

Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт естествознания и спортивных технологий

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И
ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ПОДРАСТАЮЩЕГО
ПОКОЛЕНИЯ**

Материалы IX Всероссийской научно-практической
конференции

г. Москва, 19 апреля 2019 г.

УДК 796.08(082)

ББК 75я43

И66

Организационный комитет конференции

Страдзе А.Э. (г. Москва) – председатель, гл. редактор, д.соц.н., профессор.

Столлов И.И. (г. Москва) – координатор, член оргкомитета, к.п.н., доцент.

Корольков А.Н. (г. Москва) – отв. редактор, член оргкомитета, к.т.н.

Михайлов Н.Г. (г. Москва) – редактор, член оргкомитета, к.п.н., доцент.

Никитушкин В.Г. (г. Москва) – член оргкомитета д.п.н., профессор.

Суматохин С.В. (г. Москва) – член оргкомитета, д.п.н., профессор.

Спирин В.Л. (г. Великие Луки) – член оргкомитета, д.п.н., доцент.

Стрижак А.П. (г. Москва) – член оргкомитета, д.п.н., профессор.

И66 ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ. Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции. М.: Изд-во «Первый том», 2019 – 650 с.

В сборнике представлены научно-методические материалы учёных и специалистов России, республики Беларусь, Луганской народной республики, республики Молдова, Ирака, Лаоса и Узбекистана.

Рассматриваются различные аспекты, определяющие развитие инновационных технологий в спорте и физическом воспитании в России и мире, показаны особенности нового содержания образования по физической культуре и спорту и подготовки научно-педагогических кадров, рассматриваются естественнонаучные и информационные технологии в физической культуре, юношеском и женском спорте, оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре. Анализируются современные тенденции интеграции науки и практики в спорте высших достижений.

Материалы конференции представляют интерес для специалистов в сфере физической культуры и спорта, профессорско-преподавательского состава, аспирантов, магистрантов, студентов высших и средних учебных заведений, работников физкультурных и спортивных учреждений, научных работников, тренеров-преподавателей, административно-управленческого персонала министерств, управлений, комитетов, клубов по физической культуре, спорту и туризму.

Ответственность за аутентичность и точность цитат, имен и иных сведений, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов.

ISBN 978-5-6042691-3-8

УДК 796.08(082)

ББК 75я43

© Институт естествознания и спортивных технологий
Московского городского педагогического университета

© Коллектив авторов

СОДЕРЖАНИЕ

Приветственное слово Директора Департамента науки и образования Минспорта России участникам и гостям IX Всероссийской научно-практической конференции «Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения»	
Участникам и гостям IX Всероссийской научно-практической конференции «Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения»	4
ТРАНСФОРМАЦИЯ КОНЦЕПТУАЛЬНЫХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕЗ (Предисловие главного редактора)	
Страдзе А.Э.	23
1. НОВОЕ СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ И ПОДГОТОВКА НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ	
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ	
Адушева Т.Г., Арнст Н.В., Мельничук А.А., Сидорова Н.И.	30
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТРЕНИРОВКЕ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	
Барков В.А., Кхафаджи А.Ш.	33
ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ	
Володин А.В., Кризский В.И.	36
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КУРСАНТОВ ВЮИ ФСИН	
Гаджиев Д.Т., Тимошук А.С.	39
ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА И СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА	
Григоревич В.В., Приступа Н.И.	42
ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК ОСНОВА ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ ИНФОРМАТИЗАЦИИ ОБЩЕСТВА	
Гурьев С.В.	47
МЕСТО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ИЕРАРХИИ ЦЕННОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ ВЫПУСКНЫХ КЛАССОВ	
Демченко С.В., Лангуева О.В., Корольков А.Н.	51

