



**«Организация образовательного  
процесса по безопасности  
жизнедеятельности  
и физической культуре в условиях  
дистанционного обучения»**

**Материалы  
XII Всероссийской ежегодной научно-практической  
конференции с международным участием**

**Нижний Тагил  
2021**

**УДК 614.8(075.8)**  
**ББК 68.9я73**  
**О 64**

**Организация образовательного процесса по безопасности жизнедеятельности и физической культуре в условиях дистанционного обучения:** материалы XII Всероссийской ежегодной научно-практической конференции 17 марта 2021 г. / Отв. редактор Е.Г. Мишина. – Н-Тагил: Издательство Ипполитова, 2021. – 104 с.

**Ответственный редактор:** Мишина Екатерина Геннадьевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры НТГСПИ

**Научный редактор:** Дейкова Татьяна Николаевна, кандидат химических наук, доцент, заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и физической культуры НТГСПИ

**Рецензенты:**

**Гафнер Василий Викторович**, доцент кафедры анатомии, физиологии и безопасности жизнедеятельности Уральского государственного педагогического университета, доцент, Академик Международной академии наук экологии и безопасности жизнедеятельности, Эксперт Федерального учебно-методического объединения в системе высшего образования

**Костылев Алексей Александрович**, учитель основ безопасности жизнедеятельности высшей квалификационной категории, заместитель директора по правовому воспитанию МАОУ Гимназия № 86 г. Нижний Тагил

**ISBN 978-5-93856-398-8**

В материалах сборника представлены результаты теоретических, практических и прикладных изысканий представителей научного и образовательного сообщества в области безопасности жизнедеятельности, педагогики безопасности, педагогики физической культуры, спорта и здоровье сбережения образовательного пространства.

Сборник адресован педагогам, методистам, тренерам, работающим в системе дошкольного, общего, профессионального и высшего образования.

Материалы сборника публикуются в авторской редакции. Ответственность за содержание публикуемых материалов, аутентичность и точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности несут их авторы

© Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2021.  
© Авторы статей, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Секция «Физическое воспитание и здоровьесбережение в дошкольном, начальном общем и основном общем образовании в условиях дистанционного обучения»</i>	6
<i>Быстрова Е. А., Гоголева Т. В.</i>	
Проблема развития выносливости у обучающихся подросткового возраста.....	6
<i>Кокколова О. А.</i>	
Анализ итогового результата по физической культуре во время пандемии.....	11
<i>Куимова Т. Н., Черный А. А.</i>	
Возможности профдиагностики в дистанционном формате.....	14
<i>Дейкова Т. Н., Мишина Е. Г.</i>	
Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы в условиях пандемии.....	17
<i>Неймышев А. В., Рябинин Е. А.</i>	
Теоретическая подготовка легкоатлетов в период дистанционной работы.....	22
<i>Никулина М. В.</i>	
Особенности изучения дисциплины «биология» в спортивно-педагогическом колледже в период дистанционного обучения .....	26
<i>Сандаков В. Е., Черный А. А.</i>	
Опыт применения дистанционных образовательных технологий в преподавании дисциплины «Физическая культура».....	34
<i>Скупкин Д.А., Борминская О. А.</i>	
Оценка уровня плавательной подготовленности в группах начальной подготовки в плавании.....	37
<i>Скупкин Д.А., Кузнецова О.С.</i>	
Практический опыт формирования первоначальных умений и навыков техники плавания у детей 6-7 лет.....	45
<i>Созинов М. В.</i>	
ГТО: вчера, сегодня, завтра. Сравнительный анализ комплексов ГТО....	53
<i>Черный А. А., Сандаков В. Е.</i>	
Использование гаджетов на занятиях физической культуры в условиях дистанционного обучения.....	58
<i>Федюнин В.А., Алексеев Р.А., Максименюк М.А.</i>	
Воркаут как молодежное движение спортивной направленности в формировании культуры здорового образа жизни современной молодежи.....	61
<i>Шарамок К. , Береснева М. Т., Мишина Е.Г.</i>	
Оценка самоорганизации двигательной активности студентов педагогического вуза.....	63

<b>Секция «Формирование культуры безопасного поведения и здорового образа жизни. Проблемы преподавание ОБЖ в условиях дистанционного обучения».....</b>	<b>69</b>
<i>Батаев В. В.</i>	
Сущностные аспекты самоидентификации личности в современном высокоопасном социальном пространстве.....	69
<i>Батаев В. В.</i>	
Первичная профилактика алкоголизации подростков в образовательном учреждении глазами ученых .....	77
<i>Батаев В. В.</i>	
Коррупция как феномен государственности – попытка социально-экономического анализа его ограничения.....	84
<i>Неймышев А.В., Костылев А.А.</i>	
Особенности дистанционной работы студентов по безопасности жизнедеятельности .....	90
<i>Сорокина Л.А.</i>	
Возможности дистанционных технологий обучения на платформе moodle для формирования профессиональных компетенций студентов...	94
<i>Федюнин В. А., Федюнина А.С.</i>	
Формирующее оценивание в развитии компетенций студентов педагогического вуза.....	97

