

# МОЛОДЕЖЬ – НАУКЕ – VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса



Сочи – 2017

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«Сочинский государственный университет»**

**МОЛОДЕЖЬ – НАУКЕ-VIII**  
**Актуальные проблемы туризма,**  
**спорта и бизнеса**

Материалы  
Всероссийской научно-практической конференции  
студентов, аспирантов и молодых ученых  
(26–28 апреля 2017 г.)

Том 2

Сочи □ РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ» □ 2017

**УДК 33 + 37 + 796**  
**ББК 65.43 + 74 + 75**  
**М75**

Печатается по решению  
ученого совета факультета туризма, сервиса и спорта  
Сочинского государственного университета  
(протокол №4 от 30.12.2016 г.)

**Ответственный за выпуск**  
к.п.н., доц. К.Г. Томилин

**М75 Молодежь – науке-VIII. Актуальные проблемы туризма, спорта и бизнеса:**  
Материалы Всерос. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых, г. Сочи,  
26–28 апреля 2017 г. В 2-х томах. [Электронное издание] / отв. ред. к.п.н., доц. К.Г. Томилин.  
– Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2016. – Т. 2. – 417 с.  
– 1 CD-ROM. – Систем, требования: Pentium 4; 1,3 ГГц и выше; Microsoft Windows 2000/XP  
и выше; MS Word, Adobe Reader 9. – Загл. с экрана.

Включают тезисы докладов и статьи по следующим направлениям: научно-методические  
проблемы физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры; теоретические и  
прикладные аспекты развития горного, предгорного (включая аграрный) и водного туризма;  
технологии историко-патриотического воспитания населения России.

Предназначены для специалистов сферы физической культуры, туризма и рекреационной  
деятельности, а также студентов.

**УДК 33 + 37 + 796**  
**ББК 65.43 + 74 + 75**

©ФГБОУ ВО «СГУ», 2017  
©Коллектив авторов, 2017  
©Оформление РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2017

## V. Научно-методические проблемы физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры

1.	Алферова И.А. (КубГУ, г. Краснодар, Россия) Особенности мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности студенток .....	10
2.	Алферова И.А. (КубГУ, г. Краснодар, Россия) Формирование отношений и потребностей к физической культуре студентов по направлению подготовки радиофизика .....	12
3.	Арутюнян К.Р., Гюлюмян Э.А. (БФУ им. И. Канта, г. Калининград, Россия) Проблема формирования экономических знаний специалиста физической культуры .....	14
4.	Баженова М.В., Гуштурова И.В. (УГУ, г. Ижевск, Россия) Вегетативная регуляция сердечного ритма у детей 3-5 лет с различным уровнем физического развития .....	17
5.	Батрак А.С. (ООО «Центр «Растем Вместе»), Ходасевич Л.С. (СГУ, НИЦКиР ФФГБУ СКФНКЦ ФМБА России в г. Сочи, Россия) Пренатальная коррекция положения плода посредством занятий аквааэробикой .....	19
6.	Беззубов А.А., Черногоров Д.Н. (МГПУ, г. Москва, Россия) Методика физического развития учащихся 2-3 классов средствами атлетической гимнастики .....	22
7.	Белима Н.И., Томилин К.Г. (СГУ, г. Сочи, Россия) Общая физическая подготовка туристов 10-12 лет .....	25
8.	Бембеев В.А., Галимьянова А.Р., Балдашинов И.Т. (КалмГУ им. Б.Б. Городовикова, г. Элиста, Россия) Процесс тренировки в тяжелой атлетике детей среднего школьного возраста .....	28
9.	Богатырева С.С. (МГТУ им. Н.Э. Баумана, г. Москва, Россия) Плавательная подготовленность студентов различных спортивных специализаций .....	31
10.	Бугаевский К.А. (КПУ, г. Запорожье, Украина) Особенности ряда психологических показателей у спортсменок, занимающихся атлетическими видами спорта .....	35
11.	Бутыч, Н.С. (ЗСГК, г. Тюмень, Россия) Алгоритм построения адаптивной среды колледжа в условиях инклюзивного образования .....	39
12.	Бушма Т.В., Зуйкова Е.Г. (СПбПУ им. Петра Великого), Волкова Л.М. (СПбГУГА, Санкт-Петербург, Россия) Использование современных информационных технологий на учебно-тренировочных занятиях по физической культуре .....	41
13.	Васильева Е.М., Харьковская Е.В. (КубГУ, г. Краснодар, Россия) Продвижение профессионального баскетбола посредством Social Media Marketing .....	44
14.	Волога Д.О., Московченко О.Н. (КГПУ им. В.П. Астафьева, г. Красноярск, Россия) Природная одаренность девочек 8–9 лет, занимающихся футболом, как критерий спортивного отбора .....	45
15.	Гавроник В.И. (ГГУ им. Янки Купалы, г. Гродно, Республика Беларусь) Воздействие экспериментальных программ по физической подготовке танковых подразделений на уровне военно-прикладной физической и военно-профессиональной подготовленности военнослужащих .....	49
16.	Голикова Е.М. (ОГПУ г. Оренбург), Лубышева Л.И. (РГУФКСМиТ, г. Москва, Россия) Теоретико-методологические основы адаптивного физического воспитания в вузе .....	51
17.	Гринюк А.С., Дедова Е.А., Сырецкая Г.П. (СГУГиТ, г. Новосибирск, Россия) Отношение молодого поколения к паралимпийцам .....	55
18.	Донскова А.Д., Линькова Н.А. (УрГУПС, г. Екатеринбург, Россия) Концепция здорового образа жизни в разных странах мира .....	58