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА КРАТКОСРОЧНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ «СИСТЕМНЫЕ РАССТАНОВКИ» ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ В КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА И РАЗВИТИЯ ИНТУИЦИИ («ЭКСТРАСЕНСОРНОГО» ВОСПРИЯТИЯ) У СПОРТСМЕНОВ	
Дюков В.В., Столов И.И.	58
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КВЕСТОВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
Жук Д. В.	60
ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ПРЕДСТАВЛЕНИИ РОДИТЕЛЕЙ ВОСПИТАННИКОВ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ И В НОРМАТИВНЫХ ПРАВОВЫХ АКТАХ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ	
Загородникова А.Ю.	63
СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ВУЗА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
Знатнова Е.В., Мисюк И.Н., Мельникова О.Г.	66
ОСОБЕННОСТИ И ПУТИ УПРАВЛЕНИЯ КАЧЕСТВОМ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ПРИМЕРЕ КВАЛИМЕТРИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ТАМОЖЕННОГО ДЕЛА	
Зуев С.Н., Сырвачева И.С., Сырвачев В.А.	69
ФОРМИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ В РАМКАХ ГЕШТАЛЬТ-ПЕДАГОГИКИ	
Зыкова Н.Ю.	73
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ	
Зяблова Г.С.	76
ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ СОВРЕМЕННОГО СПОРТИВНОГО ПЕДАГОГА	
Калустьянц К. А.	80
ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ СПБ ГБОУ СПО «УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА № 1» С УЧЕТОМ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫХ СВЯЗЕЙ	
Каликина Т. Б., Носачева С.Ю.	83

САМООЦЕНКА ГОТОВНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ МПГУ К РАБОТЕ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	
Карпушина Л.В., Степанова О.Н.	86
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФУТБОЛЕ	
Кассиров А.М.	91
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ КОЛЛЕДЖЕ	
Кекова Л.А.	94
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ	
Клепцова Т.Н.	96
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ	
Ковалева О.А., Нарскин Г.И., Ковалев Д.А.	100
КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ	
Косинов С.И., Соколова И.А.	105
БАДМИНТОН В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ	
Косихин В.П., Шехматов Л.М.	108
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	
Кохан С.Т., Симонова В.О.	109
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПОДКАСТИНГА КАК ИННОВАЦИОННОГО МЕТОДА ОБУЧЕНИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	
Красильников А. А., Закиров Ф. Х.	112
МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ СРЕДСТВ ГОЛЬФА ПРИ ИЗУЧЕНИИ ШКОЛЬНОГО КУРСА ПО ГЕОГРАФИИ	
Лангуева О.В., Луцкова А.И.	116
ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	
Латушкина Е.Н., Степанова О.Н.	122

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА С ПРИМЕНЕНИЕМ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	
Лобач А.Р., Козлова С.Ю.	126
К ПРОБЛЕМЕ ПОНЯТИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
Матвеев А.П.	130
ГУМАНИСТИЧЕСКИЕ ОРИЕНТИРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ	
Миронов И. Л.	134
МОНИТОРИНГ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА	
Михайлов Н.Г.	137
НОВЫЕ СТРАТЕГИИ В ПРЕПОДАВАНИИ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ШКОЛЕ	
Никитушкин В.Г.	140
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И КАЧЕСТВО ВЫСШЕГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ	
Николаева Н.И.	144
ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ПО ПРОГРАММАМ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	
Облог К.А., Тарасова Л.В.	148
ФАКТОРЫ ТРЕВОЖНОСТИ У СПОРТСМЕНОВ ПО АКРОБАТИЧЕСКОМУ РОК-Н-РОЛЛУ	
Палий В.И.	149
ОСОБЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА СПОРТИВНОГО ВУЗА ПО АНАЛИЗУ ПРОБЛЕМНЫХ СИТУАЦИЙ И РЕШЕНИЮ УЧЕБНЫХ ЗАДАЧ	
Переславцев А.В., Холодов О.М., Заец Н.П.	153
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ОРГАНИЗАЦИИ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ	
Полянский Е.Б.	157
ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРЕПОДАВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
Пушкина В.Н., Закиров Ф.Х., Красильников А.А., Гернет И.Н.	160

ПРОБЛЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ ПЕДАГОГОВ В СВЯЗИ С ОМОЛОЖЕНИЕМ ДЕТСКОГО СПОРТА Самедова М.Ш.	163
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИМИТАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ Самойлов В.Ю., Матвеев А.П.	165
ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У УЧАЩИХСЯ 5-6-ЫХ КЛАССОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Сафонова Е.П.	168
ПРОБЛЕМА СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕВОЧЕК ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ Секованич М.	172
ФОРМИРОВАНИЕ ПОМЕХОУСТОЙЧИВОСТИ КУРСАНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ К ВЫПОЛНЕНИЮ ОПЕРАТИВНО-СЛУЖЕБНЫХ ЗАДАЧ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ Семикин Д.С., Кузнецов С.В., Сарапулов С.Н.	175
КВЕСТ КАК ФОРМА ПРИВЛЕЧЕНИЯ ИНТЕРЕСА ШКОЛЬНИКОВ К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Смолева Д. М., Михайлов Н.Г.	178
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ШКОЛЬНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ Соколова И.Ю., Шорохов В. С.	183
ЗАНЯТИЯ АКВА АЭРОБИКОЙ В СОВРЕМЕННОМ ВУЗЕ Соколова И.Ю., Попова А.А.	186
МЕТОДИКА ПЛАНИРОВАНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» Спирин В.К.	189
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ АКТИВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ОСНОВЕ АКТУАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ШКОЛЫ Спирин В.К., Смирнова Л.В., Кузьмина Н.А.	192
ПРОЕКТНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Столов И.И.	196

СРАВНЕНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ В СИСТЕМЕ ФИТНЕС-КЛУБОВ В РОССИИ И АЗИИ	
Столов И.И., Рогатина Е.Д.	198
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФОРМИРУЮЩИЙ ФАКТОР ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ	
Стуколов Д.А., Крылов В.М.	201
ВНЕДРЕНИЕ ВФСК ГТО В ПРОЦЕСС ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
Суднов Д.И.	205
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ ЮНЫХ ШАХМАТИСТОВ 8-10 ЛЕТ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	
Сычев К.С., Матвеев А.П.	208
ДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ШКОЛЬНИКА	
Томилина Д.М., Каткова А.М.	211
АНАЛИЗ ИНФОРМАЦИОННЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ БГУФК	
Федорова А.М.	215
ПОДГОТОВКА НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	
Фомченко О.Ф., Яворская М.С.	219
ТРАНСФОРМАЦИЯ МОТИВОВ В КОНТЕКСТНОМ ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА	
Холодов О.М., Переславцев А.В., Заец Н.П.	222
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	
Черных Е.В., Вертунова Н.Е., Головина Л.А.	225
ГОТОВНОСТЬ УЧАЩИХСЯ, ИХ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ К ИНКЛЮЗИВНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ	
Шамаева Е.В., Суровягин Б.О.	229
ЦИРКОВЫЕ СТУДИИ КАК НОВЫЙ ТРЕНД ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	
Щербакова Д. В.	233

**ТЕНДЕНЦИИ, ФОРМЫ И СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ МАССОВЫХ
ФОРМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ
ГОРОДСКИХ АГЛОМЕРАЦИЯХ**

Каргин Н.Н., Коротких А.Ю.237

**2. ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, ЮНОШЕСКОМ И
ЖЕНСКОМ СПОРТЕ**

**К ПРОБЛЕМЕ ОПТИМИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
СТУДЕНТОВ ЮРИДИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Акулова Л.Н., Кузнецов Б.В.244

**КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ
КАРАТИСТОВ 7-9 ЛЕТ**

Амелин С.Н.247

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
САМОУТВЕРЖДЕНИЯ СТУДЕНТОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА**

Бутсасенг П., Холодов О.М.250

**ДЕТЕРМИНАНТЫ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ
У ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ САМБО**

Бакирова А.Я.253

**ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ХОДЕ ФИЗПОДГОТОВКИ**

Бутсасенг П., Филоненко Л.В., Холодов О.М.255

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
КИБЕРСПОРТА, КАК ВИДА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Волосных В. Ф., Николаева Н. И.258

**СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ БЫСТРОТЫ
РЕАКЦИИ НА ДВИЖУЩИЕСЯ ПРЕДМЕТЫ**

Волошин Г.Г., Костин А.В., Стишак А.А.261

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИКИ ДЕТСКОГО ФИТНЕСА
В ПОВЫШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ДЕВОЧЕК 11-12 ЛЕТ**

Галухин Р.М., Михайлова СВ., Чернышова О.А.264

**ПРИМЕНЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО
СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ЕГО КОРРЕКЦИИ**

Гасилина Е.В., Огурцова О.В.267

СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ (КЛАССИФИКАЦИЯ)	
Горская И.Ю.	271
ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ	
Гурьев С.В.	274
БАЗОВЫЕ И ПРОФИЛИРУЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК АСПЕКТ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В АЭРОБНОЙ ГИМНАСТИКЕ	
Давыдова И.А., Кравчук А.И.	277
ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ УСПЕХА И БОЯЗНИ НЕУДАЧИ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
Дубинская М.В., Фомченко О.Ф., Старченко В.Н.	281
ВЛИЯНИЕ УПРАЖНЕНИЙ СИСТЕМЫ ПИЛАТЕС НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИТНЕС-АЭРОБИКОЙ	
Жебелева Е.В.	284
ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ	
Зяблова Г.С.	287
ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
Изаак С.И.	291
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ГРУППАХ ОФП И ПЛАВАНИЯ	
Исупова Е.В., Кононова О.В.	296
ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ	
Кардаш А.В., Шрейнер И.Ю.	298
СОПРЯЖЕННО-ВАРИАТИВНОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ 14-15 ЛЕТ К СОСТЯЗАНИЯМ «ШИПОВКА ЮНЫХ»	
Карлова Е.С., Красильников А.А.	302
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА И РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА НА ОСНОВЕ ФЕДЕРАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	
Козлова С.Ю.	304

