

Половой диморфизм (от др.-греч. δι- — два, μορφή — форма) — анатомические различия между самцами и самками одного и того же биологического вида, исключая различия в строении половых органов.

Исследований, посвященных гендерным проблемам в спорте, очень мало. При этом они не рекомендуют никаких советов по организации работы с разнополыми и разновозрастными группами спортсменов, в частности в так называемых «мужских видах» спорта.

Проблема заключается в поиске оптимальных путей управления процессом спортивной подготовки молодежи в единоборствах с учетом общих закономерностей и особенностей формирования спортивного мастерства на этапах многолетней подготовки. Данная проблема пока решена не в полной мере, хотя в последние годы эти вопросы освещаются в литературных источниках по разным видам спорта, и в том числе в спортивной борьбе.

Таким образом современная ситуация требует большей научной обоснованности развития женского спорта: изучения влияния на женский организм интенсивных тренировочных и соревновательных нагрузок, разработки научно-методических основ оптимизации тренировочных нагрузок, разработки социально-психологических основ женского спорта.

Рассматривая проблему увлечения женщин мужскими видами спорта выходит за рамки женского спорта. При этом необходимо сказать: женский спорт, которому предрекают гибель в современной ситуации, не может погибнуть, пока в природе существуют мускульные женщины, ищущие своё выражение в движении и сугубо мужских видах спорта.

Библиографический список

1. Астахов, А.А. Самбо для женщин / А.А. Астахов, И.И. Тищенко, В.В. Избеков. Саранск: Мордовское книжное издательство. 1991. 160с. Текст: непосредственный.

УДК 339.138

Заикин Д.С.

Zaikin D. S.

*Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург*

Ural State University of Railway Transport, Ekaterinburg

zaikina_n@bk.ru

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ
ПОДРАСТАЮЩЕЙ МОЛОДЕЖИ**

HEALTH AND SPORTS ORIENTATION OF YOUNG PEOPLE

Аннотация. В работе раскрыто приоритетное направление в оздоровлении подрастающего поколения, составление проекта,

направленного на формирование здорового образа жизни для молодежи через организацию спортивного досуга.

Abstract. The work reveals a priority in improving the younger generation, drawing up a project aimed at creating a healthy lifestyle for young people through the organization of sports activities.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, молодежь, массовый спорт, физическая культура, детская спортивная школа.

Keywords: healthy lifestyle, youth, mass sport, physical education, children's sports school.

Одной из приоритетных социальных задач государства является забота о здоровье человека. Это закреплено в законодательных и нормативных документах и, прежде всего, в Конституции Российской Федерации. Особого внимания заслуживает здоровье подрастающего поколения, его сохранение и укрепление. В связи с этим вызывает серьезное опасение ухудшение здоровья детей школьного возраста в России, наблюдаемое в последние годы. Это стало не только серьезной медицинской, но и острой социальной проблемой государства. Как свидетельствует статистика, ежегодно растет количество пропусков учебных занятий по болезни, рост подростковой преступности, алкоголизма и наркомании, увеличение количества курильщиков, снижение здоровья призывников стали общенациональной проблемой.

В последнее время на всех уровнях государственной власти прилагаются значительные усилия для решения проблем обеспечения доступности, массовости спорта и организации пропаганды занятий физической культурой и спортом как составляющей части здорового образа жизни. Учреждения дополнительного образования детей так же ведут работу в этих направлениях [1].

Проблеме организации оздоровительной и спортивной работы уделено достаточно много внимания, как в отечественной, так и в зарубежной литературе. Во многих ДЮСШ спортивно-оздоровительная направленность представлена небольшим набором мероприятий, способствующих преимущественно развитию специальных физических качеств, для избранного вида спорта.

Актуальностью нашей работы, является анализ существующих форм организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью ДЮСШ «Малахит», город Асбест. Цель работы, анализ и повышение эффективности деятельности ДЮСШ «Малахит» по организации спортивной и оздоровительной работы с детьми и молодежью. Удовлетворение потребностей в спортивно-оздоровительных услугах, формирование у молодого поколения социальной позиции личности, поиск новых форм организации спортивной и оздоровительной работы с детьми и молодежью, увеличение численности занимающихся

физической культурой и спортом, улучшение их физического развития. Нами был изучен опыт работы ДЮСШ «Малахит» города Асбеста, а также опыт работы аналогичных ДЮСШ Екатеринбурга, с описанием удачных моментов по организации спортивной и оздоровительной работы с молодым поколением. Так же была проведена сравнительная характеристика существующего плана мероприятий по организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью.

