

**Материалы XIV Всероссийской с международным участием  
научно - практической конференции**



**Адаптация учащихся  
всех ступеней образования  
в условиях современного  
образовательного процесса**



Национальный исследовательский Нижегородский государственный  
университет им. Н.И. Лобачевского  
АРЗАМАССКИЙ ФИЛИАЛ  
Научно-исследовательская лаборатория  
«Мониторинг физического здоровья учащихся всех ступеней образования»  
Центр менеджмента научно-исследовательской работы



## Адаптация учащихся всех ступеней образования в условиях современного образовательного процесса

Материалы  
XIV Всероссийской  
научно-практической конференции  
с международным участием

Арзамас  
2018

УДК 612.6  
ББК 57.31  
А 28

Издается по решению редакционно-издательского совета  
Арзамасского филиала ННГУ

Редакционная коллегия:  
Д.М. Кривоногов, А.И. Сабурцев, Е.Ф. Малафеева, С.А. Сабурцев.

(Е.А. Калужный – научный редактор)

Под общей редакцией  
доктора медицинских наук, профессора Ю.Г. Кузмичева

А 28

Адаптация учащихся всех ступеней образования в условиях современного образовательного процесса [Текст]: материалы XIV Всероссийская научно-практической конференции с международным участием / Под общ. ред. Ю.Г. Кузмичева. – Арзамас: АФ ННГУ, 2018. – 247 с.

ISBN 978-5-6040220-3-0

В сборнике представлены результаты научно-исследовательской и методической работы преподавателей и научных сотрудников ВУЗов Нижегородской области и других регионов России, а также стран СНГ. Представлен передовой опыт преподавателей средней, высшей школы и научные достижения молодых ученых.

Сборник предназначен для преподавателей, аспирантов и студентов с целью использования в научной и учебной деятельности.

УДК 612.6  
ББК 57.31

ISBN 978-5-604-0220-3-0

© Арзамасский филиал  
ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2018.

## СОДЕРЖАНИЕ

№	Ф.И.О	Образовательное учреждение	Тема	Стр
<b>ЕСТЕСТВЕННЫЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА</b>				
1	Гончарова Г.А., Скоблина Н.А.	ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России ФГБОУ ВО РНИМУ им. Пирогова Минздрава России г. Москва	ДИНАМИКА СОСТОЯНИЯ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	10
2	Валетов В.В., Гуминская Е.Ю., Баймурадова А.Р.	УО «Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина», г. Мозырь, Республика Беларусь	ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТУДЕНТОВ	16
3	Захарьева Н.Н., Малиева Е.И. Коняев И.Д.	ФГБОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» г. Москва	ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИИ РАВНОВЕСИЯ У ЮНЫХ ТАНЦОРОВ ПРИ ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНЫМИ БАЛЬНЫМИ ТАНЦАМИ	19
4	Кудашова Л.Т. Венгерова Н.Н.	ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный экономический университет» г. Колпино	ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА РАЗВИТИЕ СВОЙСТВ ПАМЯТИ ШКОЛЬНИКОВ	25
5	Захарьева Н.Н., Тарабанова А.А.	ФГБОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» г. Москва	ПРОГНОСТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ МОРФО - ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЖЕНЩИН-БОКСЁРОВ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СТИЛЯ ВЕДЕНИЯ ПОЕДИНКА	28
6	Сидоров Д.Г. Большев А.С.	ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет», г. Н. Новгород	ВЛИЯНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ У НИХ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ	34
7	Большев А.С. Сидоров Д.Г. Овчинников С.А. Щукин В.М.	ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет» г. Н. Новгород	ВЛИЯНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА И НАПРЯЖЕНИЯ ОРГАНИЗМА ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ	40
8	Махалин А.В. Мельникова Е.В., Шипунов С.Д., Морозова М.М., Сипатрова А.Г., Прохорец С.А.	ФГБОУ ВПО Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), г. Москва.	ПОКАЗАТЕЛИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ САМБО РЕСПУБЛИКИ АЛТАЙ	39
9	Гуминская Е.Ю., Будишевский В.Д.	УО «Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина», г. Мозырь, Республика Беларусь	ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ И ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В ВОЗРАСТЕ 6 – 17 ЛЕТ	43
10	Сабурцев С.А., Волкова С.И., Жиженина Л.М.	ФГАОУ ВО Арзамасский филиал ННГУ им. Н.И. Лобачевского, г. Арзамас	ТИПЫ РЕАКЦИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ НА ДОЗИРОВАННУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ У СТУДЕНТОВ 5 КУРСА ЕСТЕСТВЕННО-ГЕОГРАФИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА АФ ННГУ	46
11	Васильева Е.А., Жирнова Е.В.	ФГБОУО «Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана г. Москва	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСХОДНОГО ПОЛОЖЕНИЯ УПОР, СТОЯ НА ОДНОМ ИЛИ ДВУХ КОЛЕНЯХ, ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ	49