ТОЧНОСТЬ ПОДВОДЯЩИХ УДАРОВ В ГОЛЬФЕ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СПОСОБА ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ	
Корольков А.Н., Анисимов В.Б.	308
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ ТЕХНОЛОГИИ ПРИ ОБУЧЕНИИ СПОРТСМЕНОВ ПРЫЖКАМ В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ	
Кудрявцева О.В., Чернышова О.А., Каймин М.А., Савин М.В., Галухин Р.М.,	312
ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ 11-14 ЛЕТ НА ОСНОВЕ МОНИТОРИНГА ПО ПРОГРАММЕ «ШКОЛА БАСКЕТБОЛА «СИБУР – ЗЕНИТ»	
Леньшина М.В., Андрианова Р.И., Леньшин И.В.	316
АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ 11-14 ЛЕТ НА ОСНОВЕ МОНИТОРИНГА ПО ПРОГРАММЕ «ШКОЛА БАСКЕТБОЛА «СИБУР – ЗЕНИТ»	
Леньшина М.В., Андрианова Р.И., Леньшин И.В.	320
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ НА ЖЕНСКИЙ ОРГАНИЗМ	
Лобастова М.П.	324
ТЕХНОЛОГИИ ПРИВЛЕЧЕНИЯ АУДИТОРИИ В СЕКЦИИ ПО ШЕЙПИНГУ	
Мальгина И.А., Шатковская Г.В.	327
РОЛЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СПОРТЕ	
Мануйленко Э.В., Прокофьев М.В.	330
ВНЕДРЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ	
Мелиев Х.А., Олимов А. И.	332
МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ 5-6 КЛАССОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ ВОЛЕЙБОЛА	
Окулова А.А.	335
ПОДГОТОВКА УЧАЩИХСЯ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	
Попова К.Г., Холодов О.М.	339

ИННОВАЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ МЕТОДИКА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	
Пугачев И. Ю.	343
ИНТЕГРАТИВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВАЛИДНОСТИ МОРФОЛОГИЧЕСКИХ ПРИЗНАКОВ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	
Пугачев И. Ю.	347
ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ПРИ ЗАНЯТИИ КИБЕРСПОРТОМ	
Рудин А. А.	351
«ФРИРОУП» – ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕКРЕАТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ВСЕСТОРОННЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ В РАЗНОВОЗРАСТНЫХ ГРУППАХ	
Самаричева Е.С., Козлова С.Ю.	354
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО	
Саталкина Т.В., Козлова С.Ю.	358
ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ	
Сметанина О.Н.	362
ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЕДПОЧТЕНИЙ И ОТНОШЕНИЯ К СПОРТУ СРЕДИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ	
Смирнов А.В., Сантъява Е.В.	366
ДОЗИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ У ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ	
Содиков А.Т.	369
УРОВЕНЬ ОСВЕДОМЛЁННОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ 12–14 ЛЕТ К ЖЕНСКОЙ ТЯЖЁЛОЙ АТЛЕТИКЕ	
Степанова Д.П.	373
ПРИМЕНЕНИЕ ВОСТОЧНОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХО-ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЖЕНЩИН СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА	
Струев Д.И.	377