19. Драпов О.А. (ГГУ им. Янки Купалы, г. Гродно, Республика Беларусь) Совершенствование техники метания гранат с использованием тренировочного оборудования .....	61
20. Дыдарь В.Г. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Регуляция психической устойчивости спортсменов, занимающихся пляжным гандболом: динамика на протяжении соревновательного сезона .....	63
21. Дьяченко С.А., Шагарова Е.А. (СибГУФК, г. Омск, Россия) Моделирование тренировочного процесса на основе анализа российской и зарубежной литературы .....	66
22. Елецкий С.Н. (ЛНУ им. Т. Шевченко, г. Луганск, Луганская Народная Республика) Индивидуализация технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах (обзор литературы) .....	69
23. Жуйко Д.А. (СибГАУ им. акад. М.Ф. Решетнева, г. Красноярск, Россия) Оценка уровня подготовленности студентов – кандидатов в волонтеры спортивного профиля .....	72
24. Журавский А.Ю., Пригодич Д.Н. (ПГУ, г. Пинск, Республика Беларусь) Оценка морфофункционального состояния юных гребцов на байдарках и каноэ .....	74
25. Зебзеев В.В. (ЧГИФК, г. Чайковский, Россия) Контроль подготовленности лыжников-двоеборцев на основе информационной базы данных .....	79
26. Кадырова Е.Р. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Научно-методические проблемы сопротивляемости стрессу, жизнестойкости и самоэффективности у каратистов стиля киокушинкай, как фактор реагирования спортсмена на стрессовые ситуации .....	83
27. Калачева Ю.Д. (НИУ ВШЭ, г. Санкт-Петербург, Россия) Использование социальных трендов в молодежной предпринимательской практике .....	88
28. Калинин Д.А., Калинин Н.А. (ВНИИФК, г. Москва, Россия) Физкультура и сон (сон человека и используемые для улучшения сна активно-оздоровительные технологии) .....	93
29. Князев А.П. (УГУ, г. Ижевск, Россия) Обоснование разных вариантов разминки при подготовке к лыжному спринту в условиях модельных тренировок .....	97
30. Колокатова Л.Ф., Петрова Л.Е. (МГУТиУ им. К.Г. Разумовского (ПКУ), Москва, Россия) Факторы, влияющие на эффективность спортивных результатов предсоревновательной подготовки лыжников .....	100
31. Кораблева Ю.Б. (НИЦСН, ЮУрГУ, г. Челябинск, Россия) Наличие изменений электрокардиографических показателей у спортсменов, занимающихся различными видами спорта .....	104
32. Корнакова А.Е., Просвирина Л.Н. (ИРНITU, г. Иркутск, Россия) Анализ силы мышечных групп у студенток специальной медицинской группы .....	110
33. Коробейников П.В. (МГОУ, Москва, Россия) Воспитание ловкости у младших школьников с помощью русских народных игр .....	113
34. Коротаяева Е.С., Гуштурова И.В. (УдГУ, г. Ижевск, Россия) Оценка функционального состояния организма легкоатлетов-стайеров в условиях среднегорья .....	115
35. Котричев П.А., Проскура А.В. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Характеристика соревновательных действий полусредних игроков высокой квалификации в гандболе .....	119
36. Кошкина К.С., Чипышев А.В. (УралГУФК, г. Челябинск, Россия) Лечебная гимнастика в комплексной реабилитации детей грудного возраста с дисплазией тазобедренного сустава при консервативном методе лечения .....	122
37. Лысенко А.В., Лысенко С.Г., Прихода И.В., Гармаш В.В. (ЛНУ им. Тараса Шевченко, г. Луганск, Луганская Народная Республика) Влияние длительных занятий плаванием на формирование параметров внимания мальчиков 10-11 лет .....	125

