УДК 796:378

………….(пропуск строки)…………..

**ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ**

**В ВУЗЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Название должно объяснять смысл работы и его рекомендуется составлять без использования сложносочиненных и сложноподчиненных предложений (без запятых).

………….(пропуск строки)…………..

А. Я. Глывяк1, А. С. Горохов2, С. Т Алпысов3

*1,2Северо-Казахстанский университет им. М. Козыбаева,*

*г. Петропавловск, Республика Казахстан*

*3Кокшетауский университет им. А. Мырзахметова,*

*г. Кокшетау, Республика Казахстан*

………….(пропуск строки)…………..

**Аннотация.** Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст.

В аннотации (не более 250 слов) следует кратко изложить основные результаты исследований, показать область их применения.

**Ключевые слова:** Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст.

5-7 слов или словосочетаний.

………….(пропуск строки)…………..

**Актуальность и цель исследования.** Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст.

**Методы и организация исследования.** Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст.

Ссылки на литературу заключать в квадратные скобки [1]. Нельзя ссылаться на диссертации, авторефераты, учебники и учебные пособия.

**Заключение и выводы**. Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст Текст.

Статью нужно завершить формулировкой выводов и практических рекомендаций.

………….(пропуск строки)…………..

**Список источников**

………….(пропуск строки)…………..

Список из 2–6 использованных источников составить в алфавитном порядке по ГОСТу 2008 года.

1. Аверьянова И. В., Зайцева Н. В. Региональные особенности морфофизиологических характеристик студентов Северо-Восточного государственного университета // Человек. Спорт. Медицина. 2018. Т. 18, № 3. С. 60–68.
2. Андреенко Т. А., Лалаева Е. Ю., Горячева Н. Л. Технология управления тренировочными нагрузками на основе показателей функционального состояния гимнасток // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 5. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=10521> (дата обращения: 12.04.2021).
3. Богданова О. А., Головко Н. Г., Плужников О. А., Головко О. М. Средства и методы тренировки скоростной выносливости // Совершенствование педагогического процесса по дисциплине «Физическая культура»: материалы Всерос. науч.-практ. конф. Саратов: Саратовский ГАУ, 2008. С. 19–20.
4. Демкин В. П., Можаева Г. В. Технологии дистанционного обучения: моногр. Томск: ТГУ, 2003. 106 с.
5. Назаренко Л. Д. Средства и методы развития двигательных координаций. М.: Теория и практика физической культуры, 2003. 259 с.
6. Odžić N., Smajević I., Kazagić A. Сoncept of co-firing coal with biomass and natural gas – on track of sustainable solution for future thermal power plants // Thermal Science. 2016. Vol. 20. Р. 171–184. DOI:10.2298/TSCI151126078H. URL: http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid (дата обращения: 05.10.2016).

………….(пропуск строки)…………..

**Сведения об авторах**

………….(пропуск строки)…………..

*Иванов Степан Петрович* – доцент кафедры физического воспитания и спорта ОмГТУ, кандидат педагогических наук, доцент (Россия).

Spin-код автора: 1934-2314. E-mail:

Основные типы статей: эмпирическая статья (представление результатов собственного исследования), теоретическая статья (на основе существующей литературы разрабатываются и выдвигаются новые теоретические положения), методологическая статья (описание нового или модификация существующего метода), литературный обзор (представление и анализ результатов исследований, опубликованных ранее).

Примеры оформления рисунков и таблиц.

Рисунок подписывается внизу по центру. Размер шрифта подрисуночной подписи – 13 кегль. Если представлен один рисунок, то он не нумеруется.

К рисункам относятся диаграммы, схемы, графики, фотографии.

Рисунок – Двигательная активность студентов в период дистанционного обучения

Опорный прыжок

Кинестетические способности

Статокинетическая способность

Темпо-ритмовая способность

Способность к ориентированию

Способность к равновесию

Способность

к согласованию

Общая двигательная

координация

0,714

0,524

0,668

0,688

0,466

0,562

0,584

Рисунок 4 – Взаимосвязь координационных способностей

с показателями технического мастерства в опорном прыжке

|  |
| --- |
| Описание: D:\ФК\ФК лекции\А-Я Новые семинары\УПР. с гантелями.jpg |

Рисунок 2 – Примеры упражнений с гантелями

Таблица подписывается вверху по центру. Размер шрифта названия таблицы – 13 кегль. Если представлена одна таблица, то она не нумеруется.

Таблица по размеру должна быть не более одной страницы книжной ориентации с автоподбором по ширине окна.

Размер шрифта содержания таблицы – 12-14 кегль.

Таблица – Сравнительная характеристика показателей функционального состояния

системы внешнего дыхания бодибилдеров за период эксперимента

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Группы* | *ЧД*  *(кол-во/мин)* | | *ЖЕЛ (л)* | | *ЭГК (см)* | | *Проба*  *Штанге (с)* | | *Проба*  *Генчи (с)* | |
| *А* | *В* | *А* | *В* | *А* | *В* | *А* | *В* | *А* | *В* |
| КГ | 19±4 | 20±3 | 4,3±0,6 | 4,5±0,5 | 4,7±1 | 5,9±1 | 55±4,8 | 60±7 | 32±8,6 | 31±9,6 |
| ЭГ | 17±4 | 16±3 | 4,4±0,4 | 4,7±0,4 | 5,6 ± 1 | 7±0,6 | 83±12 | 95±17 | 40±9,8 | 47±12 |

*Примечание: ЧД – частота дыхания, ЖЕЛ – жизненная емкость легких, ЭГК –экскурсия грудной клетки, А – начало эксперимента, В – окончание эксперимента, КГ – контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа.*

Таблица 2 – Ранговая структура психолого-педагогических условий

применения ударной и борцовской техники в боевом самбо (n=74)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Ранговое место* | *Психолого-педагогические условия*  *применения ударной и борцовской техники в боевом самбо* | *Ранговый показатель, %* |
| 1 | Обоснование и внедрение методики обучения комбинациям ударной и борцовской техники с разной дистанции | 24,6 |
| 2 | Увеличение количества комбинаций ударной и борцовской техники по отношению к одиночным техническим действиям | 22,7 |
| 3 | Учет индивидуальных психических и морфофункциональных особенностей бойцов в тренировочном процессе | 19,9 |
| 4 | Выбор наиболее применяемых и эффективных технико-тактических комбинаций ударной и борцовской техники с разной дистанции | 16,5 |
| 5 | Применение методов тактического и психологического воздействия | 9,1 |
| 6 | Создание благоприятной психологической обстановки на тренировках для обеспечения положительной мотивации и адаптации к значительным физическим нагрузкам | 7,2 |