12	Малыгин Е.И., Приходов Д.С. Пахорукова А.Ю.	ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева г. Красноярск	РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ЧЕРЕПНО-МОЗГОВОЙ ТРАВМЫ	54
13	Каширина А.О., Бугрова А.А., Балчугов В.А.	ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского г. Н.Новгород	МОНИТОРИНГ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНА, КАК СРЕДСТВО ОПТИМИЗАЦИИ УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	58
<b>ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</b>				
1	Гладышева О.С.	ГБОУ ДПО Нижегородский институт развития образования г. Н.Новгород	ИННОВАЦИОННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ И СОЦИАЛЬНЫЕ ЭФФЕКТЫ	62
2	Егоров А. С., Летягина Е.Н., Мальшева Т.А.	ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского г. Н.Новгород	О ПРОТИВОРЕЧИЯХ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТА	66
3	Парфина Т.Э. Анфилатова О.В. Солгалов В.С.	КОГАУ «Вятская спортивная школа олимпийского резерва», ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет» г. Киров	МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ ДЕВОЧЕК 9–10 ЛЕТ ЗАИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ	68
4	Перепелюкова Е.В. Кабанович Е.П. Хакимзянова Я.Ф.	ФГБОУ ВО «Южно-уральский государственный гуманитарно- педагогический университет» г. Челябинск	ФИЗКУЛЬТУРНАЯ «МИНУТКА» КАК ИНТЕРАКТИВНЫЙ МЕТОД ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА И ЛИТЕРАТУРЫ	71
5	Сушкова А.В., Алехина О.В.	ФГБОУ ВО «Воронежский государственный лесотехнический университет имени Г.Ф. Морозова» г. Воронеж	ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ УСТАНОВКИ	75
6	Алехина О.В. Сушкова А.В.	ФГБОУ ВО «Воронежский государственный лесотехнический университет имени Г.Ф. Морозова», г. Воронеж	АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ	77
7	Столбова В.И., Шумихина И.И.	ФГБОУ ВО Удмуртский государственный университет МБОУ «СОШ№70» г. Ижевск	ВЗАИМОСВЯЗЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ	80
8	Цандеков П.А. Анафиева Э.Р.	ГБОУ ВО РК Крымский инженерно- педагогический институт г. Симферополь	АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФОРМИРОВАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОНЯТИЯ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ,	82
9	Герасимов А.В.	МБОУ средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №2, г. Иркутск	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ И ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)	86
10	Мамедов А.А.	УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы», г. Гродно, Беларусь.	МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ АМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ГРУППЫ	89
11	Суняев А.Н.	ГБПОУ «Бугульминский профессионально-педагогический колледж», г. Бугульма	ОРГАНИЗАЦИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ	93
12	Николаева Е.В.	ГУО «Вспомогательная школа № 24 г.Орши» г. Орша, Беларусь	ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА ЗАНЯТИЯХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	98
13	Тазиева З.Н.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный	ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ И ИНТЕЛЛЕКТ У БУДУЩИХ	101

