЗАЦИИ ВОСПИТАНИЯ СРЕДСТВАМИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА

доцент Харлампов Г.А., доцент Черепяхин Г.А.  
Донецкий госуниверситет

Падение интереса студентов к обязательным занятиям вынуждает многих преподавателей искать эффективные формы работы.

В Донецком университете разработана клубная система занятий и мероприятий на основе спортивной специализации по дзю-до и самбо.

Мы считаем целесообразным включать в учебно-тренировочный процесс помимо упражнений из вида спорта, общефизической подготовки еще и акробатику, гимнастику, игры, кроссы, плавание, упражнения с отягощениями.

Поощряется взаимопомощь в спортивном совершенствовании, помощь студентам младших курсов, низких разрядов, профориентация старшеклассников-спортсменов к поступлению в вуз. Несколько раз в месяц проводятся совместные тренировки со студентами других вузов.

Прикладной характер вида спорта, его боевые разделы используются для воспитания твердости характера, решительности, смелости, правильного применения боевого приема в экстремальной обстановке. Поощряется сотрудничество студентов-спортсменов с работниками правоохранительных органов в пресечении хулиганства в районе проживания, возле общежитий.

Предусмотрено регулярное участие студентов в соревнованиях, но без мер принуждения. Поощряются выступления и по другим видам спорта в составе команд факультетов, курсов. Подбираются из числа старшекурсников репетиторы для студентов, отстающих в учебе. Студентов ориентируют на получение второй профессии - тренера-инструктора.

Используются такие формы, как показательные выступления на спортивных вечерах, в школах, на стадионах, на пляжах (в летний период), других местах отдыха.

Студенты-спортсмены привлекаются к культурно-развлекательным мероприятиям (КВН, конкурсы "А ну-ка, парни!", праздник Нептуна, вечера художественной самодеятельности).

Эта система мероприятий, как показали многолетние наблюдения, дала ощутимый социальный эффект (быстрый профессиональный рост выпускников вуза, использование физической культуры в течение многих лет, умение общаться с коллегами, на производстве и т.д.).

#### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УПРАВЛЕНИИ СПОРТОМ В РЕГИОНЕ

Кубасов В.И., доцент Олейник Н.А., канд.техн.наук Романов А.А., доцент Эпштейн Л.Ю., профессор Лабский В.М., доцент Любиев А.И.

ГУ ФК Министерства Украины по делам молодежи и спорта, Киев; облспорткомитет, политехнический институт,  
институт физической культуры, Харьков

При Харьковском областном спорткомитете разрабатывается информационно-поисковая система (ИПС) "Тренер". Система реализована на базе персонального компьютера типа IBM AT. Она содержит анкетную информацию о тренерском составе и спортсменах Харьковской области, календарь соревнований по различным видам спорта и результаты выступления спортсменов в соревнованиях различного уровня. Указанная система позволяет проводить централизованную подготовку документации по проведению аттестации и повышению квалификации тренерского состава, определять рейтинг спортсменов и тренеров за указанный период по различным видам спорта, добровольным спортивным обществам и подведомственным спортивным организациям, проводить анализ зависимости между уровнем материального стимулирования спортсменов, тренеров в различных видах спорта и результатами выступлений в соревнованиях.

Дальнейшее совершенствование ИПС "Тренер" предполагается проводить за счет включения в нее данных о стоимости и качестве спортивных сооружений и инвентаря, что позволит определить уровень обеспеченности в различных видах спорта и даст возможность более объективно оценить деятельность тренерского состава.

Предложенный подход может быть использован с небольшими изменениями для управления спортом в республике в целом. Это позволило бы принимать обоснованные решения при финансировании, комплектации кадрами и инвентарем различных спортивных организаций.

#### ТЕСТЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ В ВУЗЕ

Бондаренко Т.В., Саблева Т.А.

## Харьковский политехнический институт

Для осуществления этапного педагогического контроля за уровнем специальной подготовленности студенток, занимающихся массовой художественной гимнастикой (ХГ) в группах основного учебного отделения со спортивной ориентацией на данный вид спорта, рекомендуются тесты:

- для оценки гибкости (по методике Ф.Л.Доленко, 1984);
- для оценки ловкости (по методике Т.С.Лисицкой, 1982);
- для оценки равновесия (по методике Р.Т.Раевского, 1985);
- для оценки "чувства времени" (по методике Н.А.Овчинниковой,

1982).

**ТЕСТ ДЛЯ ОЦЕНКИ ГИБКОСТИ.** Выполняется прогиб у опоры (гимнастическая лестница - вертикальная стенка, снабженная горизонтальными перекладинами диаметром 40 мм). Передний край перекладины находится на одном уровне с поверхностью стенки.

Ширина хвата руками 40-100 см.

Тест выполняется после 15-секундной гимнастической разминки. В исходном положении (И.п.) стопы сомкнуты, пятки, ягодицы, лопатки и затылок касаются гимнастической лестницы. Кисти рук держат горизонтальную перекладину на высоте акромиальной (верхнеплечевой) точки. Затем выполняется плавный прогиб вперед. Разрешается подниматься на носки до кончиков пальцев. Нельзя ослаблять хват руками и сгибать ноги в коленных суставах.

Измеряется прогиб - горизонтальное расстояние от крестцовой точки до гимнастической лестницы (в момент стабилизации максимального прогиба). Определяется индекс гибкости  $H$  по такой формуле -  $H = h : L$ ; где  $h$  - величина прогиба,  $L$  - усеченная длина тела (от пола до седьмого шейного позвонка).

**ТЕСТ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЛОВКОСТИ** - прыжки через обруч. И.п. - основная стойка (о.с.), обруч в вертикальной плоскости перед телом хватом снизу, руки согнуты. Выполняются максимально часто прыжки на двух ногах через обруч с вращением его назад.

Оценивается число прыжков за 15 секунд с момента первого приземления.

**ТЕСТ ДЛЯ ОЦЕНКИ РАВНОВЕСИЯ** - переднее равновесие ("ласточка"). И.п. - о.с. Затем, стоя на одной ноге, не сгибая ее в колене, другую (прямую) ногу поднять на максимальную высоту назад, руки в стороны. Взгляд направлен горизонтально. Упражнение выполняется на удобной ноге.

Оценивается время удержания позы (от максимального поднятия ноги до потери равновесия).

**ТЕСТ ДЛЯ ОЦЕНКИ "ЧУВСТВА ВРЕМЕНИ"** состоит в том, что после наблюдения за стрелкой секундомера или отмеривания по хронометру 5 секунд, повторно, не видя секундомера, делается попытка воспроизвести временной промежуток (от пуска до остановки секундомера). Выполняется одна попытка.

По предложенным тестам разработаны 5-балльные шкалы (Т.В.Бондаренко и др., 1991).

Важным достоинством предложенных тестов является то, что они могут использоваться самими студентками как средство самоконтроля в недельном двигательном режиме.

## ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ИНФОРМАТИКЕ И РАБОТЫ С КОМПЬЮТЕРОМ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ

доцент Червоный А.И.

Харьковский политехнический институт

Требуются специальные и достаточно значительные объемы знаний и обучения специальным упражнениям для профилактики негативного воздействия работы студентов за дисплеем.

- Главные факторы тяжести и напряженности труда студентов за дисплеем:
- воздействие излучения экрана на снижение общего иммунитета организма;
- воздействие на сетчатку глаз контраста яркого и темного фонов экрана дисплея;
- снижение способности глазного анализатора фокусировать сигналы от каждого зрачка;
- неправильная рабочая поза; чрезмерное напряжение зрительного анализатора и др.

Значительные учебные нагрузки за дисплеем и самостоятельная работа на персональных компьютерах ставят эти факторы в число наиболее опасных для здоровья значительной части студентов.

## ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТУРИСТСКОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ

Васильев Ю.К.

Харьковский политехнический институт

В детском возрасте и на первых курсах в вузах наиболее важно увлечь занимающихся туризмом. Средства - участие в соревнованиях по полосе препятствий выбранного вида, подготовка и допуск к престижным походам, оказание взаимопомощи и доверия. Длительность решения обуславливается социальной обстановкой и интенсивностью походов.

Система самоограничений как ведущее средство самовоспитания становится эффективной лишь после этого. Среди первых и незыблемых установок должны быть отказ от курения и повышение успеваемости (если необходимо), закаливание, всесторонняя физическая подготовленность (эластичность мышц, ходьба с тяжестью, чувство равновесия, цепкость и др.)

Социальное воспитание (коллективизм, обоснованное лидерство, ответственность, готовность к стрессам и взаимоподдержка в экстремальных ситуациях, надежность, общение с природой) оказалось актуальным в условиях урбанизации жизни.