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ БОКСЕРОВ	
Тарасов П.Ю., Алексашкин О.А.	381
ШКАЛА ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	
Тарасов П.Ю., Вашакидзе Д.М.	384
ПОДГОТОВКА ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ В СООТВЕТСТВИИ С ИХ АМПЛУА	
Тарасов П.Ю., Цупикова А.Е.	386
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ПРЫГУНОВ В ДЛИНУ СРЕДСТВАМИ СОВРЕМЕННЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	
Трофимович И.И., Нарский А.Г.	388
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ МЕТОДОМ КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ	
Тухватшина Г.Н. Завитаев, С.П.	392
РАЦИОНАЛЬНЫЙ СУТОЧНЫЙ РЕЖИМ И АДЕКВАТНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	
Усков В.М., Кузнецова Е.Б., Кузнецова Н.Б.	395
ФОРМИРОВАНИЯ ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ У МОЛОДЕЖИ ПОСРЕДСТВОМ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЕННО-СПОРТИВНЫХ И ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ	
Филоненко Л.В., Бутсасенг П., Холодов О.М.	399
ВЛИЯНИЕ ФИЗПОДГОТОВКИ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ОБСТАНОВКУ В ВОИНСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ	
Филоненко Л.В., Устинов И.Ю., Холодов О.М.	402
ВЛИЯНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА ОРГАНИЗМ	
Холодов О.М., Переславцев А.В., Сотникова М.А.	404
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ	
Яцун С.М., Карцев А.М.	407
PHYSICAL CULTURE AS A MEANS OF HEALTHY LIFE MOTIVATION	
Mironov A., Shpak V.	409

МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВ- ЛЕННОСТИ МОСКОВСКИХ ШКОЛЬНИКОВ 5-7 КЛАССОВ	
Разинов Ю.И., Корольков А.Н.	413

3. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЕЙСТВИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ ПРИ НАРУШЕНИЯХ ОСАНКИ И СКОЛИОТИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ I-II СТЕПЕНИ	
Балаев М.И., Текуева Д.И.	418

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ	
Бахирева Н.А., Клепцова Т.Н.	420

ВЛИЯНИЕ ДОЗИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЦА У СПОРТСМЕНОВ-ЮНОШЕЙ	
Бобкова С.Н.	423

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ПАРА-КАРАТЭ У ДЕТЕЙ 8-10 ЛЕТ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА (F 70-71) НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОГО УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В КАТА	
Елисеев М.В., Алексеева С.И., Тушер Ю.Л.	428

ПРИМЕНЕНИЕ БАЛАНС – ТРЕНИНГА В ВОДНОЙ СРЕДЕ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПОСТУРАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У МУЖЧИН С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
Журавлев А.В., Бобкова С.Н.	432

РАДИОЧАСТОТНАЯ АБЛЯЦИЯ БОЛЬШОЙ ПОДКОЖНОЙ ВЕНЫ КАК МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ ВАРИКОЗНОЙ БОЛЕЗНИ У СПОРТСМЕНОВ	
Закиров Ф. Х., Красильников А. А.	434

АНАЛИЗ РАННИХ ПРИЗНАКОВ НЕСТАБИЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ 18-20 ЛЕТ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДА ДИСПЕРСИОННОГО КАРТИРОВАНИЯ ЭКГ	
Зверева М.В.	439

ПРИМЕНЕНИЕ БАЛАНС-ТЕРАПИИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ФУНКЦИО- НАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У ПАЦИЕНТОВ С ТРАВМАТИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНЬЮ СПИННОГО МОЗГА	
Клещун С.С., Бобкова С.Н.	442

ИГРОВЫЕ СРЕДСТВА ФУТБОЛА В ПРОФИЛАКТИКЕ И КОРРЕКЦИИ ПЛОСКОСТОПИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ Кулькова И.В., Макушин А.Е., Рипа М.Д.	445
ВЛИЯНИЕ МЕТОДИКИ «АКВА-ШЕЙПИНГ» НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА Мальгина И.А.	449
КОРРЕКЦИЯ РЕЧЕВЫХ ДЕФЕКТОВ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Писарева Е.А., Филимонова С. И.	452
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ Потатуев Н.И., Бобкова С.Н.	455
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА Рузанова Н.В., Шавина А.А.	459
КОМПЛЕКСЫ МЕТОДИК ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ГЛАЗ Сахарова Ю.П.	461
ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ ЛФК ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПОДВИЖНОСТИ СУСТАВОВ ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЕННОГО ОСТРОГО НАРУШЕНИЯ МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ Скрылева Ю.А.	464
ОСНОВЫ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И АУТОГЕННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА Соловьева К. Н., Ведяскин Ю. А.	468
МИНИ-ГОЛЬФ КАК ИННОВАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕНИЕМ СЛУХА Титова А.И.	471
К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ АДАПТИВНОГО СПОРТА Торкунова О.И., Лен А.А., Филоненко Л.В., Холодов О.М.	475
О СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СЛЕПЫХ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ Торкунова О.И., Лен А.А., Филоненко Л.В., Холодов О.М.	479
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОДГОТОВКЕ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ Федоров В.П., Федорова Л.Ф.	482