		архитектурно-строительный университет» г. Казань	ИНЖЕНЕРОВ-СТРОИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	
14	Туманина Н.В.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный институт культуры» г. Казань	ПРАВИЛЬНАЯ ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ ПРИСЕДАНИЙ ГАРАНТ ЭФФЕКТИВНОСТИ И МИНИМИЗАЦИИ ТРАВМАТИЗМА	104
15	Филимонов Е.Н., Коробейникова Е.И.	ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет» г. Волгоград	ХАРАКТЕРИСТИКА ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА	106
16	Балчугов В.А., Жилыева-Фомина Е.В. Каширина А.О., Максимова М.С., Гурьянова Ю.О., Бугрова А.А.	ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского» ГБУЗ НО «Детская городская поликлиника №48 Советского района» г. Н Новгород	ПРОДВИЖЕНИЕ ИДЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ПРОФИЛАКТИКА И УЛУЧШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ В ШКОЛЬНОМ ЦЕНТРЕ ЗДОРОВЬЯ	111
<b>ИННОВАЦИОННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ</b>				
1	Рудакова С.В.	ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова», г. Магнитогорск	КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ПРЕПОДАВАНИИ ЛИТЕРАТУРЫ	115
2	Хаширова Т.Ю. Водахова В.А. Акбашева Г.А. Акбашева Е.А. Молов А.Х.	ФГБОУ ВО «Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х.М. Бербекова», г. Нальчик	ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ	119
3	Мартиросова Т.А. Логинов Д.В. Павлова О.В.	ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева» г. Красноярск	ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ДОСТУПНАЯ И БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА В ОБРАЗОВАНИИ	125
4	Битшева И.Г. Калманович В.Л. Хайруллин Р.Р.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный институт культуры» «Казанский государственный архитектурно-строительный университет» ФГК ОУ «Казанское суворовское военное училище МО РФ» г. Казань	ФОРМИРОВАНИЕ МЕТОДИКИ ПСИХОТИПОЛОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА СТУДЕНТОВ С УЧЕТОМ ИХ ТВОРЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	127
5	Напреев С.Г.	ГБПОУ «Арзамасский коммерческо-технический техникум» г. Арзамас	КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЧЕЛОВЕКА	132
6	Прокофьева О.Н. Бурдаев А.В.	ФГБОУ ВО «Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского» г. Калуга	ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ПРЕПОДАВАНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН	134
7	Смирнова С.А.	ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет» Г. Кострома	ЧТЕНИЕ ПОД МЕТРОНОМ КАК СРЕДСТВО ПОМОЩИ ДЕТЯМ, СТРАДАЮЩИМ ПАТОЛОГИЯМИ РЕЧИ	136
8	Дохильгова Д.М.	ФГБОУ ВО «Чеченский государственный университет», г. Грозный	ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК ОСНОВА МОДЕРНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	139
9	Саралинова Д.С.	ФГБОУ ВО «Чеченский государственный университет» г. Грозный	ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ИНФОРМАЦИОННОЙ СРЕДЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	142
10	Реут А.А.	Южно-Уральский ботанический сад-институт – ОСП ФГБУ Уфимского федерального исследовательского центра РАН г. Уфа	РЕАЛИЗАЦИЯ ЗАДАЧ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА БАЗЕ КОЛЛЕКЦИЙ ДЕКОРАТИВНЫХ РАСТЕНИЙ ЮУБСИ УФИЦ РАН	145