Индивидуальные особенности личности приводят к осознанному выбору вида туризма, овладению в ряде случаев моделями выживания.

- 27 -

## ЧАСТЬ 2. ОЛИМПИЙСКОЕ И СПОРТИВНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

### ОЛИМПИЗМ - ЧИСТЫЙ РОДНИК ДЛЯ СПОРТА НА УКРАИНЕ

профессор Лабский В.М.

Олимпийская Академия Украины

Из глубокой древности идет обычай бережного отношения к источнику или колодцу. У каждого народа много своеобразных "колодцев", которые в целом и делают его жизнедеятельность частью мировой культуры.

Безусловным источником является олимпийская идея, возникшая в Греции, восстановленная Пьером де Кубертеном.

И нам, на Украине, в сегодняшней жажде, в пылу строительства независимости совсем не мешает глоток из олимпийского источника.

Но ведь за каждым колодцем нужен уход, его необходимо чистить и укреплять.

Возвращение в независимой Украине к олимпийской идее после требует от многих наших социальных групп и слоев населения нового понимания сущности и ценности современного олимпизма.

Последний, к сожалению, многими воспринимается, прежде всего, как обязательная победа именно наших атлетов, как демонстрация силы Украины. Ради такой победы (даже если вслух об этом не говорится) не осуждаются почти любые средства. Публикации и научные исследования говорят, что такая точка зрения на олимпизм как на спорт высших достижений распространена во многих странах. Средства массовой информации сосредотачивают пристальное внимание на "пене" бесчестных поступков, но в этой пене есть и наша вина.

Не отбрасывая и не пренебрегая победами и рекордами украинских олимпийцев, следует помнить, что и у греков и в Олимпийской Хартии предполагается гармония красоты, силы народных обрядов и четких правил, честности и уважения ко всем и к личному достижению олимпийца.

Современную трактовку олимпизма можно существенно углубить, если девиз "Быстрее, сильнее, выше!" воспринимать не только, как проявление физических качеств и способностей, но и как духовное самовоспитание. Тогда нам будут близки исторические и национальные традиции, включая культуру многих народов, которые жили на Украине.

Возвращение к олимпизму предусматривает, прежде всего, просветительскую работу. Мы ее начинаем не на пустом месте. Из огромного международного опыта безусловно полезной является практика проведения "О л и м п и й с к о г о д н я". Можно использовать канадские, голландские, французские, наконец, греческие программы для этого.



Ведь Греции - родине олимпизма очень близко по своей исторической культуре наше Причерноморье. Кроме того, многие украинские семьи ушли в свое время за Дунай, переняли традиции греческой культуры.

Социологические исследования показали, что недостаточна информированность людей, связанных со спортом, в вопросах честности, взаимопомощи, эстетических идеалов спорта, содержания олимпийских ритуалов и истории олимпийского движения. Отсюда следует, что необходимы разработки этих проблем для тренеров, спортсменов, любителей спорта.

## ОЛИМПИЙСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ

профессор Столяров В.И.  
Международная ассоциация "СпАРТ"

В принятой ЮНЕСКО Международной Хартии физического воспитания и спорта, под которой стоят подписи почти всех государств-членов ООН, содержится призыв включать воспитание молодежи в духе принципов олимпизма в государственные программы социального и культурного развития.

Международная Олимпийская Академия (г.Олимпия, Греция) проводит специальные заседания по вопросам олимпийского воспитания.

В ряде стран национальные олимпийские комитеты и олимпийские академии разработали конкретные методики и программы олимпийского воспитания и проводят работу с целью их реализации в школах, университетах.

При научном обосновании содержания, целей и задач, основных направлений олимпийского воспитания следует исходить из того, что

- 29 -

оно является составной частью олимпийского движения и поэтому должно быть направлено на практическую реализацию идеалов и ценностей олимпизма. Трактовка олимпийского воспитания неразрывно связана с пониманием сущности олимпизма и олимпийского движения.

Первый подход к олимпийскому воспитанию - подготовка спортсмена высокого класса.

Иногда олимпийское движение отождествляют со спортивным, усматривая при этом основную задачу во всемерном развитии спорта, спортивных контактов и связей, в поощрении и пропаганде высоких спортивных достижений, рекордов, побед, особенно на Олимпийских Играх.

Даже если такой подход к пониманию целей и задач олимпийского движения не формулируется прямолинейно или в открытую, именно он чаще всего реализуется в практике подготовки национальных команд. При этом ищут оправдание в том факте, что "стремление олимпийского движения" (смотри Олимпийскую Хартию) выражает олимпийский девиз:

"Citius - Altius - Fortius" -

"Быстрее - Выше - Сильнее".

В соответствии с ним определяются участники и победители Игр, вручаются олимпийские медали и дипломы.

В соответствии с подобным подходом основная задача олимпийского воспитания состоит в подготовке спортсмена высокого класса, рекордсмена, победителя Олимпийских игр, олимпийского чемпиона.

Даже специально разработанные и внедренные в ряде стран программы олимпийского воспитания, как показывает их анализ, во многом ориентируются на первый подход к пониманию целей и задач олимпийского движения. Именно на эти задачи затрачиваются основные усилия тренеров, руководящих деятелей национальных олимпийских комитетов.

Первый подход не вполне соответствует реальной сущности олимпийского движения и особенно его задачам в настоящее время. Олимпийское движение действительно связано со спортом, в том числе и со спортом высших достижений. Однако до последнего времени оно объединяло в первую очередь тех людей, которые не ограничивают свои цели и задачи чисто спортивными. Основную ценность олимпизма они усматривают не в спорте самом по себе, а в возможности реализовать с его помощью идеалы гуманизма. В этом заключается второй подход к олимпийскому движению.

Возможности, заключенные в спорте, не реализуются сами по себе. Спорт может быть использован (и, к сожалению, используется) в антигуманных, прямо противоположных целях, может приводить к губительным последствиям. Для того, чтобы предотвратить это и обеспечить реализацию с помощью спорта гуманистических идеалов и ценностей, люди объединятся в особое - олимпийское движение.

Именно этот, второй подход преобладал в многовековой истории Олимпийских игр. Уже в античном обществе на них главенствовали идеалы мира, гармонически развитого человека, честного соревнования.

Неразвитость спорта в конце 19 века наложила отпечаток на представление Пьера де Кубертена о том, чтобы спортивные "контакты стали периодическими и завоевали себе неоспоримый авторитет". Особо важную роль в таких контактах он отводил Олимпийским играм.

Но вместе с тем Пьер де Кубертен постоянно подчеркивал, что развитие спортивных связей должно рассматриваться лишь как средство решения важных гуманистических задач, вдохнуть "дух свободного мирного соревнования и физического совершенства".

Сам термин "о л и м п и з м" Пьер де Кубертен ввел в 1912 году: "Олимпизм объединяет, как в одном пучке солнечных лучей, все те принципы, которые способствуют совершенству человека ... Культ усилия, соревнования на грани риска, любовь к Родине, благородство, дух рыцарства, контакты с живописью и литературой - все это является фундаментом олимпизма".

Позже (в 1927 году) Пьер де Кубертен отмечал, что "в современном мире, полном могучих возможностей и одновременно опасностей и губительных разрушений, олимпийское движение может стать школой воспитания благородства и нравственной чистоты, равно как и физической выносливости и силы".

Говоря о границе, которую нельзя переступать в олимпийских соревнованиях, Пьер де Кубертен указывал прежде всего на этические соображения. Должны быть приняты меры, чтобы исключить обман и любые средства для несправедливого и неестественного преимущества в спортивном поединке. Одновременно столь же важным он считал поощрение эстетических ценностей в рамках олимпийского движения. Известны престижные олимпийские ордена, кубки. Они, согласно положению, вручаются прежде всего тем лицам, кто оказал существенные услуги делу олимпизма личными достижениями или своим вкладом в развитие спорта.

Проведенный анализ целей и задач современного олимпийского движения позволяет уточнить и сущность олимпийского воспитания в рамках и посредством олимпийского движения. Его основным назначением следует признать воспитание спортсмена, который не только способен показывать высокие результаты, но вместе с тем представляет собой личность, имеющую ярко выраженную гуманистическую направленность.

## СОВРЕМЕННЫЙ ОЛИМПИЗМ ГЛАЗАМИ СЕРБСКИХ СТУДЕНТОВ

Профессор Живоинович Ж., магистр Драгутинович С., магистр Карович Ж.  
Белградский университет, Университет С.Марковича

Мировое олимпийское движение представляет собой вершину, к которой могут стремиться те, кто показывает высокие спортивные достижения и те, кто, не обладая такими способностями и возможностями, свято верит и следует в жизни, в массовом спорте и рекреации олимпийским идеалам. Для последних спортивные достижения не являются самоцелью и смыслом жизни. Для них главное - в достижении радости и удовольствия от общения, дружбы друг с другом.