38. Малахова Л.А. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Регуляторные ресурсы преодоления стресса подростками, занимающимися и не занимающимися спортом .....	128
39. Молодченко М.С., Пашенко О.Н., Лебединская И.Г. (ТИ им. А.П. Чехова (филиал) «РГЭУ (РИНХ)» г. Таганрог, Россия) Формирование учебной мотивации у младших школьников на уроках физической культуры .....	131
40. Мушаев А.Б., Серегин Е.Д., Балдашинов И.Т. (КалмГУ им. Б.Б. Городовикова, г. Элиста, Россия) Бросок вращением в греко-римской борьбе в группе начальной подготовки .....	135
41. Поклад С.В., Юсупов Ш.Р. (КФУ, г. Казань, Россия) Студенческий спорт как ключевое направление в продвижении спортивной активности в Российских ВУЗах .....	138
42. Потовская Е.С., Моисеенко А.В., Кононова А.П., Шаврин В.В. (НИ ТГУ, г. Томск, Россия) Применение упражнений на открытой воде для стабилизации состояния студенток с признаками артериальной гипертензии .....	141
43. Прихода И.В. (ЛНУ им. Тараса Шевченко, г. Луганск, Луганская Народная Республика) Медицинские и физиологические основы адаптивной физической культуры .....	143
44. Прихода И.В. (ЛНУ им. Тараса Шевченко, г. Луганск, Луганская Народная Республика) Эффективность и безопасность дозированных физических нагрузок у больных ишемической болезнью сердца .....	146
45. Пронина Т.С. (ФГНУ ИВФ РАО), Павлов Е.А. (РГУФКСМиТ, г. Москва, Россия) Особенности термоадаптационного процесса у подростков 12-13 лет во время семидневного похода в горы Кавказа .....	149
46. Ратозий Ю.В., Степанова О.Н. (МПУ, г. Москва, Россия) Комплексное применение средств дыхательной гимнастики в системе оздоровительной фитнес-тренировки женщин второго периода зрелого возраста (45–55 лет) .....	152
47. Рудых К.Г., Елифанова М.Г. (ИРНИТУ, г. Иркутск, Россия) Роль музыкального сопровождения в психоэмоциональном состоянии студентов на занятиях физической культурой в вузах .....	155
48. Рыбачук Н.А. (КубГУ, Краснодар, Россия) Физическое воспитание студентов географического факультета в современной парадигме .....	158
49. Сердюкова Е.И., Горская Г.Б. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Влияние отношения родителей на спортивный результат юных спортсменок, специализирующихся в эстетической гимнастике .....	159
50. Складорова И.В. (СЗГМУ им. И.И. Мечникова, г. Санкт-Петербург, Россия) Прыжки, как составляющая технической подготовки в аэробной гимнастике .....	162
51. Скутин А.В. (УралГУФК), Ефименко Т.С., Шайхетдинов Р.Г., Громов В.А. (ЮУрГУ, г. Челябинск, Россия) Об опыте использования гелототерапии / смехотерапии в вузах города Челябинска у студентов дневного обучения на занятиях по учебной и внеучебной практике .....	165
52. Строк А.Н. (ГГУ им. Янки Купалы, г. Гродно, Республика Беларусь) Особенности взаимосвязи военно-прикладной физической подготовленности и степени адаптации курсантов военного факультета к военно-учебной деятельности .....	169
53. Субботин А.А., Жаброва Т.А. (РГЭУ (РИНХ), г. Ростов-на-Дону, Россия) Сопровождение инклюзивного обучения инвалидов в организациях высшего образования .....	173
54. Субеев Т.М. (СГЭУ, Самара, Россия) Адаптация и прогресс новичка в футбольной команде .....	176
55. Сулукова М.С., Мушаев А.Б., Серегин Е.Д. (КалмГУ им. Б.Б. Городовикова, г. Элиста, Россия) Педагогические способности тренера .....	180
56. Сякина Г.Е. (БГТУ, г. Брянск, Россия) Музыкально-ритмические занятия как средство формирования познавательных способностей студентов .....	186

<b>57. Тимофеев О.И., Линькова Н.А. (УрГУПС, г. Екатеринбург, Россия)</b>	
Значимость психофизической готовности студентов к особенностям профессиональной деятельности инженеров-железнодорожников .....	188
<b>58. Тулкубаева Е.В., Шаехова Л.И. (Бирский филиал БГУ, МАДОУ Детский сад № 2 «Светлячок», г. Бирск, Республика Башкортостан, Россия)</b>	
Использование игрового стретчинга в организации оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения .....	191
<b>59. Федосеева Л.О., Радаева С.В. (ТГУ, г. Томск, Россия)</b>	
Развитие координационных способностей у студенток отделения аэробики, с помощью хореографических упражнений .....	195
<b>60. Фоменко А.А. (ОмГУ, г. Омск, Россия)</b>	
Тактический арсенал борцов-тяжеловесов греко-римского стиля в динамике поединка .....	198
<b>61. Халилова Л.И., Дьяченко Г.Б., Васильева В.С. (ИФКСТ СПбПУ, г. Санкт-Петербург, Россия)</b>	
Гуманистический подход к охране здоровья .....	201
<b>62. Харченко А.А., Яловенко О.В. (ИРНИТУ, г. Иркутск, Россия)</b>	
Актуальность использования и особенности применения базовых упражнений при занятиях силовыми видами спорта .....	204
<b>63. Хохлова Л.О., Черногоров Д.Н. (МГПУ, г. Москва, Россия)</b>	
Методика функциональной подготовки спортсменок-черлидеров 16-17 лет .....	208
<b>64. Царук И.Г., Елифанова М.Г. (ИРНИТУ, г. Иркутск, Россия)</b>	
Экспресс-оценка состояния осанки студентов технического вуза .....	211
<b>65. Чуракова О.С. (АУ УР «Центр спортивной подготовки сборных команд»), Шлык Н.И. (УГУ, г. Ижевск, Россия)</b>	
Состояние вегетативной регуляции и вегетативной реактивности у юных лыжников-гонщиков после двухдневных соревнований по данным анализа вариабельности сердечного ритма .....	213
<b>66. Шевченко Д.Ю. (СГУ, г. Сочи, Россия)</b>	
Профессионально-педагогическое совершенствование студентов СГУ .....	217
<b>67. Шигина Е.А., Руль А.В., Шагарова Е.А. (СибГУФК, г. Омск, Россия)</b>	
Применение метода транскраниальной электростимуляции в тренировочном процессе лыжников-гонщиков .....	219
<b>68. Шилов В.В., Борисова В.В. (ТГПУ им. Л.Н. Толстого, г. Тула, Россия)</b>	
Развитие силовых качеств средствами пауэрлифтинга у юношей 18–19 лет .....	223
<b>69. Шустова Т.В., Московченко О.Н. (КГПУ им. В.П. Астафьева, г. Красноярск, Россия)</b>	
Развитие силовой выносливости у юных биатлонистов с использованием тренажерных устройств .....	226
<b>70. Эльмень А.В., Пестряева Л.Ш. (Чувашская ГСХА, г. Чебоксары, Россия)</b>	
Мониторинг уровня физической подготовленности студентов сельскохозяйственных вузов .....	229
<b>71. Ясько Г.В. (ДонНМУ им. Горького, г. Донецк, Донецкая Народная Республика)</b>	
Иммунный статус студента при занятиях силовой подготовкой .....	231