11	Горлова Ю.И.	ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет» г. Орел	ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	148
12	Рахимов М.И. Утегенова Н.Р.	ФГОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет» г. Казань	ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В КФУ	150
13	Кропотова Н.В.	ГБОУВО РК «Крымский инженерно- педагогический университет» г. Симферополь	ОСОБЕННОСТИ ОСНОВНЫХ НАУЧНО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ К ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	153
14	Кузоватова Е.Е.	ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования» г. Н. Новгород	ИНТЕГРАЦИЯ ДЕТЕЙ, ЗАТРОНУТЫХ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ, В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО: ХАРАКТЕРИСТИКА СОЦИАЛЬНОГО ЗАПРОСА СЕМЬИ К ОО	158
15	Абросимова И.Ю.	ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования» г. Н. Новгород	ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	161
16	Яковлева М.А.	ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования» г. Н. Новгород	НОВЫЕ ПОДХОДЫ К ОЦЕНКЕ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗОЖ ВОСПИТАННИКОВ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ	165
17	Воронцова Н.И., Кочнева М.А.	МБОУ СШ № 3 им. В.П. Чкалова. г. Арзамас	ПРОФИОРИЕНТАЦИОННАЯ РАБОТА НА УРОКАХ БИОЛОГИИ	168
18	Ильин С. Н.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный архитектурно-строительный университет» ФГБОУ ВО «Казанский государственный институт культуры» г. Казань	ИННОВАЦИОННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ	170
19	Ишмухаметова Н. Ф.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный архитектурно-строительный университет» ФГБОУ ВО «Казанский государственный институт культуры» г. Казань	СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ, ВОСПИТАНИЯ И ОБРАЗОВАНИЯ УЧАЩИХСЯ РАЗНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ ГРУПП	174
20	Корчинская В.А.	ГУО «Вспомогательная школа №24 г. Орши», г. Орша Беларусь	ГРАЖДАНСКО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ ВСПОМОГАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ	177
21	Половодов И.В., Курбанова Э.А.	ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет» г. Волгоград	ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ УЧАЩИХСЯ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ	179
22	Туманина Н.В.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный институт культуры», г. Казань	ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ	181
<b>НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ГЛАЗАМИ СТУДЕНТА</b>				
1	Сидорчук В.О.	ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского г. Н.Новгород	СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ УПРАВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ СПОРТИВНЫМ КЛУБОМ	184
2	Баченина Е.А. Хачатурян А. Ю.	ФВиС КГАСУ «Институт транспортных сооружений» г.Казань	НОВЫЕ ФИЗИКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ В СОВРЕМЕННЫХ УЧЕБНЫХ	189

			ЗАВЕДЕНИЯХ РОССИИ	
3	Баянова В.В., Моор В.А., Степанов С.В.	ГОУ ВПО «Кемеровский государственный университет» г. Кемерово	ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ, КОНТРОЛЬ ЗА ИХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ. ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ И МОЛОДЕЖИ	191
4	Белова Ю. О., Чикляев Е. Г.	ФГБОУ ВО «Казанский Государственный Энергетический Университет» г. Казань	СНИЖЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И УХУДШЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ. ЕДИНОБОРСТВА, КАК ОДИН ИЗ ПУТЕЙ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ	194
5	Васильева М.С.	ФГБОУ ВО «Братский государственный университет» г. Братск	ПОВЕДЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ	197
6	Зиновьева Е. С.	ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет» г. Кемерово	ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ	202
7	Половодов И. В., Киреева С. В.	ФГБОУ ВО Волгоградский социально-педагогический университет г. Волгоград	ОСНОВЫ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ЭКОЛОГООРИЕНТИРОВАННОЙ ЛИЧНОСТИ	205
8	Половодов И.В., Королькова Д.А.	ФГБОУ ВО Волгоградский социально-педагогический университет г. Волгоград	ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В 2018 ГОДУ	208
9	Степкина А.Д.	ГОУ ВПО «Кемеровский государственный университет» г. Кемерово	ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ, КОНТРОЛЬ ЗА ИХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ.ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ И МОЛОДЕЖИ	211
10	Урсова А.А. Фадеева О.В.	ГОУ ВПО «Омский аграрный университет им. П.А. Столыпина» г.Омск	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ	215
11	Ушакова М.С. Илюшкина А.Е. Серженко Е.В.	ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет» г. Волгоград	ИННОВАЦИОННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ШКОЛЕ	219
12	Файзуллина А.Р. Хамидуллин П.Р.	ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет» г. Казань	ВЫНОСЛИВОСТЬ И ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ЕЕ ВОСПИТАНИЯ	222
13	Чуфарова Л.И., Бортникова А.О.	ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет» г. Волгоград	ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	224
14	Соколовская С.В., Баранова Д.А.	ФГАОУ ВО Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского г. Н Новгород	ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА КОГНИТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ ЛЮДЕЙ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА	227
15	Летягина Е.Н., Котева Т.В.	ФГАОУ ВО « Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского г. Н Новгород	КАЧЕСТВО ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ФИТНЕС-УСЛУГ В РОССИИ	230
16	Лебедев Ю.А., Мольков Н.О., Молькова Д.М.	ФГАОУ ВО « Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского г. Н Новгород	ВЛИЯНИЕ МЕТОДА ВИЗУАЛИЗАЦИИ НА СПОРТИВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	233