Благодаря средствам массовой коммуникации Олимпийские игры стали явлением, более важным, чем спортивные соревнования, феноменом переживаний многомиллионных масс слушателей, читателей, зрителей. Олимпийские игры превратились в массовое общественное движение. Это движение через спорт как основное содержание деятельности своей жизненной силой и человеческой ценностью оказывает положительное воздействие на людей разного возраста, профессий и социального статуса. Особенно большим потенциалом олимпийское движение обладает в воспитании молодежи, повышении ее работоспособности, сохранении здоровья, получении истинной радости. Вот почему олимпийские идеи и ценности необходимо не только всемерно популяризировать и распространять, но и отстаивать. Одно из таких направлений - активное внедрение олимпийских идей в обязательных занятиях по физическому воспитанию.

На основании инструментария, разработанного в Харьковском политехническом институте (В.И.Столяров, В.М. Лабский, С.И.Курило и др., 1990), был проведен опрос 485 студентов сербских университетов. Этот опрос, в частности, показал, что большая часть студентов свои стремления к всестороннему гармоническому развитию и укреплению здоровья никак не связывает с принципами и идеалами олимпизма. Такое положение объясняется полным отсутствием информации об олимпизме и олимпийском движении. Лишь 5% студентов указали на то, что они получают значительную информацию об олимпизме, в то время, как 78% опрошенных вообще не получают в Сербии такой информации.

## ОЛИМПИЙСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ: АСПЕКТЫ КУЛЬТУРЫ, ТРАДИЦИЙ, ЦЕННОСТЕЙ

Канд.пед.наук Курило С.И., профессор Лабский В.М., Юшко В.Б. Московская текстильная Академия,  
Харьковский политехнический  
институт, Киевский инженерно-экономический институт

Не секрет, что в последние годы детско-юношеские школы вынуждены сокращать число тренеров, в какой-то степени сворачивать свою работу. Зачастую для объяснения подобного невнимания к детям со стороны взрослых ссылаются на объективные трудности, нехватку средств. Такое объяснение сегодня просто постыдно. Ведь хватало же этих денег для детского спорта в первые трудные послевоенные годы. Есть средства и сейчас.

Нежелание конкретных руководителей решать вопросы может разрушить добротный дом многолетнего накопления педагогического опыта, сформированных педагогических школ, традиций.

Возможным противодействием со стороны тренеров становится соединение спорта с искусством и культурой. Наиболее сконцентрированное выражение это соединение получило в проекте "СпАРТ".

Один из трудных вопросов внедрения проекта "СпАРТ" - воспримут ли тренеры в своем большинстве эту идею как новый социальный заказ на их деятельность или останутся на чисто профессиональных позициях развития технических умений конкретного вида спорта. Ответ неоднозначен. Для тех тренеров, кто ставит в своей работе воспитание личности как главную цель, "СпАРТ" или другие формы гуманизации учебно-тренировочного процесса не станут чем-то необычным.

Чтобы легче было найти "тропинку" к новым идеям, нужны мероприятия как можно близко связанные с характером и особенностями спортивной тренировки. Могут быть, в частности, использованы спортивно-культурные мероприятия по теме самого вида спорта (конкурсы на знание истории вида спорта, олимпийского движения, конкурсы по разделам спортивной подготовки), формы взаимопомощи в занятиях, показательные выступления, юмористические задания и т.д.

Перспективно формирование спортивных традиций секции, клуба, организации. Для этого следует использовать самые разнообразные подходы:

- клубы спортсменов-ветеранов;
- соревнования-мемориалы;
- фирменная атрибутика и др.

В олимпийском и спортивно-гуманистическом воспитании важным направлением является пропаганда действием, через вовлечение в деятельность. Последовательные задачи подобной пропаганды:

- ознакомление с содержанием и принципами олимпизма, его органической взаимосвязью с нравственностью, этикой, искусством и культурой;
- выбор индивидуального направления формирования физической культуры;
- выработка навыков и знаний в избранном направлении;
- формирование устойчивых привычек и ценностей с олимпийским и спортивно-гуманистическим содержанием;
- самостоятельное использование элементов физической культуры в индивидуальном стиле труда, общения, досуга и др.

Необходимо учитывать возрастные, образовательные, традиционные ценности и суждения, влияние моды, социального окружения для применения рекомендуемых практикой психологических механизмов формирования привычек и убеждений:

- "заражение" сознания идеями и примерами;
- создание условий для "подражания" идеям и действиям;
- достижение уровня сознательной деятельности.

Среди качественных и количественных критериев воздействия средств массовой пропаганды, педагогических и психологических подходов, а также для оценки результатов в олимпийском воспитании могут использоваться:

- запросы, потребности, интересы, цели занятий спортом;
- знания и отношение к олимпийскому девизу, флагу, символу, олимпийским церемониям и ритуалам;
- наличие коллективистских качеств;
- стремление и желание оказывать помощь в занятиях, общении;
- противодействие вредным привычкам и проявлениям грубости;
- гражданское отношение к обязанностям в труде и досуге.

## ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ШАГИ ПРИОБЩЕНИЯ УКРАИНЫ К ОЛИМПИЙСКОЙ СЕМЬЕ

доцент Эпштейн Л.Ю.

Харьковский государственный институт физической культуры

Участие национальной команды в Олимпийских играх возможно только после признания Международным олимпийским комитетом (МОК) национального олимпийского комитета. Для быстрого признания национального олимпийского комитета Украины, а значит и допуска украинских спортсменов к Олимпийским играм самостоятельной командой, даже чисто формально необходимо признание хотя бы пятью международными федерациями по видам спорта соответствующих украинских федераций. Учитывая высокий уровень мастерства украинских спортсменов, выполнение этого условия следует ожидать прежде всего в таких видах, как легкая атлетика, футбол, спортивная и художественная гимнастика, велоспорт, гребля на байдарках и каноэ, фехтование и многих других.

Однако необходимо преодолеть не только формальные, но и принципиальные разногласия. Они могут быть трех видов: внутривнутриреспубликанские, внутри федераций СНГ по видам спорта (там, где они сохранились), с международными федерациями.

В связи с этим представляется необходимой следующая процедура достижения национального олимпийского суверенитета Украины. Первое - преобразование национальных федераций по видам спорта в общественные структуры. В настоящее время федерации являются государственно-общественными, что противоречит международным критериям. Более того непеременимым условием международного признания как раз и является чисто общественный характер объединения приверженцев определенного вида спорта. Указанное преобразование потребует разрешения двух вопросов: переработки уставов национальных федераций и переутверждения их в органах юстиции Украины.

Второе - выход каждой украинской федерации из соответствующей федерации СНГ. Третье - признание со стороны соответствующей международной федерации. Для этого потребуются выполнить все ее формальные требования. Только после того, как такое признание получат 5 национальных федераций по видам спорта, возможно получение приглашения МОК на участие в Олимпийских играх.

Ограниченное время до игр в Барселоне не позволит, по-видимому, полностью выполнить уже в 1992 году описанную процедуру. Поэтому первым шагом к олимпийскому суверенитету было решение НОК Украины об использовании национальной символики и атрибутики.

О т р е д а к т о р а. Время полностью подтвердило правильность рекомендаций автора, изложенных еще в октябре 1991г.

С 9 марта 1992г. украинский НОК официально признан МОК.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ К СПОРТИВНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Шахунова Н.Е.

Харьковский государственный институт физической культуры

Проведена оценка отношения к гуманистическим аспектам спорта и олимпийского движения среди студентов 1-4-х курсов институтов физической культуры и факультетов физического воспитания. По результатам исследования могут быть сделанные следующие выводы.

Совокупность воспитания в духе олимпийских идеалов в рамках учебного и учебно-тренировочного процесса, мероприятий, соревнований, пропагандистской и другой деятельности составляет в целом социально и профессионально необходимую систему спортивно-гуманистического и олимпийского воспитания будущих специалистов (В.И.Столяров, 1987).

Для внедрения этой системы целесообразно включить в учебные программы специальный курс (объем - 40-100 часов) и организацию студентами фестивалей "СпАРТ" в школах и на тренерской и педагогической практике. В спецкурсе формируются знания по теоретическим и практическим вопросам взаимосвязи духовности и спорта, различных видов искусства и спорта, разучиваются соответствующие формы работы в различных возрастных, профессиональных и социальных группах. Приоритетными представляются прежде всего группы юных спортсменов, спортсменов-разрядников, спортсменов-профессионалов.