ИЗМЕРЕНИЕ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ У СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ Филимонова О.С., Кошелева Т.В.	486
ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У ЛИЦ ЖЕНСКОГО ПОЛА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ Яковлев А.Н., Глушенко Н.А.	490
БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВОК В СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ФИТНЕСЕ Дюков В.В.	493
4. СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ: ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ПРАКТИКИ	
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ В ПАУЭРЛИФТИНГЕ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАНИЯМ Берестяная А.Н.	498
РАЦИОНАЛЬНОСТЬ ПЕРЕДВИЖЕНИЙ ХОККЕИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПРОПРИОЦЕПЦИИ КОЛЕННЫХ СУСТАВОВ Бондаренко К.К., Бондаренко А.Е.	501
ОЦЕНКА КИНЕМАТИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ДВИЖЕНИЯ ПЛОВЦА ПО УЗЛОВЫМ ЭЛЕМЕНТАМ Бондаренко К.К., Волкова С.С., Юминова Е.Ю.	504
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ И СПЕЦИФИКА ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ В ВУЗАХ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ Бонько Т.И., Ницина О.А.	507
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДОПИНГА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СПОРТЕ Верещагин И.Э., Филь В. В.	511
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МУЖЧИН ВИНТОВОЧНИКОВ НА ЭТАПАХ МАКРОЦИКЛА Воробьева С.М., Тарасова Л.В., Тарасов П.Ю.	514
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РАЗНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ТРЕНИРОВОК В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА Галкин В.А., Истомина В.К.	516

ВЛИЯНИЕ РЕЛАКСАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ БЕЗЫНЕРЦИОННЫХ ТРЕНАЖЕРАХ ЛИНИИ NEUVUS НА СПОРТИВНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ПЛОВЦОВ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	
Гильмутдинов И.Ф.	522
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ФОРМ ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЯ ТРЕНИРОВАННОСТИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ ВЫСО- КОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ	
Городилин С.К.	525
ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ХОККЕИСТОВ	
Горская И.Ю.	530
ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ СИСТЕМЫ ВИДЕОПОМОЩИ АРБИТРАМ (VAR) ДЛЯ РОССИЙСКОГО ФУТБОЛА НА ПРИМЕРЕ ЧМ – 2018 Г.	
Демин И.В., Косинов С.И.	535
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОЗИЦИОННОГО НАПАДЕНИЯ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В БАСКЕТБОЛЕ	
Знатнова Е.В., Глобаз А.С.	538
ИНТЕРВАЛЬНОЕ ГИПОКСИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ И ИНТЕРВАЛЬНАЯ ГИПОКСИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	
Зудилина Д.С.	540
К ВОПРОСУ О РОЛИ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА	
Зяблова Г.С.	544
РЕГУЛЯЦИЯ ПРЕДСТАРТОВЫХ СОСТОЯНИЙ СПОРТСМЕНОВ ТАЙ БО С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ГИМНАСТИК	
Каменнова С.А., Николаева Н. И.	549
ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ПОДГОТОВКИ НА РЕЗУЛЬТАТЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ В ПОЖАРНО- СПАСАТЕЛЬНОМ СПОРТЕ	
Кисляков А.В., Корольков А.Н.	551
ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У БЕГУНОВ 15-16 ЛЕТ НА 800 МЕТРОВ ДЛЯ ПЕРСПЕКТИВНОГО ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТА	
Клочков М.А., Столяр Л.М., Ачкасова А.А.	556

СПЕЦИАЛЬНАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТА У БЕГУНОВ НА 400 МЕТРОВ 15-16 ЛЕТ	
Клочков М.А., Сивец И.В., Боев М. А.	559
СТРУКТУРА ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОМ ДВОЕБОРЬЕ	
Ключников А.В., Нарскин А.Г., Михалевич В.А.	563
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В СИНХРОННОМ ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ	
Кудрявцева О.В., Чернышова О.А., Каймин М.А., Михайлова Э.И., Деревлева Е.Б.	567
ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ	
Кусова Д. О., Горащенко А.Ю.	571
РОЛЬ И МЕСТО МЕТОДА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ В РАЗВИТИИ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ	
Ларионов В.И., Шпак В.Г.	574
МЕТОДЫ АКТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ИГРОКОВ В ГОЛЬФ НА СОРЕВНОВАНИЯХ	
Лысов Е.А., Фризен О.И.	577
ОЦЕНКА ПАРАМЕТРОВ ВЫПОЛНЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В ГАНДБОЛЕ	
Маджаров А.П., Бондаренко А.Е.	581
ПЛАНИРОВАНИЕ МАКРОЦИКЛОВ ЮНЫХ БЕГУНИЙ НА 400 М	
Максименко Г.Н., Максименко И.Г.	585
ФУТЗАЛ: ПРОБЛЕМЫ ПОСТРОЕНИЯ 3 ЭТАПА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ	
Максименко И.Г., Максименко Г.Н.	588
МОДЕЛЬ ПРОЦЕССА ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВАТЕРПОЛИСТОВ ГРУПП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА	
Марьян И.С.	591
МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ-СПРИНТЕРОВ	
Мельников С.В., Нарскин А.Г.	594