## **VI. Теоретические и прикладные аспекты развития горного, предгорного (включая аграрный) и водного туризма**

<b>72. Ахтямова А.Ф. (ИЭС УГНТУ, г. Уфа, Россия)</b>	
Агротуризм в республике Башкортостан: проблемы и перспективы развития .....	237
<b>73. Белушенко В.С., Самсоненко Т.А. (КГУФКСиТ, г. Краснодар, Россия)</b>	
Перспективы развития сельского туризма в Каневском районе Краснодарского края .....	241
<b>74. Беляк Д.А., Пилюсян Э.А. (СГУ, г. Сочи, Россия)</b>	
Развитие Экологического туризма .....	244
<b>75. Бессарабова Ю.В. (КГУ, г. Краснодар, Россия)</b>	
Адаптивный туризм как средство двигательной рекреации и психофизическая подготовка специалистов .....	246

76. Бирюков А.Н. (СФ (филиал) БашГУ), Глущенко О.И. (СИФК (филиал) УралГУФК, г. Стерлитамак, Россия) Проектирование водного тура по реке Белая (Агидель) Республики Башкортостан .....	248
77. Бирюков А.Н. (СФ (филиал) БашГУ), Глущенко О.И. (СИФК (филиал) УралГУФК, г. Стерлитамак, Россия) Агротуризм как потенциал развития внутреннего и въездного туризма в Республике Башкортостан .....	252
78. Герасименко Н.А., Кудрова Н.А. (СГУ, г. Сочи, Россия) Развитие молодежного водного туризма в прибрежном кластере г. Сочи .....	257
79. Горбунова А.П., Заднепровская Н.Ю., Заднепровская Е.Л. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Отдельные аспекты развития сельского туризма в Краснодарском крае .....	260
80. Золотарева А.А., Заднепровская Е.Л. (КГУФКСТ, г. Краснодар, Россия) Развитие туризма в горном и предгорном районах Республики Адыгея .....	262
81. Зрожевская Ю.А., Попова М.В. (РГЭУ (РИНХ), г. Ростов-на-Дону, Россия) Воспитательные аспекты экологического туризма .....	265
82. Каштакова А.Е., Малыгина М.В. (СибГУФК, г. Омск, Россия) Развитие скалолазания в Республике Алтай .....	267
83. Клеер Я.Э., Кравчук Т.А. (СибГУФК, г. Омск, Россия) Перспективы развития охотничьего туризма в Омской области .....	269
84. Костенюк И.Д., Малыгина М.В. (г. Омск, Россия) Перспективы развития спортивного туризма в Кемеровской области .....	272
85. Круглова М.С., Ветитнев А.М. (СГУ, г. Сочи, Россия) Волонтерство на объектах экологического туризма как форма коллаборации рекреационной и природоохранной деятельности .....	275
86. Курджиева Э.И., Гюламерян Р.А. (СГУ, г. Сочи, Россия) Виды горного альпинизма и их место в горном кластере города курорта Сочи .....	280
87. Мусахметова А.С., Асташина М.П. (СибГУФК, г. Омск, Россия) Проектирование экологического тура выходного дня на озеро Линево Омской области .....	283
88. Оконишникова Ю.Е., Волкова Т.А. (КубГУ, г. Краснодар, Россия) Использование мобильного приложения в развитии аграрного туризма .....	286
89. Слаква О.А., Фесенко О.П. (СГУ, г. Сочи, Россия) Перспективы развития аграрного туризма в Республике Адыгея .....	289
90. Смышляева Д.А., Сычева А.А., Юрченко А.А. (КГУФКСиТ, г. Краснодар, Россия) Термальные источники Мостовского района как ресурс развития лечебно-оздоровительного туризма в Краснодарском крае .....	292
91. Сычева А.А., Смышляева Д.А., Юрченко А.А. (КГУФКСиТ, г. Краснодар, Россия) Туристско-рекреационный потенциал республики Адыгея .....	295
92. Черепанов К.Н. (ПГПУ, г. Пермь, Россия) Проектирование велосипедного тура в Пермском крае на основе туристско-рекреационного потенциала Коми-Пермяцкого округа .....	298
93. Чингина Е.Н. (ПетрГУ, г. Петрозаводск, Россия) Водный туризм в Республике Карелия .....	302
94. Чувичкина Ю.С., Белушенко В.С., Юрченко А.А. (КГУФКСиТ, г. Краснодар, Россия) Тенденции развития сельского туризма в республике Крым .....	304