17	Кулакова А.С., Гречко Г.А.	ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет» г. Ростов	ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ И МОЛОДЁЖИ	237
18	Попков Е.В., Кочнева М.А.	МБОУ СШ № 3 им. В.П.Чкалова г. Арзамас	ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ УЧАЩИХСЯ	239
19	Пруцакова С.А., Гречко Г.А.	ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет» г. Ростов	МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК КОМПОНЕНТ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ	241
20	Ларькина А.В., Ложкин И.С., Сазонова А.В., Деловой Р.В.	ФГОУ ВО «Красноярский государственный аграрный университет (Институт пищевых производств «Продукты питания из растительного сырья»)» Г. Красноярск	ВЛИЯНИЕ СПОРТАНА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ	244

Социологические исследования показывают, что в целом студенческая молодежь позитивно относится к занятиям физической культурой и спортом. Вместе с тем у большей части студентов не сформированы физкультурно - спортивные интересы и естественная потребность в активной двигательной деятельности. В силу этого обстоятельства не создаются необходимые психологические предпосылки для лучшего усвоения учебной программы. Это, в свою очередь, отрицательно отражается на физической подготовленности и здоровье студентов. Почему формирование соответствующей мотивации двигательной деятельности надо рассматривать как одну из важнейших педагогических задач.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бажуков, С.М. Здоровье детей – общая забота [Текст]/ С.М. Бажуков. – М.: ФиС, 2011. – 127с.
2. Богданов, Г.П. Уроки физической культуры [Текст]/ Г.П. Богданов. – М.: ФиС, 2013. – 192с.
3. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Текст]: учеб. пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – 4-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2016. – 240 с.

УДК 796.011.3

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ**

### **RELATIONSHIP OF MOTOR ACTIVITY AND THE LEVEL OF PHYSICAL HEALTH OF SCHOOLBOYS**

**В.И. Столбова, И.И. Шумихина**

V. I. Stolbova, I. I. Shumikhina

**Удмуртский государственный университет,**

доцент, к.б.н., доцент, shuma66@mail.ru

**Аннотация.** В статье показано, что уровень физического развития у школьников, напрямую зависит от двигательной активности. Чем выше двигательная активность у юношей и девушек, тем выше функциональные возможности организма и чем ниже двигательная активность, тем хуже адаптивные возможности организма.

**Ключевые слова.** Двигательная активность, учащиеся, уровень физического здоровья, адаптивные возможности организма.

**Annotation.** The article shows that the level of physical development in schoolchildren depends directly on physical activity. The higher the motor activity in boys and girls, the higher the functional capacity of the organism and the lower the motor activity, the worse the adaptive capabilities of the organism.