Одной из форм вне учебной воспитательной работы со студентами института физической культуры и одновременно профессиональной спортивно-гуманистической подготовки является организация и проведение фестиваля "СпАРТ". Кроме проявления студентами навыков, умений, мастерства, а также способностей в отдельных областях искусства значение мероприятия состоит еще и в том, что приобретаются практические организационные умения профессиональной деятельности в спортивно-гуманистическом воспитании, что

позволит в будущем проводить подобные мероприятия на педагогической и тренерской практике, по месту работы специалиста по окончании вуза.

Организационной формой более углубленной работы является создание в школах, институтах клубов "СпАРТ" - центров гармоничного развития личности. Такие клубы помимо фестивалей могут использовать разнообразные формы спортивно-гуманистического воспитания. Организация клубов "СпАРТ" и студенческих фестивалей могут составить основное содержание вне учебной воспитательной работы со студентами - будущими специалистами физической культуры.

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ВЫБОР, СОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ И СПОРТ

профессор Кравчик З., профессор Жуковска З.  
Академия физического воспитания, Варшава

Мы давно вошли в систему развитого общества с разными системами ценностей. Эти ценности носят множественный, плюралистический характер.

Проблема состоит в том, что необходимо в вопросах социального поведения сделать индивидуальный выбор. При этом сам выбор зависит от возраста, профессионального статуса. К тому же существуют разные модели рациональности выбора. Участие в физкультурно-спортивной деятельности состоит, прежде всего, в проявлении индивидуального стиля личности. Если в учебных занятиях проявление индивидуального стиля ограничивается, то молодежь теряет интерес к ним. Можно сравнить важность форм занятий с двумя противоположными ситуациями:

спорт как игра;

спорт как проявление обязательных отношений командования и подчинения.

Студенты почти однозначно выбирают первое направление. Отсюда их интерес к видам спорта, в которых проявятся их собственные запросы в досуге. Например, именно этим можно объяснить высокий рейтинг парусного спорта.

В практике физического воспитания необходимо определить конечные цели занятий:

развлечение;

рекреация;

- 37 - спортивное совершенствование;

профессиональная подготовка к работе в области спорта и др.

Последнее направление представляется перспективным для высшей школы. На него ориентируются в ряде университетов Западной Европы. В этом случае программа подготовки достаточно трудна, требует усилий и времени, но зато позволяет получить еще одну специальность на профессиональном уровне работы с людьми.

Требования к преподавателю, его личные подходы к учебному процессу могут принципиально быть подразделены на два крайних подхода:

автократия (принуждение и командование в процессе выполнения студентами физических нагрузок);

социализация (формирование в процессе занятий физической культурой системы жизненных ценностей, отвечающей социальным требованиям и способам поведения в обществе).

По-видимому, в современном обществе более перспективен второй подход.

При социологическом обеспечении физической культуры особое внимание должно уделяться методологии опросов. В самих анкетах необходимы такие связи, чтобы была возможность контролировать один вопрос другим. Следует при трактовке результатов учитывать контингент и будущую профессию студентов.

## СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ КАК СФЕРЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

профессор Новиков Б.И.  
Московский госуниверситет

Анализ сфер социальной жизнедеятельности позволяет предложить следующий конгломерат их равнозначных проявлений в современном индустриальном обществе: э к о л о г и я , э к о н о м и к а , п е д а г о г и к а , м е д и ц и н а , и с к у с с т в о , у п р а в л е н и е , ф и з и ч е с к а я к у л ь т у р а , н а у к а .

Таким образом (эта точка зрения разделяется многими учеными) физическая культура входит в число важнейших сфер жизни общества. Его демократизация позволяет говорить о том, что в вузе необходимо воспитывать гражданина, готовить специалиста и формировать интеллигента. Одно из направлений в согласованном воздействии на такую триаду высшего образования - повышение образовательной направленности физического воспитания. В числе способов решения - подготовка спецкурсов, разработка поурочных планов теоретических знаний, раскрываемых на практических занятиях. Среди других подходов - создание воспитательно-гуманистических центров в вузах (в том числе и с преимущественной деятельностью в сферах искусства и физической культуры), переосмысление целей и задач работы в сфере физической культуры с переходом от натаскивания на результат в физической или спортивной подготовке к формированию культуры личности.

Все эти направления должны систематически подкрепляться эмпирическими социологическими исследованиями, оперативно учитываться в практической работе.

Социологический анализ имеет важное значение в осмыслении места физической культуры в образе жизни студенческой молодежи. Это значение связано с переплетением общих интересов, ценностных ориентаций молодежи с запросами в физическом совершенствовании и самосовершенствовании, возможностями их реализации.

Будущие социологические исследования должны адресоваться не только студентам, но и преподавателям, чтобы выявлять структуру управления кафедрами, обосновывать направления подготовки и переподготовки кадров, формировать методическое обеспечение учебного процесса и разнообразных форм занятий в сфере физической культуры.

### ЧАСТЬ 3. ПРОЕКТ "СПАРТ" И ЕГО РЕАЛИЗАЦИЯ В ВУЗЕ ПРОЕКТ "СпАРТ"

профессор Столяров В.И.  
Международная ассоциация "СпАРТ"

Проект исходит из идеи

**С И Н Т Е З А С П О Р Т А И И С К У С С Т В А** на основе принципов  
**ГУМАНИЗМА, ДУХОВНОСТИ, НРАВСТВЕННОСТИ** и направлен на реализацию данной идеи.

Поэтому возникло такое название проекта - СпАРТ. Это слово образовано на основе трех английских слов:

**SPORT** и **SPIRITUALITY** - спорт и духовность

**ART** - искусство.

Спорт и искусство в данном случае понимаются в широком смысле.

**С п о р т** - как сфера человеческой деятельности, связанная со спортивными соревнованиями и подготовкой к ним, с занятиями физическими упражнениями, подвижными играми и другими формами двигательной активности человека, которые осуществляются с целью отдыха, развлечения, для сохранения и укрепления здоровья;

**И с к у с с т в о** - как занятия живописью, скульптурой, литературой, музыкой, коллекционированием, изобретательством и другими аналогичными видами художественной, творческой деятельности, а также как проявление высшего мастерства, "искусства" в каком-либо виде деятельности.

**С и н т е з** спорта и искусства включает:

- сближение, соединение друг с другом видов деятельности, связанных со спортом и искусством, на основе взаимного обогащения;

- гармоничное совмещение, сочетание в жизни человека занятий спортом и искусством;

- общение, творческие контакты тех, кто занимается спортом, с теми, кто включен в мир искусства.

- 40 - Основная цель проекта "СпАРТ":

практически реализовать идею синтеза спорта и искусства, исходя из стремления, содействовать утверждению в жизни современного общества, в воспитании детей и молодежи принципов гуманизма, ду-

ховности, нравственности, культурных ценностей, более полному самовыражению и реализации творческих способностей человека, преодолению разрыва между его физическим и духовным развитием.

Основные задачи проекта "СпАРТ":

- гуманизация спорта, повышение его культурно-воспитательного потенциала, возрождение и развитие связанных с ним духовных ценностей;
- изменение широко распространенных в общественном мнении представлений о несовместимости занятий спортом с гармоничным развитием личности, достижений в спорте с высокими результатами в других видах деятельности (в том числе в области искусства), а также о негативном отношении творческой интеллигенции к ценностям спорта и физического развития человека;
- привлечение тех, кто ведет здоровый образ жизни, активно занимается физическими упражнениями и спортом, к миру искусства, к различным видам творческой деятельности;
- использование спорта и спортивных мероприятий для пробуждения интереса у людей к искусству, к эстетическим и художественным ценностям, к творческой деятельности во всех ее разновидностях;
- повышение активности деятелей искусства (известных актеров, художников, писателей, поэтов, звезд кино и эстрады и т.д.) в пропаганде здорового образа жизни и физической культуры, в привлечении людей, прежде всего подрастающего поколения, к занятиям физическими упражнениями, спортом;
- гуманистическое воспитание детей и молодежи;
- содействие развитию художественной деятельности (живописи, музыки, скульптуры, кино, фотографии и т.п.), направленной на гуманистическое осмысление спорта, а также других видов творческой деятельности (коллекционирование, изобретательство и т.п.), связанных со спортом;
- расширение сферы культурного общения людей, связанных со спортом и искусством, творческих контактов между ними (в том числе международных и межнациональных).

Идея синтеза спорта и искусства неоднократно высказывалась в прошлом. Ее можно обнаружить, например, в весьма древнем гуманистическом идеале всестороннего и гармоничного развития личности в

- 41 -

учении древнегреческой философии и к а л о к а г а т и и - идеале физического, эстетического и нравственного совершенства человека (от греческих слов "прекрасный" и "добрый").

Подход, связывавший спорт и искусство, был органически присущим древним грекам.

