Научно - практическая конференция

«Традиции и инновации в физической культуре и спорте»

**Общие сведения**

Форма участия: заочная

Язык информации: казахский, русский, английский

«LEARN-MORE.KZ – методический портал преподавателя» приглашает принять участие в научно-практической конференции «Традиции и инновации в физической культуре и спорте».

Форма проведения конференции: заочная, без указания формы проведения в сборнике статей.

К участию в научно-практической конференции приглашаются доктора и кандидаты наук, научные работники, специалисты различных профилей и направлений, соискатели научных степеней, преподаватели, аспиранты, магистранты, студенты.

Всем участникам конференции предоставляется сертификат участника.

По итогам конференции формируется сборник трудов конференции, который будет размещен на сайте LEARN-MORE.KZ разделе КОНФЕРЕНЦИИ.

**Основные направления конференции**

Секция 1. Общие вопросы физической культуры и спорта

Секция 2. Теория и методика физической культуры и спорта

Секция 3. Применение различных форм работы на уроках физической культуры

Секция 4. Методические основы видов спорта

Секция 5. Медико-биологические основы физической культуры и спорта

**Требования к оформлению материалов (\*Приложение 1)**

Количество авторов – не более 3-х. Количество страниц материала от 3 до 7 страниц формата А4.

Материалы предоставляются в формате Microsoft Word (\*.doc, \*.docx)

Размер шрифта – 14 кегль, Times New Roman

Межстрочный интервал -1 строки.

Поля: сверху – 2 см, снизу – 2 см, слева – 2 см, справа – 2 см.

Абзацный отступ 1см.

Выравнивание текста по ширине.

Текст статьи и литература печатаются строчными буквами без выделения жирным, курсивом и подчеркивания.

Используемые в статье рисунки (формат JPEG, GIF; рисунки, выполненные средствами MSWord должны быть сгруппированы в единое целое) должны быть четкими. Название и номера рисунков указываются под рисунками.

Названия и номера таблиц указываются над таблицами.

Номера библиографических ссылок даются в квадратных скобках с указанием номера источника из библиографического списка. Библиографический список входит в общий объем текста статьи.

Ответственность за материалы несут авторы научных статей. Статья будет напечатана в авторской редакции, поэтому она должна быть тщательно подготовлена.

Материалы и отсканированные квитанции об оплате (в разных файлах) необходимо отправить в одном письме по адресу learn-more.kz@mail.ru. При прикреплении материала, укажите секцию, которой соответствует Ваш материал.

При получении материалов, оргкомитет в течение двух дней подтверждает получение и принятие материалов к публикации. Авторам, отправившим материалы по электронной почте и не получившим подтверждения их получения оргкомитетом, просьба продублировать заявку.

Сборнику материалов конференции присваивается международный индекс ISBN.

Сроки выхода материалов конференции – 10 дней с даты окончания приема заявок.

**Оплата**

Авторам необходимо оплатить организационный взнос в размере 300 тенге за одну страницу. Доклады объемом менее 3 страниц к печати не принимаются. Количество публикаций от одного автора не ограничивается. Электронная версия сборника предоставляется бесплатно.

За каждый печатный экземпляр сертификата участника необходимо доплатить 300. За каждый печатный экземпляр сборника необходимо доплатить 3500 тенге.

**Приложение 1**

**Иванов Иван Иванович**

**к.п.н, доцент КГУ,**

**г.Костанай, Костанайская область**

**ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ФИТНЕСА НА УРОКЕ ФК**

**Аннотация: …………………………………………..**

**Ключевые слова: …………………………………….**

Применение элементов фитнеса (степ-аэробики) на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

В генетической программе каждого человека изначально заложен огромный запас прочности здоровья. Мы знаем, что сейчас здоровье населения, прежде всего молодёжи, ниже среднего. Специалисты в области физической культуры активно работают в русле данной проблематики: разрабатывают новые здоровьесберегающие технологии, ищут пути повышения интереса к занятиям физическими упражнениями, формирования представлений о здоровом образе жизни у всех групп населения. Однако для эффективного их внедрения мешают следующие причины:

Цели и задачи нашего проекта.

Цель: формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, душевной и физической гармонии.

С помощью средств степ-аэробики успешно решает следующие задачи:

1. Обогащение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями избранных фитнес – занятий, использования их в качестве средств укрепления здоровья.

2. Всестороннее гармоническое развитие тела.

3. Формирование музыкально-двигательных умений и навыков.

4. Воспитание волевых качеств.

5. Совершенствование функциональных возможностей организма.

6. Повышение работоспособности и совершенствование основных физических качеств.



Рисунок 1. Фитнес

Возрастной охват нашего исследования базируется на учащихся 9-11 классов, а это 14-19 лет. В данном возрасте происходит перестройка деятельности всех физиологических систем организма, особенно у девушек. Отмечается развитие в центральной нервной системе. Меняется психика, поведение, социально-бытовые ориентации девушек. Они остро переживают недостатки своей внешности, а у некоторых даже наблюдается дисморфофобия – чувство острого недовольства своей внешностью (Тимошенко Л.Н,1990). Девушки становятся более эмоциональными. Они ближе к сердцу принимают похвалу и порицание, их легче растрогать, заставить смеяться или плакать. Они более самолюбивы и обидчивы (Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. 1981). Забота о своём физическом состоянии у девушек проявляется в поддержании «внешних» форм, гибкости, изяществе движений, походке и, реже, в развитии быстроты, силы или выносливости.

Таким образом, решение данной проблемы становится весьма актуальной и требует поиска, разработки и применения новых, более эффективных средств и методов физического воспитания. По результатам многочисленных исследований Кадырбаевой Д.Р. (1992) главной причиной падения интереса учащиеся называют низкую плотность урока, чрезмерную нагрузку для девушек, отсутствие эмоциональности урока, плохую организацию урока.

Нами была разработана анкета, включающая в себя вопросы, позволяющие выявить:

• мотивы посещаемости уроков физкультуры;

• возможные пути повышения интереса и удовлетворённости от урока физкультуры;

• отношение к новым фитнес-технологиям.

**Список использованной литературы**

1. Кулепов А.Н. Фитнес: учеб. пособие. А. Алматы: Алматы-Кітап, 2013.- 286с.