## **VII. Технологии историко-патриотического воспитания населения России**

95. Абраров Д.В., Мисюля А.В., Хисамутдинова А.Ф. (УГНТУ, г. Уфа, Россия) Экскурсии по объектам наследия Великой Отечественной войны в городе Уфе как фактор историко-патриотического воспитания молодежи .....	308
96. Акбасова М.К. (ЖМУ, Талдыкорган, Казахстан) Экономическая преступность: теоретические понятия, её статистика .....	311

<b>97. Касьяненко А.Н., Башанаева Х.Р. (РГЭУ (РИНХ), г. Ростов-на-Дону, Россия)</b> Роль образования в историко-патриотическом воспитании молодежи ...	314
<b>98. Грешнова Т.М., Мануйленко Э.В. (РГЭУ (РИНХ), г. Ростов-на-Дону, Россия)</b> Роль спорта и туризма в патриотическом воспитании молодежи .....	316
<b>99. Маркина А.Ю., Артемьева Л.Ф. (УралГУФК, г. Челябинск, Россия)</b> Роль палаточных оздоровительных лагерей в патриотическом воспитании детей .....	319
<b>100. Порфирьева И.Д. (К(П)ФУ, Казань, Россия)</b> Экокультура современной студенческой молодежи .....	322
<b>101. Райзих А.А., Райзих Н.Б. (УдГУ, г. Ижевск, Россия)</b> Роль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического и патриотического воспитания молодежи России .....	324
<b>102. Тяжелова А.А., Титова Е.Б. (КНИТУ-КАИ, г. Казань, Россия)</b> Воспитание нового поколения с помощью комплекса ГТО .....	326
<b>103. Ульянов Д.А., Коваленко Т.Г., Рудакова Л.Н. (ВолГУ, г. Волгоград, Россия)</b> Патриотическое воспитание студенческой молодежи в вузе (на примере Волгоградского государственного университета) .....	328
<b>104. Хорина М.Н., Смирнова Н.В. (РГПУ им. А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург, Россия)</b> Патриотическое воспитание дошкольников в системе дополнительного образования с использованием метода проектов .....	331
<b>105. Шалин А.Ю., Кузнецова Н.А. (ШГПУ, г. Шадринск, Россия)</b> Воспитание патриотизма у школьников в туристских походах по Шадринскому району .....	334
<b>106. Шатохин А.Г. (ЗСГК, г. Тюмень, Россия)</b> Гражданско-патриотическое воспитание студентов в среде профессиональных образовательных организаций .....	339
<b>107. Юрина И.А., Соловых Т.К., Загородный Г.М. (РНПЦ спорта, г. Минск, Беларусь)</b> Обоснование и возможность реализации патриотических походов по местам 1-ой Мировой Войны .....	342

### **VIII. «Пилотные исследования» в спорте и туризме**

<b>108. Абросимова О.В., Таланцева В.К. (Чувашская ГСХА, г. Чебоксары, Россия)</b> О соблюдении студенческой молодежью основ здорового образа жизни .....	347
<b>109. Безменова М.И., Ушакова Е.В., Пушкарев В.П. (НИУ «БелГУ», г. Белгород, Россия)</b> Лечебная физкультура при шейном остеохондрозе – не дай болезни прогрессировать! .....	349
<b>110. Борисова В.В., Шилов В.В. (ТГПУ им. Л.Н. Толстого, г. Тула, Россия)</b> Особенности применения атлетической гимнастики на уроках физической культуры у школьников 16–17 лет .....	351
<b>111. Бузов Д.С. (НИУ «БелГУ», г. Белгород, Россия)</b> Социальные и психологические аспекты лидерства в спортивных командах .....	354
<b>112. Зубова И.Н. (АГУ, г. Барнаул, Россия)</b> Здоровый образ жизни молодежи в аспекте изучения аддиктивного поведения (на примере никотиновой зависимости) .....	356
<b>113. Карачёва В.С., Цымбалюк В.С., Кулезнёв В.Н., Курасбедиани З.В. (ЮЗГУ, г. Курск, Россия)</b> Применение метода круговой тренировки на элективных курсах по физической культуре в ВУЗе .....	359
<b>114. Кириллин К.Д., Раузетдинова Г.А. (КНИТУ-КАИ, г. Казань, Россия)</b> Рекомендации студентам, начинающим тренировки в тренажерном зале .....	362
<b>115. Козин С.В. (Администрация РСР, с. Ремонтное, Россия)</b> Роль и значение физической культуры и спорта в жизни Российского общества .....	364
<b>116. Коршунов Е.Е., Белых В.С., Кулезнев В.Н. (ЮЗГУ, г. Курск, Россия)</b> Автоматизированная система для оценки и анализа отношения молодежи к активным занятиям массовыми видами физической культуры .....	367
<b>117. Локтионова А.А., Коршунов Е.Е., Кулезнев В.Н. (ЮЗГУ, г. Курск, Россия)</b> Спорт как многофункциональное, социальное явление в современном обществе в условиях геополитических реалий .....	369