Глубоким приверженцем идеи синтеза спорта и искусства был Пьер де Кубертен - основатель современного олимпийского движения, автор "Оды спорту", организатор в рамках Олимпийских игр конкурсов искусств.

И сегодня Международный Олимпийский Комитет уделяет соединению спорта и искусства важное значение. Предполагается проведение в Барселоне двух выставок.

Проблема гуманизации спорта решается самыми разными практическими методами. Существует большое число общественных организаций, выделяющих отдельные аспекты. Проводятся крупномасштабные акции, конкурсы, мероприятия на национальном и международном уровне. Можно назвать конкурсы "FAIR PLAY" ("ЧЕСТНАЯ ИГРА"), организации "Спорт без насилия", "Бегуны мира", международные фестивали "Неделя Радуги" и др.

И вне олимпийского движения можно проследить проявление синтеза движения и культуры. Есть в Китае ряд видов единоборств, в которых участник подобен артисту, поскольку перед ним ставится задача создавать в движении образы животных. В Японии состязания носят характер прежде всего развлекательности, требуя в художественных по содержанию конкурсах проявления разнообразнейших физических способностей.

Во многих странах проводились и проводятся фестивали спорта и искусства, культурно-спортивные, фольклорные и другие подобные фестивали, программа которых наряду с соревнованиями спортсменов включает в себя выступления певцов, музыкантов, танцоров и т.д.

Имели место попытки реализовать идею синтеза спорта и искусства и в другом направлении - проводить выставки-конкурсы работ на спортивную тематику, выставки произведений искусства, авторами которых являются спортсмены (бьеналле "Спортсмены - в искусстве" в Барселоне в 1986 г. и др.).

Давнюю традицию имеет такая форма реализации синтеза спорта и искусства - появление видов спорта, близких к искусству по своему эстетическому содержанию и художественной деятельности, направленной на отображение спорта.

Проект "СпАРТ", опираясь на принимавшиеся попытки синтеза

- 42 -

спорта и искусства, ставит своей задачей обеспечить их гармоническое сочетание, сближение на основе взаимного обогащения.

К числу основных акций и мероприятий проекта "СпАРТ" относятся: СпАРТ-игры, СпАРТ-конкурсы, фестивали "СпАРТ" и СпАРТиады.

Конкретное содержание акций и мероприятий разрабатывается применительно к реальным условиям.

Проект "СпАРТ" предусматривает создание клубов "СпАРТ". Они могут объединять в рамках учебного заведения, региона, страны тех, кто стремится гармонично соединить интерес к спорту и искусству, участие в спортивных соревнованиях и играх, здоровый образ жизни с занятиями искусством, творческой деятельностью.

Общий проект "СпАРТ" реализуется в частных программах для разных возрастных и социальных групп (школьники, студенты, спортсмены, ветераны, деятели искусства, инвалиды и др.).

## ПРОЕКТ МЕЖДУНАРОДНЫХ СТУДЕНЧЕСКИХ ИГР "СпАРТ"

профессор Столяров В.И., канд.пед.наук Курило С.И., Кубасов В.И.,  
доцент Любиев А.И., профессор Лабскир В.М.

### 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОВЕДЕНИЯ.

В последние десятилетия в рамках олимпийского движения помимо летних и зимних Олимпийских игр сформировалось и стало проводиться множество других олимпийских акций: Параолимпийские игры (для инвалидов), специальные Олимпийские игры (для умственно отсталых детей), региональные Игры (Азиатские, Панамериканские и др), культурно-спортивные, фольклорно-спортивные праздники, фестивали, международные спортивные Игры школьников (Малые Олимпийские игры), студентов и т.д.

Международный проект "СпАРТ" дополняет эти акции своими программами, среди которых - студенческие Игры "СпАРТ" для студентов, основанные на олимпийской идее

синтеза спорта и искусства,

их объединения, сближения, гармоничного сочетания в жизни человека.

В ходе проведения студенческих Игр "СпАРТ" акцент делается не на соперничество, а на единение, сотрудничество участников, их общение друг с другом и с природой.

- 43 -

Приоритет отдается не победе, а красивым и добрым поступкам, высоко нравственному поведению.

Оценивание и выявление дипломантов, победителей проводится по определенной системе, в которой учитываются результаты, показанные участниками как в спортивных состязаниях, конкурсах, показательных выступлениях, соревнованиях, так и в творческих, художественных конкурсах. Такая система утверждается организаторами студенческих Игр "СпАРТ".

Студенческие Игры "СпАРТ" являются открытыми. По приглашению организаторов в них могут участвовать представители Украины и других государств.

Команды-участницы могут по требованию организаторов вносить вступительный взнос за право выступления в Студенческих Играх "СпАРТ". Размеры и условия уплаты такого взноса оговариваются организаторами дополнительно.

Средства, полученные от проведения студенческих Игр "СпАРТ", направляются на гуманитарные цели: развертывание физкультурно-оздоровительной и культурно-спортивной работы среди инвалидов, воспитанников детских домов; оказание помощи творчески одаренным детям, обладающим уникальными физическими или художественными способностями, спортсменам, получившим серьезные травмы; проведение экологических мероприятий; оказание содействия лицам, связанным с событиями в Чернобыле и т.д.

### 2. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА СТУДЕНЧЕСКИХ ИГР "СпАРТ".

Программа студенческих Игр "СпАРТ" - комплексная и включает в себя:

- О л и м п и й с к и е С п А Р Т и а н с к и е с о р е в -  
н о в а н и я, участники которых должны активно проявить себя и в  
спорте и в искусстве;



- выставки, конкурсы, бьеннале произведений искусства (картин, скульптур, фотографий, литературных, театральных и музыкальных произведений), авторами которых являются действующие или бывшие спортсмены высокого класса, олимпийцы;

- спортивные соревнования известных х а р т и с т о в (певцов, музыкантов, актеров и др.), а также выставки-конкурсы, созданных ими произведений искусства на

- 44 -

спортивную тематику, конкурсы среди них на лучшее исполнение песен, музыкальных произведений на спортивную тематику и др.;

- фестивали национальных видов искусства и игр;

- диспуты, дискуссии, конференции, конгрессы, посвященные обсуждению актуальных социальных проблем спорта и искусства, путей их объединения, сближения, синтеза;

- акци, основанные на идее синтеза спорта и искусства: встречи с известными спортсменами, олимпийскими чемпионами, которые вместе с тем добились больших успехов в науке, искусстве, в других видах творческой деятельности, стали известными политиками и т.д.; лекции о спорте и искусстве; спортивные и художественные лотереи и т.д.

### 3. УЧАСТНИКИ ИГР.

Участниками студенческих Игр "СпАРТ" могут быть студенты различного уровня физического и духовного развития, спортсмены высокого класса, любители и профессиональные деятели искусства, люди с серьезными физическими недостатками, инвалиды и др.

Состав студенческих команд от отдельных высших и средних учебных заведений 8-10 человек, в том числе по 4-5 юношей и девушек

### 4. ПРОГРАММА ОЛИМПИЙСКИХ СПАРТИАНСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ.

Она состоит из двух частей:

Вводная часть - СпАРТианские испытания.

Проводятся в начале студенческих Игр "СпАРТ" и являются своеобразным "допуском" к дальнейшему участию в них.

Основная часть - Турнир Рыцарей и Граций "СпАРТа". Состоит из индивидуальных и командных состязаний, конкурсов, соревнований.

#### 4.1. Спартианские испытания.

В СпАРТианских испытаниях участникам необходимо продемонстрировать определенные физические и художественные способности.

- 45 -

Это лучше всего проводить в форме СпАРТианских тестов.

С п а р т и а н с к и е т е с т ы могут, в частности, быть такими:

а) физические тесты - проплыть любым стилем 50 м; выполнить тест Купера (бег или ходьба в течение 12 минут); отжаться от пола не менее 20 раз (юноши) и 10 раз (девушки); преодолеть специально созданную организаторами Игр полосу препятствий;

б) демонстрация способностей в одной из сфер искусств (музыка, изобразительное или декоративно-прикладное искусство, актерское мастерство и т.д.);

в) интеллектуальные тесты;

г) демонстрация знаний в области спорта, олимпизма, искусства (рассказать об истории Олимпийских игр и олимпийского движения, о каких-то интересных событиях, фактах в области спорта или искусства, используя для этого слайды, коллекции и т.п., ответить на ряд вопросов по данной тематике) и др.

Организаторы Игр "СпАРТ" могут изменять содержание СпАРТианских испытаний. Участники, выполнившие СпАРТианские испытания, допускаются к Турниру Рыцарей и Граций "СпАРТа".