На основе проведенного анализа, рассмотрев опыт деятельности центров, были предложены конкретные рекомендации, которые позволят улучшить деятельность ДЮСШ «Малахит» по организации молодежного досуга по следующим разделам:

- Развитие спортивных достижений детей и молодежи
- Поддержка способных детей и молодежи
- Информационное обеспечение детей и молодежи ж/д района
- Воспитание социальной гражданственности и патриотизма
- Совершенствование существующих форм спортивной и оздоровительной работы с детьми и молодежью
- Организация детских и молодежных спортивно-массовых мероприятий, не требующих специальной подготовки

Важно уметь организовать спортивно-оздоровительную работу так, чтобы обеспечить условия для устойчивого интереса и повышения мотивации к занятиям спортом у любого молодого человека. Для этого необходимо:

- Повысить качественный уровень спортивных мероприятий путем внедрения новых, нетрадиционных форм развлечения, просвещения, общения, занятий и широкого их выбора.
- Создать комфортную спортивно-оздоровительную среду, в которой бы уютно себя почувствовали различные слои населения.

Практическая значимость связана с возможностью ее использования педагогами организаторами в качестве методических рекомендаций по организации спортивной и оздоровительной работы с детьми и молодежью. Социальная эффективность организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью. Эффект от реализации ДЮСШ «Малахит» по организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью будет формироваться в области социального развития и развития воспитанников центра.

Показатели, которые будут задействованы:

- увеличение удельного веса воспитанников, повышающих спортивную квалификацию
- увеличение удельного веса воспитанников, выражающих удовлетворение возможностями личного роста

– снижение уровня текучести воспитанников по причине неудовлетворения возможностями развития

– рост количества мероприятий, направленных на поддержание здорового образа жизни

– сокращение числа случаев задержания органами милиции и общественными правоохранительными органами детей и молодежи

– увеличение удельного веса воспитанников, положительно оценивающих условия для общения вне школы и участия в общественной жизни города

Ожидаемые социальные результаты:

– повышение содержательности занятий

– реализация и развитие индивидуальных способностей воспитанников

– повышение соперничества воспитанников

– повышение удовлетворения индивидуальных потребностей воспитанников

– формирование благоприятного социально-экономического климата

– противодействие вредным привычкам, ведущим к физическому нездоровью или антисоциальному поведению

– создание возможностей для общения вне школы и участия в общественной жизни города

Мировой опыт показывает, что средства физической культуры и спорта обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня здоровья населения и формирования здорового морально-психологического климата в коллективах и в обществе в целом. Признано, что занятия физической культурой и спортом являются превентивным средством поддержания и укрепления здоровья и профилактики различных неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистых, ишемической болезни сердца, диабета, остеопороза, ожирения и др.), вредных привычек (пьянства, табакокурения, токсикомании и т.д.) и асоциального поведения. В стране функционирует широкая сеть внешкольных учреждений различного типа, призванная заниматься развитием физической культуры и спорта среди школьников в свободное от учебных занятий время. ДЮСШ «Малахит» также ведет работу по спортивно-оздоровительной направленности, оказывая образовательные и спортивно-оздоровительные услуги для детей и подростков [2].

Для определения эффективности деятельности ДЮСШ «Малахит» по спортивно-оздоровительной направленности был проведен анализ организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью, в результате, которого был выявлен ряд проблем, это

падение интереса к занятиям спортом, низкий уровень поддержки талантливых спортсменов и практически полное отсутствие мероприятий по развитию социальной гражданственности и патриотизма.

Для решения существующих проблем было принято решение о разработке программы по организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью в ДЮСШ «Малахит». В программу необходимо внести, такие задачи как: развитие спортивных достижений детей и молодежи, поддержка способных детей и молодежи, информационное обеспечение детей и молодежи, воспитание гражданственности и патриотизма, создание новых форм спортивно-оздоровительной работы с детьми и молодежью, организация детских и молодежных спортивно-массовых мероприятий. Наша работа, имеет наиболее значимые рубежи, которые призваны создавать условия для самореализации личности, и обеспечат реализацию личностно-ориентированной модели образования на практике, что соответствует гуманистической направленности.

Библиографический список

1. Бальсевич, В. К. Спортивно-ориентированное физическое воспитание; образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева. Текст: непосредственный // Теория и практика физической культуры. 2003. № 5. С. 19–22.

2. Виленский, М. Я. Методологический анализ общего и особенного в понятиях «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни» / М.Я. Виленский, С.О. Авчинникова. Текст: непосредственный // Теория и практика физической культуры. 2004. № 11. С. 2–7.

УДК 796.853.23

Закиров Р.М., Багдерин П.Г.

Zakirov R.M. Bagderin P.G.

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь

Perm State Humanitarian-Pedagogical University, Perm,

Пермский государственный национальный

Исследовательский университет, г. Пермь

Perm state national research university, Perm

[*permjudo@mail.ru*](mailto:permjudo@mail.ru)

ОСОБЕННОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

ДЗЮДОИСТОВ

С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

FEATURES OF TRAINING YOUNG JUDOISTS WITH VISUAL

IMPAIRMENTS

Аннотация. Выявлены структура и особенности методических подходов тренировочного процесса обучения в адаптивном дзюдо и основные задачи воспитания в дзюдо.

Abstract. The structure and features of the methodological approaches