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КОНТРОЛЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ	
Отганджанов А.Л.	597
ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ПРАКТИКИ ПРИ ТАКТИЧЕСКОМ ФОРМИРОВАНИИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ В СТРЕЛКОВОМ СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ	
Палехова Е.С.	601
ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА НЕПРЕРЫВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В СПОРТИВНО-АДАПТИВНОЙ ШКОЛЕ НА ПРИМЕРЕ ПАРАЛИМПИЙСКОГО МИНИ-ФУТБОЛА	
Попенко К.С.	605
ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЦИОНАЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОМ ПЯТИБОРЬЕ	
Севдалев С.В., Кожедуб М.С., Севдалева К.С.	609
ТРЕНИРОВКА В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ	
Столов Ив.И.	613
РЕАЛИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ ПО ФУТБОЛУ	
Стрижак А. П., Тушер Ю. Л., Терьян В. Г.	617
ПАРУСНЫЙ СПОРТ: УСТОЙЧИВЫЕ СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ, ДЕЛОВЫЕ КАЧЕСТВА, ПРИЕМЫ ТРЕНЕРОВ	
Томилин К.Г.	621
ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ КОМАНДЫ ПО ХОККЕЮ С МЯЧОМ «ЧАРАС» В СЕЛЕ УСТЬ-КАН	
Труевцева Е.А., Калагина С.Н., Бордюшев К.А.	625
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА	
Федотова Е.В.	629
ПОВЫШЕНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЗЮДОИСТОВ С УЧЕТОМ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ	
Хорунжий А.А.	633
ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗИТИВНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПРИЯТИЯ УДАРНЫХ ДЕЙСТВИЙ У НАЧИНАЮЩИХ	

СПОРТСМЕНОВ В КОМПЛЕКСНОМ ЕДИНОБОРСТВЕ

Черевков Д.В., Уфимцев О.О., Палехова Е.С. 636

**ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
РЕАБИЛИТАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТСМЕНА**

Щербакова Е.Е., Замышевская Е.Е. 640

**МЕТОДИКА ВОССТАНОВЛЕНИЯ
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЫЖНИЦ-ГОНЩИЦ
В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ**

Шуклина Е.А., Цыбров П.Н. 643

**PLANNING OF A BASIC MESOCYCLE OF TRAINING
OF QUALIFIED WOMEN-SPRINTERS**

Seudalev S.V., Kozhedub M.S. 647

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ГРУППАХ ОФП И ПЛАВАНИЯ

Исупова Е.В., Кононова О.В.

УдГУ, Ижевск, Россия

Ключевые слова: физическая подготовленность, контрольные нормативы, студентки, плавание, ОФП.

Актуальность. В теории и практике физической культуры проблемы воспитания физических качеств на сегодняшний день являются актуальными, так как исследование и развитие физических качеств – одна из главных проблем в области физической культуры и спорта. Разнообразные двигательные действия формируются в течении жизни человека под влиянием многих факторов, и процесс их формирования может приобретать различный характер. Оптимизация этого процесса достигается в условиях рационально построенного обучения. Студенты, занимающиеся разными видами спорта, имеют различный уровень физической подготовки и проявления основных двигательных качеств. В данной работе представлено исследование на основе тестов уровня развития основных двигательных качеств у студенток, специализирующихся в плавании, и девушек, занимающихся в группе ОФП.

Цель – определение динамики развития основных физических качеств у девушек, занимающихся плаванием, и девушек, занимающихся в группах общей физической подготовки. Сравнить физическую подготовленность студенток. Выявить уровень развития физических качеств.