#### 4.2. Турнир Рыцарей и Граций СпАРТА.

В программу Турнира студенческих Игр "СпАРТ" могут быть включены: конкурс "визитных карточек команд", новые (нетрадиционные) спортивные игры, демонстрация физических способностей и спортивного мастерства, хореографический конкурс, конкурс пантомимы и балета, конкурс "культуристов", выставка-конкурс работ в области искусства, спортивно-развлекательные и игровые эстафеты и др.

4.2.1. Конкурс "визитных карточек команд" предоставляет возможность в художественно-театрализованной форме рассказать (в течение 5 минут) о тех, кто входит в состав команды, об их творческих, физических, художественных и иных способностях, продемонстрировать костюмы Рыцарей и Граций "СпАРТА", исполнить танец, песню, стихотворение, музыкальное произведение и др., выражающие идею "СпАРТА" - идею синтеза спорта и искусства, посвященные студенческим Играм "СпАРТ". Этот конкурс готовится командами заранее без каких-либо предварительных условий к художественному решению.

4.2.2. Новые (нетрадиционные) спортивные игры представляются организаторами студенческих Игр "СпАРТ" в ходе Турнира. К ним привлекаются все члены каждой команды.

4.2.3. Демонстрация физических способностей и спортивного мастерства включает:

а) выполнение физических тестов, предложенных организаторами студенческих Игр "СпАРТ";

б) конкурс фантазии, творчества и искусства в демонстрации физических способностей и спортивного мастерства. Этот конкурс готовится отдельными участниками команд заранее. Каждый участник по своему выбору определяет, какие физические способности (силу, гибкость, координацию и др.), с помощью каких упражнений и средств, в какой форме, индивидуально или в паре, в группе - он будет демонстрировать. Максимальное время демонстрации - 3 минуты.

4.2.4. Хореографический конкурс состоит из трех разделов:

а) конкурс спортивного танца. Каждая команда заранее готовит один номер;

б) конкурс красоты и одухотворенности движений под музыку (без предварительной подготовки команд). От участников конкурса требуется выразить в движениях те чувства, которые вызывает у них музыка, предложенная организаторами студенческих Игр "СпАРТ", а также продемонстрировать способность красиво и пластично двигаться под эту музыку от команды может выступить до 3 человек);

в) конкурс "балет боевых искусств" (один номер от команды).

4.2.5. Конкурс пантомимы и балета. Каждая команда изображает три вида спорта по заданию оргкомитета. Время подготовки - 3 мин.

4.2.6. Конкурс "культуристов" состоит из 2 разделов:

а) конкурс красоты телосложения. От команды участвуют юноша и девушка;

б) юмористическая сценка проведения конкурса культуристов. Участвует команда в полном составе.

4.2.7. Выставка-конкурс работ в области искусства. Представляются любым участником Турнира Рыцарей и Граций "СпАРТа" рисунки, фотографии, изделия из дерева, металла, камней, керамики, тканей, плакаты и другие работы, связанные с проявлением личного творчества.

4.2.8. Спортивно-развлекательные и игровые эстафеты готовятся организаторами студенческих Игр "СпАРТ" и проводятся без предварительной подготовки команд.

#### 5. ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ И ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ.

На основе системы подсчета, разрабатываемой организаторами студенческих Игр "СпАРТ", определяются результаты индивидуальных и командных соревнований по двум группам выступлений:

1 группа - СпАРТианские соревнования в искусстве движений. Учитываются результаты, показанные в конкурсах 4.2.3.- 4.2.5. (демонстрация физических способностей и спортивного мастерства, хореографический конкурс, конкурс пантомимы и балета).

2 группа - СпАРТианское многоборье. Учитываются результаты, показанные во всех соревнованиях и конкурсах.

Организаторы студенческих Игр "СпАРТ" награждают участников, победителей и чемпионов грамотами, дипломами, призами, премиями, подарками.

Для участников студенческих Игр "СпАРТ" устанавливаются звания чемпионов, победителей, лауреатов и дипломантов.

Различные организации, частные лица могут по согласованию с организаторами устанавливать специальные призы.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### ТРАДИЦИИ ДРЕВНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР ЭЛЛАДЫ

История свидетельствует, что начало Олимпийских игр (О.и.) было не позднее 776 года до нашей эры.

Греческий историк Тимей ввел летоисчисление по Олимпиадам (О.), начиная с этой даты.

О. назывался греческий олимпийский год, длившийся 1417 дней.

О. начиналась с Олимпийских игр. О.и. проводились в "священный месяц", который начинался с первого полнолуния после летнего солнцестояния. Последняя дата соответствует, как известно, 22 июня по современному календарю.

На всей территории Древней Греции в "священный месяц" объявлялось "священное перемирие". Денежный штраф и проклятие ждали тех, кто мог бы осмелиться напасть на человека, идущего участвовать в О.и. Даже появление с оружием на территории Олимпии (возле горы Кронос на северо-западе Пелопонесского полуострова) каралось денежным штрафом.

Олимпийские игры включали состязания в нескольких дисциплинах, а также конкурсы ораторов, поэтов и скульпторов. Греки наравне ценили физическое совершенство и искусство.

Многие традиции древних О.и. были учтены или использованы современным олимпийским движением (возвышенная обстановка и торжественность события, зажигание олимпийского огня, сооружение стадиона, клятвы спортсменов, честность состязания, авторитет судьбы, награждение победителей, выступления представителей искусства, творческие произведения на олимпийские темы и др.).

Сами состязания, условия их проведения, "спортивные дисциплины" были очень своеобразными и соответствовали культуре древних греков.

Победитель О.и. - увенчанный оливковыми ветвями ОЛИМПИОНИК - становился легендарным героем в памяти многих поколений своих сограждан.

О.и. были запрещены в 394 году нашей эры византийским императором Феодосием. Олимпия была разрушена и погребена под землей.

До конца 19 века не было известно ее местонахождение. Однако идея возобновления О.и. появилась в эпоху Возрождения.

Археологические раскопки Олимпии (1875-1881г.г.) увенчались успехом.

Примерно в эти же годы созревает идея возобновления О.и. В 1894 году был создан Международный олимпийский комитет (МОК), который и организовал проведение первых О.и. современности в 1896 году в Афинах на сооруженном для Игр беломраморном стадионе (является национальной гордостью греков).

### ОЛИМПИЙСКАЯ ХАРТИЯ - ОСНОВНОЙ ДОКУМЕНТ СОВРЕМЕННОГО ОЛИМПИЗМА

Олимпийская Хартия включает свод Правил, на основании которых развивается олимпийское движение. Нарушение отдельных Правил может вести к исключению страны из олимпийского движения, отстранению спортсмена от участия в соревнованиях, проводимых МОК или его организациями.

Только сессия МОК может вносить в Олимпийскую Хартию изменения. Приводим частичное содержание некоторых Правил Олимпийской Хартии (сохранен порядковый номер каждого Правила).

1. Олимпийское движение имеет своей целью:

- способствовать развитию физических и моральных качеств, которые являются основой спорта;
- воспитывать молодежь с помощью спорта в духе лучшего взаимопонимания и дружбы, способствуя таким образом созданию лучшего и более спокойного мира;
- распространять олимпийские принципы во всем мире, порождая тем самым добрую волю между народами;
- созывать спортсменов всего мира раз в 4 года на великий праздник спорта, каким являются Олимпийские игры.

...

3. Олимпийские игры ... объединяют спортсменов всех стран в искренних и беспристрастных соревнованиях.

Международный олимпийский комитет обеспечивает Олимпийским играм возможно более широкую аудиторию.

...

6. ... Олимпийский девиз "Citius-Altius-Fortius" выражает стремление олимпийского движения.

...

Олимпийский флаг представляет собой белое полотнище... В центре флага находятся 5 переплетенных колец (в дальнейшем именуемых олимпийскими кольцами): голубое, желтое, черное, зеленое и

- 50 -

красное, расположенных в этом же порядке слева направо.

Утвержденным образцом олимпийского флага является флаг, представленный бароном Пьером де Кубертенем на Олимпийском конгрессе 1914 года в Париже.

Олимпийский символ состоит из олимпийских колец, исполненных отдельно, в одно- или многоцветном изображении.

Олимпийский девиз, флаг и символ символизируют единство 5 континентов и встречу спортсменов всего мира на Олимпийских играх в духе честных и товарищеских соревнований - идеал, который проповедовал барон Пьер де Кубертен.

...

9. Олимпийские игры представляют соревнования между отдельными лицами или командами, а не между странами.

...