<b>118. Лукин А.Н., Таланцева В.К. (Чувашская ГСХА, г. Чебоксары, Россия)</b>	
Анализ мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов .....	373
<b>119. Лунина Т.А., Данилов Ю.Г. (ЮЗГУ, г. Курск, Россия)</b>	
Физиология здоровья или ... Шесть ключей нашей жизни .....	375
<b>120. Маганов С.П., Цыбульская Е.А. (БГТУ, г. Брянск, Россия)</b>	
Исследование двигательной активности студентов с помощью компьютерного метода (шагометрия) .....	379
<b>121. Менлембетов А.Р., Маннапова Н.И. (АГТУ, г. Астрахань, Россия)</b>	
Влияние физических упражнений при работе за компьютером .....	381
<b>122. Минкова А.О., Грицай Е.Н. (ИРНИТУ, г. Иркутск, Россия)</b>	
Как занятия физической культурой на свежем воздухе сказывается на самочувствии студентов ИРНИТУ .....	383
<b>123. Мухамедов Г.А., Маннапова Н.И. (АГТУ, г. Астрахань, Россия)</b>	
Принципы круговой тренировки .....	386
<b>124. Никулин И.Н., Решетник Е.Э., Филатов М.С. (НИУ БелГУ, г. Белгород, Россия)</b>	
Особенности физической подготовки девушек-армрестлеров в подготовительном периоде годового макроцикла .....	388
<b>125. Романова И.А., Сергеева К.В., Таланцева В.К. (Чувашский ГСХА, г. Чебоксары, Россия)</b>	
Об уровне знаний студентов о влиянии двигательной активности на профилактику заболеваний сердечно-сосудистой системы .....	391
<b>126. Самохин А.В. (СГУГиТ, г. Новосибирск, Россия)</b>	
Роль физической подготовки в геодезической и кадастровой деятельности .....	393
<b>127. Сафарова В.Ф., Покровская Т.Ю. (КНИТУ-КАИ, г. Казань, Россия)</b>	
Адаптивная физическая культура в формировании здорового образа жизни студента .....	396
<b>128. Скурихина Н.В. (СФУ, г. Красноярск, Россия)</b>	
Оздоровительная физическая культура в вузе .....	399
<b>129. Ткач О.А., Добровольская Н.А., Черняк О.П. (ДонНМУ им. М. Горького, г. Донецк, Донецкая Народная Республика)</b>	
Мотивация студентов к занятием баскетболом на этапе начальной подготовки .....	401
<b>130. Фирсина А.Г., Линькова Н.А. (УрГУПС, г. Екатеринбург, Россия)</b>	
Изучение готовности студентов к профессиональной деятельности .....	403
<b>131. Фролов Е.В. (УФК, г. Ульяновск, Россия)</b>	
Формирование позитивного отношения студенческой молодежи к физической культуре средствами неспециального физкультурного образования .....	405
<b>132. Ханевская Г.В. (РГПШУ, г. Екатеринбург, Россия)</b>	
Психолого-педагогические аспекты формирования культуры здорового образа жизни у студентов .....	408
<b>133. Юсупов Ш.Р., Поклад С.В. (КФУ, г. Казань, Россия)</b>	
Студенческий спорт как ключевое направление в продвижении спортивной активности в Российских ВУЗах .....	410
<b>Рис. 1. Секция 5-7. «Научно-методические проблемы физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры». «Теоретические и прикладные аспекты развития горного и водного туризма». «Технологии историко-патриотического воспитания населения России» .....</b>	<b>414</b>
<b>Рис. 2. Экскурсия иногородних участников конференции на Олимпийские объекты; посещение научно-исследовательской лаборатории «Физиологии активного долголетия» (Пирамида) .....</b>	<b>416</b>

УДК: 796.01:612(045)

Баженова М.В. – магистрант; Гуштурова И.В. – к.б.н., доцент (legkatlet@mail.ru), УГУ, г. Ижевск, Россия

Bazhenova M.V. – undergraduate; Gushturova I.V. – Ph.D., associate professor (legkatlet@mail.ru), USU, Izhevsk, Russia

## **Вегетативная регуляция сердечного ритма у детей 3-5 лет с различным уровнем физического развития**

### **Heart rhythm vegetative regulation of 3-5 year old children with different levels of physical development**

**Аннотация.** Изучены индивидуальные особенности variability сердечного ритма у детей дошкольного возраста с различным уровнем физического развития. Выявлено, что дети, отстающие от сверстников в физическом развитии, отстают и в созревании механизмов вегетативной регуляции сердечного ритма.