2. Озолина, Н. Г. Легкая атлетика: учебник для институтов физической культуры [Текст] / Н. Г. Озолина – М. : 1987. – 390 с.
3. Основы теории и методики физической культуры [Текст] : учеб. для техникумов физ. культуры / В. М. Выдрин, А. А. Гужаловский, В. Н. Кряж и др.]; Под общ. ред. А. А. Гужаловского. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 351 с.
4. Лях, В.И. Физическая культура. 5–9 класс. Рабочие программы ФГОС [Текст] / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2014 – 104 с.
5. Матвеев, А. П. Методика физического воспитания с основами теории [Текст] / А. П. Матвеев, С. Б. Мельников. – М. : Просвещение, 1991. – 191 с.
6. Теория и методика физического воспитания [Текст] : Учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов / Б.А. Ашмарин, М.Я. Виленский, К.Х. Грантынь и др. ; Под ред. Б.А. Ашмарина. – М. : Просвещение, 1979. – 360 с.
7. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений / [Ю. Ф. Курамшин [и др.] ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стер. – М. : Советский спорт, 2010. – 463 с.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования [Текст] : [16+] / М-во образования и науки Российской Федерации. – 4-е изд., перераб. – М. : Просвещение, 2016. – 47с.
9. Холодов, Ж. К. Теория методика физического воспитания и спорта. [Текст] : учебное пособие для студентов ВУЗов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов – М. : Академия. 2000. – 480 с.

УДК 796.011.3

О.В. Кокколова  
O.V. Kokolova  
ФГБОУ ВО Удмуртский государственный  
университет, Ижевск  
Udmurt State University, Izhevsk  
[kovmir@mail.ru](mailto:kovmir@mail.ru)

**АНАЛИЗ ИТОГОВОГО РЕЗУЛЬТАТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ  
ANALYSIS OF THE FINAL RESULT ON PHYSICAL EDUCATION  
DURING A PANDEMIC**

**Аннотация.** В данной статье проанализирован результат поднимания опускания туловища из положения лежа на спине во время дистанционного обучения.

**Abstract.** This article analyzes the result of raising and lowering the torso from a supine position during distance learning.

**Ключевые слова:** дистанционное обучение; двигательная активность; физическая культура; самоизоляция.

**Keywords:** distance learning; physical activity; physical education; self-isolation.

В настоящее время с развитием технологий всё большую популярность набирает дистанционная форма обучения.

В нашей стране, интегрированной в общеевропейскую систему, идет интенсивный поиск новых форм и методов в сфере образования. Смена образовательной идеологии в развитом обществе связана со свободным доступом к информации для значительной части населения многих стран. «Развитие информационных и телекоммуникационных технологий открывает новые возможности для получения высшего образования населением, аналогичного работающим студентам» [3, с. 12].

Применение технологий дистанционного обучения позволяет эффективно решать проблему нехватки кабинетов и аудиторий. В своей работе преподаватели используют собственные цифровые образовательные ресурсы (ЦОР) или материалы, которые размещены в педагогических сообществах сети интернет. Это интерактивные задания, созданные при помощи образовательных интернет сервисов, например, таких как: Google Forms, конструктор интерактивных заданий Learning Aps, презентации созданные при помощи приложения Microsoft Office, электронные учебники по предмету.

Из-за эпидемии коронавируса весной 2020 года все российские вузы в срочном порядке перешли на электронную форму обучения. К сожалению не всем дисциплинам такая форма обучения подходит. Одним из таких предметов является «Физическая культура и спорт», где предусмотрены в основном практические занятия.

Применяя дистанционное обучения, преподаватели физической культуры использовали ряд возможностей, разнообразие форм и методов для повышения интереса студентов к изучению предмета, пытались сделать процесс обучения увлекательным и интересным, расширяя кругозор обучающихся, повышая мотивацию к занятиям физическими упражнениями. Поиск новых методов обучения позволил преподавателям повышать свои профессиональные навыки.

Когда студент учится дистанционно, он не ограничен ни в пространстве, ни во времени - у него есть возможность заниматься по личному графику, не выходя из дома. Но во время самоизоляции единственным местом для занятий физическими упражнениями является его жилая площадь. Находясь в таких стесненных условиях, «в связи с переходом на дистанционное обучение студенты большую часть времени проводят за компьютером, в «сидячем» положении, что влечет за собой гиподинамию, заболевания глаз, искривление позвоночника и т.д.» [1, с. 125]. Поэтому перед преподавателем ставится задача сохранить двигательную активность студента.