11. ...Созданный не для извлечения прибыли, Международный олимпийский комитет ставит перед собой следующие цели:

- содействовать организации и развитию спорта и спортивных соревнований;
- направлять и поддерживать развитие спорта в духе олимпийского идеала, развивая и укрепляя тем самым дружбу между спортсменами всех стран;
- обеспечивать регулярное проведение Олимпийских игр;
- постоянно заботиться, чтобы Олимпийские игры были все более достойными их славной истории и благородных идеалов, которые вдохновляли барона Пьера де Кубертена и его сподвижников при возрождении игр.

...

38. Подготовительный Комитет по проведению Олимпийских игр с одобрения Международного олимпийского комитета организует выставки и художественные выступления, представляющие страну-организатора (архитектура, музыка, литература, живопись, скульптура, фотография и спортивная филателия) ... Программа может включать также театральные постановки, оперные и балетные спектакли, симфонические концерты.

...

54. Международный олимпийский комитет может предоставлять свой патронаж международным, региональным, континентальным или всемирным комплексным спортивным соревнованиям.

- 51 -

#### КРУПИЦЫ МИРОВОГО ОПЫТА ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ МИРОВОЗЗРЕНИЯ И ОЛИМПИЙСКИХ ТРАДИЦИЙ НА УКРАИНЕ

ЯПОНИЯ. Многие японцы прибегают к занятиям физической культурой, чтобы снять комплекс неполноценности перед экраном компьютера, ужас перед нарастающим потоком информации, психическую нагрузку.

Японцы, как показали социологические исследования, предпочитают заниматься в одиночку. Половина опрошенных признались, что терпят партнеров в занятиях, поскольку без них не получается игры. Девиз таких занятий - "Спорт для всех, но не со всеми". Поэтому в Японии не очень популярны виды спорта, в которых партнер просто необходим.

Такие психологические особенности оздоровительных занятий связаны, по-видимому, с национальной традицией, не поощряющей самоутверждение за счет окружающих. Не потому ли наиболее популярны в этой стране "домашние клубы", насчитывающие более 30 миллионов человек.

РОССИЯ. Малоподвижный образ жизни, по мнению известного специалиста по пропаганде здоровья П.А.Виноградова из Москвы, формируется при участии шести "Т" - тахта, тапочки, транспорт, техника,

телевидение, таблетки. Эффективность контрпропаганды им крайне низка из-за отсутствия у большинства людей интереса и потребности в личном самооздоровлении. Лишь после этих факторов он ставит проблемы отсутствия специалистов, инвентаря, спортивных баз.

**ФРАНЦИЯ.** Международная ассоциация "Дни Радуги" как общественное движение ставит своей целью объединить детей из разных социальных групп посредством общения в спорте, творчестве, раскрытия и самоутверждения личности ребенка в совместной деятельности со сверстниками. Мероприятия в отдельной группе, на фестивалях включают физкультурно-спортивную деятельность, культурные мероприятия, выставки и др. В настоящее время движение охватывает детей и взрослых более 20 стран. Спорт является приоритетным средством общения, преодоления языковых и социальных барьеров, познания друг друга. Жесты, поступки, поведение, интуиция ребенка, которые присутствуют в любой спортивной деятельности, являются лучшими средствами взаимопонимания. Вместе с тем не ставится задача добиться успеха в спорте. Спорт рассматривается как способ времяпровождения, как элемент гармоничного воспитания.

В фестивали "Дней Радуги" включаются помимо спорта мероприятия, свойственные культурным традициям страны: лепка, вышивание, живопись, песни, танцы, мини спектакль в национальных костюмах для заключительного концерта. Вся программа выполняется одной группой детей.

**ЕВРОПЕЙСКОЕ СООБЩЕСТВО.** В 1965 году Совет Европы принял программу "Спорт для всех", в которой каждому человеку предоставлялось право принимать участие в спортивных мероприятиях для поддержания здоровья и самочувствия.

Новое направление связано с движением "Честная игра". Оно проводится как национальные программы и охватывает все вопросы, связанные с гуманизацией спорта (выполнение правил, поведение болельщиков, антидопинговая пропаганда, пропаганда активного досуга и т.д.).

**МУСУЛЬМАНСКАЯ ТРАДИЦИЯ.** Она предполагает поддержание здорового образа жизни. Сведения об этом и конкретные рекомендации приводятся в книге "Кабус-наме", трудах Абу-ибн-Сины.

**ЛИТВА.** Реализуются 8 комплексных программ для детей и подростков, основанных на девизе: "Желание, упорство, результат". Среди задач - снятие психологического барьера недоступности физических нагрузок у детей с низкими исходными показателями состояния; самоутверждение ребенка; вхождение в коллектив.

**ФИЛИППИНЫ.** Реализуется программа "молодой воспитатель", ставящая целью борьбу с употреблением спиртных напитков, наркотиков среди детей, постоянно общающихся между собой на улице. Основной акцент сделан на самообучении детей вариантам поведения, развитию физических качеств, накоплению знаний об окружающей среде.

**МАВРИКИЙ.** В реабилитации молодых правонарушителей активно используются спорт и подвижные игры.

**ЮЖНАЯ АФРИКА.** Реализован проект "Неделя регби" для развития через спорт межличностных отношений, включая отношения африканцев и выходцев из Европы. Команда примерно поровну должна была быть укомплектована детьми "белых" и "цветных".

**МЕКСИКА.** Движения тела и ритм использовались как основные средства в комплексной программе физического и психомоторного воспитания детей с нарушениями слуха.

**ИНДИЯ.** Показано, что из-за разделения в обществе видов спорта на более и менее элитные, снижается интерес детей к некоторым из них. Большинство спортивных программ не вполне содействует в связи с этим физическому развитию детей. Поэтому важно учитывать культурную среду, в которой проводятся спортивные занятия.

## ПРОГРАММА СТУДЕНЧЕСКОГО ОЛИМПЕЙСКОГО ПРАЗДНИКА "СПАРТ"

Зяц Т.А., профессор Лабский В.М., Пустыльник М.А.  
Харьковский политехнический институт

### ОРГАНИЗАТОРЫ И УЧАСТНИКИ.

Принимают участие 6 команд (60 человек), в каждой команде 5 мужчин и 5 женщин.

Жюри - 5 человек.

Ведущие - 1-2 человека.

Группа звукозаписи.

Техническая группа (оборудование, инвентарь, подготовка места проведения по ходу сценария).

Режиссерская группа.

Привлекаются: артисты для выступлений, студенты - для показательных выступлений по видам спорта и в конкурсах.

Члены сборных команд института.

Приглашенные спортсмены, тренеры, гости.

#### МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Фестиваль проводится на комплексной игровой площадке спорткомплекса.

Оборудуются трибуны и сиденья для зрителей и участников. Готовится спортивный инвентарь и снаряжение для отдельных номеров и выступлений, призы для участников и зрителей.

#### ОСНОВНАЯ ПРОГРАММА.

1. Представление команд (с домашней подготовкой).

2. Эстафета со спортивным инвентарем и другими предметами. ПРИМЕР. Шуточно-развлекательная эстафета.

1 этап: из исходного положения лежа на спине подняться, выполнить ускорение до стойки, взять в руки баскетбольный мяч и вернуться к линии старта; 2 этап: бег в ластах до стойки, там

- 54 -

снять ласты, взять мяч между ног, в руки - обруч и вернуться к

линии старта; 3 этап: взять в руки 5 разноцветных мячей и выполнить бег до стойки и обратно.

3. Конкурс эрудитов (по олимпийской тематике).

ПРИМЕР. 3-10 вопросов по участию спортсменов вуза, города, региона в Олимпийских играх, международных соревнованиях.

4. Силовой конкурс.

ПРИМЕР. Конкурс силачей на время (подтягивание на низкой перекладине - для женщин; поднятие гири на время - для мужчин).

5. Анонс открытого конкурса по атлетизму.

6. Конкурс циркового мастерства (домашнее задание).

ПРИМЕР. 1-4 человека от команды готовят выступление по спортивной теме (пантомима, эквилибристика, шарж, фокусы и др.).

7. Показательное выступление в стиле ритмопластики.

8. Литературное буриме.

ПРИМЕР. Конкурс поэзии (стихи, эпиграммы, пародии, анекдоты на темы спорта и спортивной жизни в институте).

9. Показательное выступление по технике игры с мячом.

ПРИМЕР. Попадание в баскетбольное кольцо с заданных точек.

10. Танцевальный конкурс (домашнее задание).

ПРИМЕР. Танец в стиле рэп с шуточной импровизацией спортивной тренировки и соревнований. Оцениваются замысел, сюжет, мастерство и оригинальность костюмов.

11. Представление участниц конкурса красоты.

12. Командный конкурс по рисованию.

ПРИМЕР. Конкурс художников-моменталистов (необходимо за небольшой отрезок времени изобразить в виде рисунка одну из тем домашнего задания: а) урок физкультуры; б) быт в общежитии; в) "Я" (шарж на самого себя).