**Keywords.** Physical activity, students, the level of physical health, adaptive capabilities of the organism.

Здоровье нации определяется здоровьем детей. В последнее время наметилась тенденция к снижению физического и психического развития детей и подростков, что начинает приобретать угрожающий характер. За годы обучения в школе в пять раз возрастает число нарушений зрения и осанки, в четыре раза – число нарушений психического здоровья. В целом количество больных за годы школьного обучения возрастает: с первого по четвертый с 27% до 45%, с пятого по восьмой – с 45 до 69%. 40% выпускников школ имеют такие серьезные отклонения в здоровье, что не годны к службе в армии.

Сложившаяся тревожная ситуация со здоровьем учащихся требует рационально построения учебного процесса, оптимизации двигательной активности.

Под оптимальной двигательной активностью мы понимаем не только количественный ее уровень, отвечающим потребностям организма, сколько такую ее организацию, которая при относительно небольших временных затратах приводила бы к

максимально большому оздоровительному эффекту, что для школьника при дефиците свободного времени, является чрезвычайно актуальным [1].

Анализируя причины низкой эффективности школьной системы физического воспитания, приходится констатировать тот факт, что главным ее недостатком является дефицит тренирующей двигательной активности. Уроки физической культуры, призванные решать оздоровительные задачи, не выполняют их в следствие недостаточного их количества. Поэтому исследование взаимосвязи двигательного режима с состоянием здоровья является актуальной проблемой.

Целью данной работы явилось изучение оценки уровня физического здоровья учащихся 15-16 лет в зависимости от двигательной активности.

Нами было исследовано 72 юношей и 98 девушек 15-16 лет, обучающихся в школах Октябрьского района г. Ижевска в осеннем периоде. Определение двигательной активности (ДА) проводили методом шагометрии (А.Г. Сухарев, 1988) [2]. Шагомером «Omron» подсчитывалось индивидуальное количество локомоций на протяжении одних суток.

Для изучения физического здоровья школьников использовалась экспресс оценка уровня физического здоровья по С.В. Хрущеву, производился расчет 5 индексов, определяющих резервные и приспособительные возможности организма. Для расчета индексов измерялись по общепринятым методикам длина и масса тела, жизненная емкость легких, измерялась частота сердечных сокращений (ЧСС), артериальное давление (АД), регистрировалось время задержки дыхания на обычном вдохе (проба Штанге). Затем измеряли ЧСС за 15 сек ( $P_1$ ) выполнялись 30 глубоких приседаний за 45 сек, после этого испытуемый садится и у него измеряются ЧСС в первые 15 сек ( $P_2$ ) и последние 15 сек ( $P_3$ ) первой минуты восстановительного периода и затем проводится тест сгибания туловища из положения лежа на спине за 60 сек.

При низком значении индекса Кетле отмечается слабое развитие мышц, дефицит массы тела или ожирение. Низкий индекс Робинсона отмечается при нарушении регуляторной деятельности сердечно-сосудистой системы. Низкое значение индекса Скибинского свидетельствует о недостаточном функциональном состоянии органов дыхания и кровообращения, а также о сниженной устойчивости организма к гипоксии. Низкое значение индекса мощности В.А. Шаповаловой, косвенно отражает низкое состояние двигательных качеств – силы, быстроты и выносливости и также оценивает функциональные возможности кардио-респираторной системы. Низкое значение индекса Руфье свидетельствует о недостаточном уровне адаптационных резервов сердечно-сосудистой и дыхательной систем, что в целом определяет физические возможности организма школьника.

По результатам суточной шагометрии все испытуемые были разделены на три группы в зависимости от уровня двигательной активности. В 1 группе с высокой двигательной активностью (учащиеся занимаются в спортивных секциях, регулярно посещают уроки физкультуры, совершают пешие прогулки, играют в спортивные игры во дворе) отмечается 38,8% юношей и 14,2% девушек.