Во время карантина в ряду с теоретическими заданиями (чтение лекционного материала, составление различных комплексов, написание

рефератов и т.п.) нами предлагалось выполнить составленные студентами комплексы и прислать видеоотчет; выполнить функциональные пробы по самоконтролю и определить уровень своей функциональной подготовленности; выполнить определенные физические упражнения упражнений с контролем частоты сердечных сокращений. Так как физическая культура в нашем Вузе проходит по специализациям, на ряду с общими заданиями преподаватели предлагали своим студентам выполнять упражнения для поддержания навыков в том или ином виде спорта. Вся работа проходила индивидуально.

В конце семестра студентам были даны зачетные задания: ответить на вопросы теста в электронной системе обучения и выполнить физические упражнения для определения различных физических качеств.

В целях проверки качества дистанционного обучения во время самоизоляции, проведено исследование результатов одного из зачетных упражнений, а именно, поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине руки за головой за 1 минуту. Были рассмотрены результаты студентов 1 курса (61 человек), 2 курса (52 человека) и 3 курса (56 человек). Оказалось, что снизилась результативность: 1 курс – на 13,3%, 2 курс – на 16,3%, 3 курс – на 18,1%.

Анализируя вышеуказанный результат хочется отметить, что в отличие от традиционного обучения, при дистанционном обучении возникли негативные факторы, которые повлияли на итоговый результат. А именно:

1. Велика вероятность невыполнения студентами поставленных задач.
2. Ограниченное общение с преподавателем лишает возможности студента оценить правильность выполнения физического упражнения.
3. Нехватка времени, вызванная большим объемом учебной нагрузки по другим предметам.
4. Отсутствие необходимого инвентаря и оборудования в домашних условиях
5. Неспособность самостоятельно подобрать упражнения. Первым шагом к правильному выбору упражнений при самостоятельных занятиях является грамотное распределение физических нагрузок с учетом индивидуальных особенностей организма [3, с. 195].
6. Выполнение физических упражнений в ограниченном пространстве, привело к снижению двигательной активности.

Следовательно, дистанционное обучение не сможет полностью заменить очную форму обучения. Однако, дистанционное обучение можно рассматривать как самостоятельную форму обучения на современном этапе. Оно является инновационным компонентом очного и заочного обучения, позволяющим готовить конкурентоспособных специалистов.

#### **Список литературы**

1. Зайцева Н. В., Кульчицкая Ю. В. Пути реализации дисциплины «Физическая культура» в период самоизоляции студентов вуза // Развитие науки, национальной инновационной системы и технологий: сборник научных

трудов по материалам Международной научно-практической конференции 13 мая 2020г.: Белгород: ООО Агентство перспективных научных исследований (АПНИ), 2020. С. 125-129. URL: <https://apni.ru/article/705-puti-realizatsii-distiplini-fizicheskaya-kult>

2. Милько М.М., Гуремина Н.В. Исследование физической активности студентов в условиях дистанционного обучения и самоизоляции // Современные наукоемкие технологии. – 2020. – № 5. – С. 195-200.

3. Овчинникова И.Г. Управление качеством образования и современные средства оценивания результатов обучения // Теория управления качеством образования. – 2019. – № 1. – С. 12-21.

УДК 371.134: 378.147

Т.Н. Куимова

T. N. Kuimova,

А.А. Черный

A. A. Cherny

ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург

Russian state vocational pedagogical University», Ekaterinburg

[ms.kuimova@list.ru](mailto:ms.kuimova@list.ru)

[nice070@mail.ru](mailto:nice070@mail.ru)

## ВОЗМОЖНОСТИ ПРОФДИАГНОСТИКИ В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ OPPORTUNITIES FOR PROFESSIONAL DIAGNOSTICS IN A REMOTE FORMAT

**Аннотация.** В работе представлен анализ профессиональной диагностики студентов 1 курса средне профессионального обучения, по специальности «Физическая культура». Показана правильность выбора профессии в дистанционном формате.

**Abstract.** The paper presents an analysis of professional diagnostics of students of the 1st year of secondary vocational training, specializing in Physical culture. The correctness of the choice of profession in the remote format is shown

**Ключевые слова:** профессиональная диагностика, учитель физической культуры, студенты, профессия.

**Keywords:** professional diagnostics, physical education teacher, students, profession.

Профессиональная диагностика нужна для выявления результатов и выбором индивидуального образовательного маршрута в дальнейшем, так как большая часть подрастающей молодежи не может точно сказать, кем они хотят себя видеть в будущем.