Потребность в здоровье занимает ведущее место в иерархии жизненных ценностей человека. Первостепенная задача это последовательное формирование мотивированной потребности в индивидуальном здоровье молодежи, целенаправленное воздействие на развитие основных физических качеств, их проявление и взаимодействие с жизненной необходимостью.

В настоящее время отмечается низкий уровень ответственности студентов за собственное здоровье и невысокая физкультурно-оздоровительная активность.

Сдача контрольных нормативов обязательна для всех студентов 1-3 курсов в начале 1 курса и в конце каждого учебного года.

Результаты. Проведен мониторинг физической подготовленности студенток УдГУ, занимавшихся физической культурой в течение первых 3 лет обучения (2015-2018г.г.) посредством следующих тестов: бег 100 м, бег 2000 м, поднимание и опускание туловища из положения лежа (упражнение на брюшной пресс), прыжок в длину с места. В исследовании принимали участие две группы студенток по 13 человек в каждой, занимавшиеся физической культурой два раза в неделю.

Первая группа – девушки специализации плавание. Это категория девушек, которые прошли отбор, и подразумевается, что они когда-то занимались, или до сих пор занимаются спортом. Далее, в течение учебного года, они тренируются в бассейне и только в конце второго семестра выходят на стадион для сдачи контрольных нормативов.

Вторая группа – это девушки, которые занимаются ОФП. Их физическая активность ограничивалась лишь уроками физической культуры в школе. Эта группа формируется без отбора из поступившего контингента студенток. Данная группа в течение учебного года занимается развитием и тренировкой физических качеств на стадионе или в легкоатлетическом манеже.

В таблицах отображены средние результаты сдачи контрольных нормативов.

Таблица 1. – Исходные результаты тестов (1 семестр, сентябрь).

Группа	Тест			
	100м	2000 м	Прыжок	Пресс
Плавание	17,2	11,11	171	39
ОФП	18,7	14,13	155	32

Можно сделать вывод, что девушки, прошедшие отбор в группу плавания, поступили более подготовленными физически. Это связано с тем, что они в школьные годы, помимо уроков физической культуры, занимались спортом или другой двигательной деятельностью. У девушек группы ОФП уровень подготовки после школы слабее.

Таблица 2. – Результаты тестов за 3 года.

Курс	Группа	Тест			
		100м	2000 м	Прыжок	Пресс
1	Плавание	17,2	11,21	175	40
	ОФП	17,2	11,46	174	36
2	Плавание	17,2	11,20	179	40
	ОФП	17,2	11,28	175	41
3	Плавание	17,1	11,10	180	42
	ОФП	17,2	11,27	175	42

Выводы. Анализ результатов за три года свидетельствует о том, что показатели скоростных качеств (бег 100м) стабильны и не снижаются в первой группе. И, после резкого улучшения в конце первого курса, стабилизируются и во второй группе.

Показатели выносливости (бег 2000 м) улучшаются у группы ОФП на протяжении 1-2 курсов и остаются неизменными к концу третьего курса. В группе плавания результаты теста на выносливость ухудшились к концу первого курса и улучшились к концу третьего.

В таких видах, как прыжок в длину и упражнение на брюшной пресс, отмечается положительная динамика показателей на всех трех курсах в обеих группах.

Студентки группы плавания имеют более высокую исходную физическую подготовленность. Студентки группы ОФП демонстрируют более существенные сдвиги в показателях от первого к третьему курсу, но уровня девушек группы плавания все равно не достигают.

На вторых и третьих курсах у обеих групп в целом прослеживается стабилизация результатов. Скорее всего это происходит потому, что двухразовых занятий в неделю становится недостаточно. Организм адаптируется, прежняя нагрузка уже становится лишь поддерживающей. И для роста результатов и физической подготовленности необходимо увеличивать количество еженедельных занятий. В целом, регулярные занятия по дисциплине «Физическая культура» положительно отражаются на физическом состоянии студенток УдГУ.

ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ

Кардаш А.В. , Шрейнер И.Ю.

СибГУФК, Омск, Россия

Ключевые слова: информатизация, информационные технологии, информация, инновационные цифровые технологии, тренировочный процесс, волейбол, верхняя прямая подача.

Введение. Влияние информационных технологий на процесс подготовки и профессиональной деятельности специалиста, в том числе и в области физической культуры и спорта, тренера по волейболу, изучается по нескольким направлениям:

- выявление психолого-педагогических особенностей применения информационных технологий в системе образования, педагогических основ адаптации к информационным технологиям в образовании ;
- разработка системы охраны здоровья при использовании информационных технологий ;