Во 2 группе со средней двигательной активностью (учащиеся регулярно посещают уроки физкультуры, совершают пешие прогулки, играют в спортивные игры во дворе) выявлено 47,7% юношей и 63,3% девушек.

И в 3 группе с низкой двигательной активностью (учащиеся только посещают уроки физкультуры) выявлено 13,9% юношей и 22,5% девушек.

При изучении физического здоровья нами выявлено, что юноши и девушки 15-16 лет, занимающиеся в спортивных секциях имеют хорошее развитие мышечной системы, высокие функциональные возможности органов дыхания и кровообращения, хорошее развитие двигательных качеств и достаточный уровень адаптационных резервов сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Уровень физического здоровья юношей соответствует выше среднему уровню, у девушек – среднему.

У юношей и девушек 15-16 лет со средней двигательной активностью отмечается нормальное развитие мышечной системы, нарушение регуляции сердечно-сосудистой

системы, недостаточный уровень функциональных возможностей кардио-респираторной системы, слабое развитие двигательных качеств и адаптационных резервов органов дыхания и кровообращения. Уровень физического здоровья юношей соответствует среднему уровню здоровья, девушек – ниже среднему.

Уровень физического здоровья у юношей и девушек 15-16 лет с низкой двигательной активностью отмечается слабое развитие мышечной системы, нарушение регуляции сердечно-сосудистой системы, низкий уровень функциональных возможностей кардио-респираторной системы, слабое развитие двигательных качеств и адаптационных резервов органов дыхания и кровообращения. Уровень физического здоровья юношей соответствует ниже среднему уровню здоровья, у девушек – низкий уровень физического здоровья.

Таким образом, стоит отметить, несмотря на то, что среди учащихся больше учеников со средней двигательной активностью, но также много испытуемых с низкой двигательной активностью. Недостаточный двигательный режим, на котором находятся большинство современных школьников, по целому ряду показателей приводит к снижению функциональных возможностей организма.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Врачебно-педагогический контроль: Практикум/ сост. Н.И. Шлык, И.И. Шумихина; под общ. ред. Н.И. Шлык. 2 издание.-Ижевск, 2017,-172 с.
2. Медико-биологические основы физической культуры: учебно-метод.пособ./Сост. Е.С. Иванова, И.И. Шумихина.-Ижевск:Изд. центр «Удмуртский университет», 2018-204 с.

УДК 378:37.01

#### **АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФОРМИРОВАНИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОНЯТИЯ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ** ACTUAL PROBLEMS OF FORMATION OF PRIMARY SCHOOL PUPILS CONCEPTS ABOUT HEALTHY LIVING

**Петр Афанасьевич Цандеков**

*Piotr Afanasievich Sandekov*

декан факультета психологии и педагогического образования, к.б.н., доцент

**Эльзара Ризаевна Анафиева**

*Elzara Rizaevna Anafieva*

зав.кафедрой начального образования, к.пед.н., доцент

**ГБОУВО РК КИПУ**

e-mail: tsalka-08@mail.ru

**Аннотация.** Данная статья посвящена актуальным вопросам формирования у младших школьников понятия о здоровом образе жизни. В ней раскрывается анализ проблемы исследования в научной литературе, а также в школьной практике.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии, культура здоровья.

**Abstract.** This article is devoted to the topical issues of formation of the concept of healthy lifestyle among younger schoolchildren. It reveals the analysis of the research problem in the scientific literature, as well as in school practice.

**Key words:** healthy lifestyle, health-saving technologies, health culture.

**Постановка проблемы.** Будущее государства, его экономическое процветание зависят от здоровья нации и, прежде всего, молодежи. Сохранение и укрепление здоровья учащихся провозглашено одним из стратегических ориентиров модернизации образования. Здоровьесбережение стало атрибутом образовательного процесса в школах. Оно проявляется в применении здоровьесберегающих технологий, организации здоровьесберегающей среды, совместной деятельности учителей, медицинских