**Abstract.** Individual characteristics of heart rhythm variability of preschool children with different levels of physical development were explored. It was identified that children underdeveloped in physical development comparing to their peers lag in mechanisms maturation of heart rhythm vegetative regulation as well.

**Ключевые слова:** дошкольники, физическое развитие, variability сердечного ритма (BCP), соматотип, сердечно-сосудистая система.

**Keywords:** preschool children, physical development, heart rhythm variability (HRV), somatic type, cardiovascular system.

**Актуальность.** Сохранение и укрепление здоровья детей на сегодняшний день является приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети будущее нации России. Анализ литературы показывает, что только 5 % детей дошкольного возраста являются практически здоровыми, 40 % детей дошкольного возраста хронически больные, 50 % имеют морфофизиологические отклонения [1].

Физическое развитие дошкольников изучено достаточно подробно в многочисленных исследованиях как интегративный показатель здоровья. Однако не отражает истинной картины. Поэтому мы решили применить метод BCP, который позволит оценить функциональное состояние организма и донологические состояния детей [2, 4].

В литературе в достаточной степени не освещен вопрос о взаимосвязи уровня физического развития и уровня созревания механизмов регуляции ритма сердца у детей дошкольного возраста [2–4]. Поэтому мы изучили особенности variability сердечного ритма у детей с различным уровнем физического развития.

**Цель научной работы** изучить индивидуальные особенности variability сердечного ритма у детей дошкольного возраста с различным уровнем физического развития.

**Методы, организация исследования.** Исследования проводились на детях дошкольного возраста на базе ДС №111 города Ижевска в течении двух лет. Регистрация ЭКГ-сигнала проводилась с помощью комплекса «Варикард 2.51» в положении лежа на спине (5 мин) во II стандартном отведении. Анализ кардиоинтервалограммы осуществлялся с применением программы «Иским-6». В исследовании принимали участие 19 детей, возраст 3–5 лет: 7 – мальчиков, 12 – девочек. Все дети входят в 2 группу здоровья – данную группу здоровья составляют здоровые дети, но имеющие «риск» формирования хронических заболеваний.

**Результаты исследования.** В наших исследованиях выявлено два типа соматической конституции тела детей, как в группе мальчиков, так и в группе девочек 3–5 лет преобладающим был мезосоматический тип (66,7 % и 83,3 % соответственно). Однако, как среди мальчиков, так и среди девочек достаточно высок процент детей отстающих в физическом развитии – «микросоматический», 33,3 % среди мальчиков и 16,7 % среди

девочек. Мы решили посмотреть, как соотноситься тип соматической конституции с уровнем вегетативной регуляции сердечного ритма.

По нашим данным (табл. 1) у детей микросоматического типа (дети, отстающие в физическом развитии от сверстников), выявлены более высокие показатели пульса ( $106 \pm 5,9$  уд/мин) и SI ( $418,79 \pm 184$  у.е.). Это указывает на более высокую активность симпатической нервной системы в регуляции сердечного ритма у этих детей, а показатель MxDMn, указывающий на активность парасимпатического отдела вегетативной нервной системы, напротив, был ниже в группе детей с микросоматической конституцией, по сравнению с детьми мезосоматического типа ( $165,21 \pm 34,4$  мс и  $255,64 \pm 140$  мс, соответственно). Таким образом, у детей, отстающих в физическом развитии, отстает и становление парасимпатической регуляции сердечного ритма.

Таблица 1

**Показатели ВСР у детей 3-5 лет с различным уровнем физического развития**

Соматотип	ЧСС уд/м	MxDMn мс	SI у.е.	TP мс <sup>2</sup>	HF мс <sup>2</sup>	LF мс <sup>2</sup>	VLF мс <sup>2</sup>	ULF мс <sup>2</sup>	RHF %	PLF %	PVLF %
Мезосо-й	96,82 $\pm 11,7$	255,64 $\pm 140,8$	337,29 $\pm 134,37$	4701,47 $\pm 420,11$	2869,04 $\pm 389,65$	1179,10 $\pm 168,31$	560,99 $\pm 63,87$	92,34 $\pm 48,9$	49,60 $\pm 20,3$	32,30 $\pm 10,9$	18,10 $\pm 11,8$
Микро-й	106,14 $\pm 5,9$	165,21 $\pm 34,4$	418,79 $\pm 184,01$	1212,20 $\pm 801,6$	423,90 $\pm 370,6$	478,21 $\pm 388,2$	216,14 $\pm 72,1$	93,96 $\pm 43,9$	35,31 $\pm 11,6$	42,42 $\pm 5,3$	22,27 $\pm 7,8$

Также мы отметили более низкие показатели суммарной мощности спектра TP и практически всех показателей волновой структуры спектра у детей, отстающих в физическом развитии. По нашему мнению низкие показатели TP ( $1212,2 \pm 801,6$  мс<sup>2</sup>) у детей микросоматического типа, по сравнению с детьми мезосоматического типа, свидетельствуют о более высоком уровне напряжения не только автономного, но и центрального контура регуляции сердечного ритма у этих детей.