13. Конкурс инсценированной песни (с домашней подготовкой). Оцениваются авторство, содержание и исполнительное мастерство.

14. Конкурс болельщиков команд.

ПРИМЕР. По три болельщика играют в "Поле чудес".

15. Двухэтажный баскетбол.

ПРИМЕР. В команде по два человека (девушка и юноша). Играют до 3 попаданий в кольцо.

16. Подведение итогов. Обращается наибольшее внимание на проявленные способности, совместное творчество, обстановку доброжелательности и здорового образа жизни. Вручается как можно большее число сувениров участникам, преподавателям, гостям праздника.

## ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ ПРАЗДНИКА "СпАРТ"

Спортивная дискотека, спортивные и культурно-массовые конкурсы, развлечения для всех участников праздника.

Примечание. Студенческий олимпийский праздник "СпАРТ" проводится как общественное гуманистическое мероприятие.

Активно создается и поддерживается атмосфера торжества олимпийских идеалов, олимпийского духа и олимпийских принципов:

"CITIUS, ALTIUS, FORTIUS" = "БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ",  
"ГЛАВНОЕ - УЧАСТИЕ, А НЕ ПОБЕДА", "ВСЕСТОРОННЕЕ И  
ГАРМОНИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ",  
"ЧЕСТНАЯ И СПРАВЕДЛИВАЯ БОРЬБА".

Нетерпимы и пресекаются по ходу праздника грубые выпады по отношению к командам и участникам, судьям, членам жюри, ведущим, болельщикам.

## ПЕРВАЯ СЕССИЯ ОЛИМПИЙСКОЙ АКАДЕМИИ УКРАИНЫ

Олимпийская Академия Украины (ОАУК), как подразделение Национального олимпийского комитета (НОК) Украины, была создана на второй сессии его Генеральной ассамблеи (коммюнике НОК Украины от 20.09.91).

Первая сессия ОАУК состоялась 9 января 1992 года в Киеве. В качестве делегатов и гостей сессии в ней приняли участие первый вице-президент НОК Украины В.В.Кулик, вице-президент НОК Украины, ректор Киевского государственного института физической культуры профессор В.Н.Платонов, представители всех областей Украины, национальных спортивных федераций по олимпийским видам спорта, известные ученые, тренеры, олимпийские чемпионы, участники Олимпийских игр, члены национальных спортивных команд, широкая спортивная общественность, представители средств массовой информации, учреждений и организаций культуры, образования, здравоохранения, искусства, науки, общественные деятели.

Сессию открыл вступительным словом первый вице-президент НОК Украины В.В.Кулик.

Он рассказал о содержании решений НОК Украины, касающихся создания Олимпийской Академии Украины, представил выбранного указанной Ассамблеей Президента Олимпийской Академии - доктора педагогических наук, профессора, проректора Киевского государственного института физической культуры Вадима Александровича Запорожанова.

Президент Олимпийской Академии Украины В.А. Запорожанов в своем докладе изложил цели и задачи работы Олимпийской Академии, акцентировал внимание на трех направлениях будущей работы:

- содействие выступлениям украинских спортсменов на Олимпийских играх;
- пропаганда и развитие идей олимпизма на Украине, установление и развитие связей с Международной Олимпийской Академией и национальными олимпийскими академиями;
- содействие развитию на Украине всех направлений оздоровительной физической культуры и спорта.

Касаясь структуры Олимпийской Академии Украины, профессор В.А. Запорожанов подчеркнул, что она является подразделением НОК Украины, ведет свою работу в соответствии с его программными документами, имеет статус общественной организации, образует свои подразделения.

Декан Олимпийской Академии доцент Крюков Ю.А.(Киев) охарактеризовал содержание Устава ОАУК. Устав был принят делегатами.

Был избран Исполком Олимпийской Академии Украины, намечены конкретные мероприятия по содействию участию национальной команды и спортсменов Украины в 26 Олимпийских играх в Барселоне в 1992 году, а также развитию идей и принципов олимпизма в Украине.

Опыт работы Международной Олимпийской Академии, национальных олимпийских академий позволяет предположить, что ОАУК найдет свое место в становлении национального спорта, формировании его международного авторитета, пропаганде спорта как инструмента дружбы и взаимопонимания стран, народов и прежде всего - людей, увлекающихся и преданных спорту и олимпизму.

- 57 -  
АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ АВТОРОВ

АКИМОВА А.К. - 17	НОВИКОВ Б.И. - 38
БЛИЗНЕЦОВА З.И. - 11	ОЛЕЙНИК Н.А. - 24
БОНДАРЕВСКИЙ Я.И. - 22	
БОНДАРЕНКО Т.А. - 25	ПЕТРЕНКО Г.Г. - 16
ВАСИЛЬЕВ Ю.К. - 27	ПЧЕЛОВ В.М. - 10
ДРАГУТИНОВИЧ С. - 32	РОМАНОВ А.А. - 24
ЕФИМЕНКО П.Б. - 19	САБЛЕВ А.Л. - 18
	САБЛЕВА Т.А. - 25
	САРАФ М.Я. - 8
ЖИВОИНОВИЧ Ж. - 32	СТОЛЯРОВ В.И. - 14,29
ЖУКОВСКА З. - 37	40,43
	ТАРАНЕНКО К.И. - 7
КАРОВИЧ Ж. - 32	
КОСТЕНКО Ю.Т. - 14	ХАРЛАМПОВ Г.А. - 23
КРАВЧИК З. - 37	
КРАПИВИНА Е.А. - 21	ЧЕРВОНЬЙ С.А. - 26
КУБАСОВ В.И. - 24,43	ЧЕРЕПАХИН Г.А. - 23
КУРИЛО С.И. - 14,33,43	ЧЕРНИН И.М. - 19
ЛАБСКИР В.М. - 11,14,24 28,33,43	ШАХУНОВА Н.Е. - 36
ЛИТВИНОВ В.Н. - 10	ЭПШТЕЙН Л.Ю. - 24,35
ЛЮБИЕВ А.И. - 11,14,24,43	ЮШКО В.Б. - 33

- 58 -

UDC 796.092.1+177+371.044.4

ABSTRACT

**Back to Olympic Ideals** : olympic and sport-humanistic youth upbringing / ed. by Prof. **V.M.Labskir**, Ass.Prof. **A.I.Ljubijev**.- Kharkov : Kharkov Polytechnical Institute. The Ministry of Ukraine in youth and sport affairs. Olympic Academy of Ukraine. International Association "SpART",1992.- 60 p.

Practical material for studies in physical education with youth is submitted:

- information about olympism;
- person upbringing by means of physical culture and sport: humanization of physical education, project "SpART" (Sport plus ART), sport interest clubs, festivals and competitions;
- particular sport training methods: forming healthy way of life, national systems of physical culture, all around combined training, physical fitness rating, regarding for requirements, needs and interests etc.

Results of scientific researches in olympic and sport-humanistic upbringing in Europe, Asia, Latin America are generalized.

The recommendations are prepared, discussed and approved by the participants of three international summits in healthfull way of life, olympic and sport-humanistic upbringing under scientific leadership of Prof. V.I.Stoljarov, Prof. V.M.Labskir. (Alushta, Kharkov Polytechnical Institute healthy-sportcamp "Studencheskij", 1989-1991 yy.).



**УДК 796.092.1 + 177 + 371.044.4**

ВОЗВРАЩЕНИЕ К ОЛИМПИЙСКИМ ИДЕАЛАМ : ОЛИМПИЙСКОЕ И  
СПОРТИВНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ / Под ред. профессора  
Лабскира Владимира Михайловича, доцента Любиева Альберта Игнатьевича.- Харьков :  
Харьковский политехнический институт. ГУФК Министерства Украины по делам молодежи и  
спорта. Олимпийская Академия Украины. Международная Ассоциация "СпАРТ", 1992.- 58 с.

Методические рекомендации для преподавателей

Издание подготовлено на ПК "Нейрон" с помощью текстового редактора ЛЕКСИКОН.  
Объем - 127 Кб.

Ответственный за выпуск А.В.Сушков

Редактор Е.Г.Лоповок

Технический редактор Я.В.Здановский

----- Подп. к печ. 04.03.92. Формат . Бумага тип. N .  
Печать офсетная. Усл.печ.л. . Усл.кр.-отт. . Уч.-изд.л. .  
Изд N . Тираж 200 экз. Зак. N . Цена договорная.

ХПИ. 310002, Харьков, ул.Фрунзе, 21.

Украинский научно-исследовательский и конструкторский институт химического машиностроения.  
310126, Харьков, ул.Маршала Конева, 21.

(С) Харьковский политехнический институт, 1992 г.