Сниженные показатели HF и RHF % у детей, отстающих в физическом развитии, еще раз указывают на отставание этих детей в созревании и становлении вагусной регуляции сердечного ритма, а также смещении вегетативного баланса в сторону преобладания симпатки у этих детей. Показатели LF и PLF % характеризуют состояние системы регуляции сосудистого тонуса. У детей микросоматического типа достаточно высокое процентное содержание вазомоторных волн ( $42,42 \pm 5,3$  %) это указывает на то что, процессы регуляции артериального давления у этих детей осуществляются при участии неспецифических механизмов.

Показатель VLF волн тесно связан с психоэмоциональным напряжением и функциональным состоянием коры головного мозга, а также является индикатором управления метаболизмом и хорошо отражает энергодефицитные состояния. По нашим данным, дети микросоматического типа имеют выраженное психоэмоциональное напряжение и энергодефицитное состояние, по сравнению со сверстниками, имеющими физическое развитие в рамках возрастных норм ( $216,14 \pm 72,14$  мс<sup>2</sup> и  $560,99 \pm 63,87$  мс<sup>2</sup>, соответственно).

Таким образом, отставание в развитии вагусной регуляции, преобладание симпатки приводит повышенным энергозатратам и возникновению энергодефицитных состояний. Это возможно и тормозит физическое развитие этих детей.

Полученные нами данные подтверждаются и индивидуальным анализом ВСР у детей, который проводился нами с определением группы вегетативной регуляции сердечного ритма по классификации Н.И. Шлык

Процентное распределение детей с различным уровнем физического развития по группам ВСР нами представлено в табл. 2. По нашим данным мальчики и девочки микросоматического типа в подавляющем большинстве (75 %) имеют патологический, 2-й тип регуляции. Эти дети имеют сниженное функциональное состояние регуляторных систем, и в силу незрелости регуляторных систем более быстро утомляются.

**Процентное распределение детей 3-5 лет с различным уровнем физического развития по типу вегетативной регуляции**

Тип вегет-ой рег-ий		1	2	3	4
Соматотип	Все	25 %	75 %	-	-
	мм М	50 %	50 %	-	-
	Д	-	100 %	-	-
Микро-й	Все	16,6 %	50 %	33,4 %	-
	М	40 %	40 %	20 %	-
	Д	-	57,14 %	42,85 %	-

У мальчиков и девочек мезосоматического типа 2-й тип вегетативной регуляции встречается реже (50 %) а также в большом проценте случае встречаются более благоприятный 1-й и 3-й тип вегетативной регуляции сердечного ритма.

**Выводы.** У детей микросоматического типа преобладает симпатический отдел регуляции сердечного ритма, напряжен как автономный, так и центральный контур регуляции сердечного ритма, а также повышенное психоэмоциональное напряжение. Дети, отстающие от сверстников в физическом развитии, отстают и в созревании механизмов вегетативной регуляции сердечного ритма.

**Список литературы**

1. Бабунц, И.В. Азбука анализа variability сердечного ритма / И.В. Бабунц, Э.М. Мирадджанян, Ю.А. Машаех. – Ставрополь: Принтмастер, 2011. – С. 23–26.
2. Баевский, Р.М. Variability сердечного ритма: Теоретические аспекты и практическое применение: Материалы V Всероссийского симпозиума / Р.М. Баевский, Н.И. Шлык. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский Университет», 2011. – С. 90–96, 202–204.
3. Осотов, В.П. Физическое развитие детей УР и его оценка на современном этапе: Методические рекомендации для студентов, интернов, клинических ординаторов и педиатров / В.П. Осотов. – Ижевск: изд-во «Удмуртский Университет». – 2002. – С. 3–4.
4. Шлык, Н.И. Сердечный ритм и тип регуляции у детей, подростков и спортсменов: Монография / Н.И. Шлык. – Ижевск изд-во «Удмуртский университет», 2009. – С. 17–29.

**УДК: 618.232-07**

*Батрак А.С. – соискатель, ООО «Центр «Растем Вместе» (89885041111@mail.ru);  
Ходасевич Л.С. – д.м.н., профессор (nic\_kir@mail.ru), СГУ, НИЦКуР ФФГБУ СКФНКЦ  
ФМБА России в г. Сочи, Россия*

*Batrak AS – competitor, LLC Center «Growing Together» (89885041111@mail.ru);  
Khodasevich LS – scientific supervisor (nic\_kir@mail.ru), SSU, SRCKIR FFGBU SCFNC of FMBA  
of Russia in Sochi, Russia*

**Пренатальная коррекция положения плода посредством занятий аквааэробикой**

**Prenatal correction of fetal position through aqua aerobics**

**Аннотация.** Рассмотрен способ дородовой коррекции положения плода у беременных женщин с помощью дыхательной гимнастики и физических упражнений при аквааэробике. В результате проведения пренатальной коррекции положения плода положительный эффект достигнут 80,5 % случаях.

**Abstract.** The method of prenatal correction of fetal position in pregnant women with the help of respiratory gymnastics and physical exercises with aqua aerobics is considered. Because of prenatal correction of the fetal position, a positive effect will reach 80,5 % of cases.