

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТЮМЕНИ
УПРАВЛЕНИЕ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ
АДМИНИСТРАЦИИ ТЮМЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА:
АКТУАЛЬНЫЕ ВЫЗОВЫ И ОТВЕТЫ**

Материалы

*Международной научно-практической конференции,
посвященной памяти профессора В.Н. Зуева*



«Вектор Бук»
Тюмень 2020

УДК 37:796
ББК Ч511.00

Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: актуальные вызовы и ответы. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева. Тюмень: «Вектор Бук», 2020. - 452 с. илл.

В сборник научно-практических материалов Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора Валентина Никифоровича Зуева «Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: актуальные вызовы и ответы» вошли теоретические и практические разработки ученых, специалистов физической культуры и спорта, преподавателей, аспирантов и студентов высших учебных заведений не только России из Москвы, Санкт-Петербурга, Могилёв, Минска, Казани, Гомеля, Красноярска, Новосибирска, Омска, Ижевска, Сургута, Чайковский, Ханты-Мансийска, Томска, Ростова-на-Дону, Тюмени и других городов России; Белоруссии, Ирака, Казахстана.

В материалах конференции представлены работы по методологическим, педагогическим проблемам здоровьесформирования, подготовки спортивного резерва, медико-биологического сопровождения массовой физической культуры и спорта, физического воспитания населения Российской Федерации. Авторы уделяют внимание реализации федеральных проектов.

Сборник предназначен научным работникам, преподавателям вузов, аспирантам, педагогам и специалистам сферы физической культуры и спорта.

Под общей редакцией кандидата педагогических наук, доцента Е.В. Хромина; кандидата биологических наук, доцента Е.Т. Колунина; кандидата биологических наук, доцента В.И. Назмутдиновой, кандидата педагогических наук, доцента С.В. Дмитриевой, кандидата педагогических наук, доцента Т.Г. Котовой.

ISBN 978-5-91409-525-0

© Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования Тюменской области, 2020

© Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени, 2020

© Управление по спорту и молодежной политике Администрации Тюменского муниципального района, 2020

© ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет», 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

СПИСОК АВТОРОВ	20
----------------------	----

I. УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ: СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ И НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ КООПЕРАЦИЯ

РЕАЛИЗАЦИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДХОДОВ К УПРАВЛЕНИЮ КАЧЕСТВОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО СПОРТА В ГОРОДЕ ТЮМЕНИ	28
--	-----------

Алексеева М.В.

*Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города
Тюмени, г. Тюмень, Россия*

ПРОГРАММА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ГОСУДАРСТВЕННЫХ И НЕГОСУДАРСТВЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В ЕДИНОБОРСТВАХ	31
--	-----------

Войнич А.Л.¹, Чикуров А.И.¹, Сенникова М.А.¹, Царёв Е.Н.²

¹ *Сибирский Федеральный Университет, г. Красноярск, Россия,*

² *Спортивная школа по видам единоборств, г. Красноярск, Россия*

ОНЛАЙН СОРЕВНОВАНИЯ ПО КАРАТЭ: ПРЕИМУЩЕСТВА И ПЕРСПЕКТИВЫ	35
--	-----------

Гвалдин А.Ю.

*Ростовский государственный экономический университет (РИНХ),
г. Ростов-на-Дону, Россия*

ИЗУЧЕНИЕ МНЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ О ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВАХ ДЕТСКОГО ТРЕНЕРА И СПОРТСМЕНОВ-ПОДРОСТКОВ	39
---	-----------

Дмитриева С.В.¹, Носкова Л.Н.², Петрушенко А.В.¹

¹ *Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия*

² *«ОСШОР по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой», г. Тюмень, Россия*

ОБ УПРАВЛЕНИИ ЭКСТРЕМАЛЬНО-СПОРТИВНЫМИ СООБЩЕСТВАМИ ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ ПРОСТРАНСТВО В ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ	45
--	-----------

Иванов В.А.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

О ПЕРСПЕКТИВНЫХ МЕХАНИЗМАХ РАБОТЫ С ПОТЕНЦИАЛЬНЫМИ ИНВЕСТИТОРАМИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА	50
--	-----------

Краев А.А.

*Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города
Тюмени, г. Тюмень, Россия*

**ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И
СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ: ТОЧКИ РОСТА 54**
Лизавенко Е.Ю., Стародубцева И.В.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ИЗУЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ
ДЕТСКОГО ТРЕНЕРА ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ И БИАТЛОНУ 58**
Манжелей И.В.¹, Рыбина А.Я.², Носкова Л.Н.³

¹Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

*² Детско-юношеская спортивная школа Тюменского муниципального района,
г. Тюмень, Россия*

³«ОСШОР по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой», г. Тюмень, Россия

**УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ
ДЕТСКИХ ТРЕНЕРОВ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ И БИАТЛОНУ 62**
Манжелей И.В.¹, Чаюн Д.В.¹, Носкова Л.Н.²

¹Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

*²ГАУ ТО «ОСШОР по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой», г. Тюмень,
Россия*

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ КОМПЛЕКСА СПОРТИВНОГО МАРКЕТИНГА И
ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОЛЕЙБОЛЬНОГО
КЛУБА «САМОТЛОР»..... 66**

Насонов В.В.¹, Мальцев А.А.¹, Маняхин А.В.²

¹ Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

*² Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета, г. Тобольск, Россия*

**ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ КАДРАМИ СФЕРЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ХМАО-ЮГРЕ 73**
Обухов С.М., Лосев В.Ю., Обухова Н.Б.

Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

**ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА 76**
Петров П.К.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск, Россия

**ИЗУЧЕНИЕ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ
РУКОВОДИТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СВОЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ 80**

Халманских А.В.¹, Овчинникова Н.И.², Петрушенко А.В.¹

¹Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

² «ОСШОР по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой», г. Тюмень, Россия

**ТЕХНОЛОГИИ ИННОВАЦИОННОГО УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ 84**

Хромин Е.В.^{1,2}, Субботина С.В.¹

¹Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени;

² Тюменский государственный университет, г. Тюмень. Россия

**СТАНОВЛЕНИЕ ГИМНАСТИКИ КАК ВИДА СПОРТА
В ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ 89**

Чаюн Д.В.¹, Радугина Е.С.²

¹ Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

² Московская государственная академия физической культуры, Малаховка, Россия

**ОПЫТ РАЗРАБОТКИ МОТИВАЦИОННОГО ПРОЕКТА
«ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИТНЕС-ЧЕЛЛЕНДЖ «ПУЛЬС РОССИИ» .. 95**

Черепенин Е.В.¹, Харисов И.Д.²

¹ Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

² Общероссийская молодежная общественная организация «Ассоциация студенческих спортивных клубов России», г. Тюмень, Россия

**МЕХАНИЗМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА, РАБОТЫ
И ОТДЫХА НАСЕЛЕНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ГОРОДА ТЮМЕНИ) 100**

Шатохин А.Г., Соколкова С.В., Петрачук Ю.Е., Матвийчук Ю.В.

Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени, г. Тюмень, Россия

**ПРЕОДОЛЕНИЕ КОММУНИКАЦИОННЫХ ПРОБЛЕМ
ФУТБОЛЬНОГО КЛУБА ТЮМЕНЬ 105**

Ягудина Е.С., Краковецкая О. С.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КЛИКБЕЙТА В НОВОСТЯХ СПОРТА 108

Ягудин Р.Ш., М.А. Елгина

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

II. КОНТИНУУМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА ЛЕЧЕБНОГО ФАКУЛЬТЕТА С УЧЁТОМ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ В МЕДИЦИНСКИЙ ВУЗ ЗАПАДНОЙ СИБИРИ 112

Альберт Л.Н.¹, Назмутдинова В.И.²

¹Тюменский государственный медицинский университет, г. Тюмень, Россия

²Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ ПРАВИЛАМ СТРЕЛЬБЫ В БИАТЛОНЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СПЕЦИАЛЬНОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ» 116

Астафьев Н.В.¹, Колунин Е.Т.²

¹Тюменский институт повышения квалификации МВД России, Тюмень, Россия

²Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия,

e.t.kolunin@utmn.ru

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИИ ГАРМОНИЗАЦИИ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИГРОВЫХ ЗАДАНИЙ И ПОДВИЖНЫХ ИГР С ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМИ ЭЛЕМЕНТАМИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ 120

Батанцев Н.И.

Ханты-Мансийская государственная медицинская академия, г.Ханты-Мансийск, Россия

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ НОРМАТИВОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АРМЕЙСКИХ СПЕЦПОДРАЗДЕЛЕНИЙ... 125

Бородиневский Д. В.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ОПТИМИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ЖЕНЩИН 25-35 ЛЕТ 130

Бриль А.Е.

Южно-Уральский государственный университет (Национальный исследовательский университет), г. Челябинск, Россия

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... 133

Быков В.С.¹, Файзрахманова Р.Х., Аминова А.С.²

¹Тюменский государственный университет, г.Тюмень, Россия

²Южно-Уральский государственный, г. Челябинск, Россия

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ЗАВИСИМЫХ ПОДРОСТКОВ 137

Быстрова Н.В., Дереча И.И., Мамонтова Т.С.,

Панфилова О.В.¹, Селиванова О.А.²

¹Ишимский педагогический институт им. П.П. Еришова (филиал) Тюменского государственного университета, г. Ишим, Россия

²Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АКРОБАТИЧЕСКИМ РОК-Н-РОЛЛОМ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ В ПЕРИОД ВЫНУЖДЕННОЙ ИЗОЛЯЦИИ..... 140

Воробьева Ю.И.¹, Завьялова Т.П.²

¹Детско-юношеская спортивная школа «Прибой», г.Тюмень, Россия

²Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКА ЯМАЛЬСКОГО ДОМА ДЛЯ ДЕТЕЙ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ГОСУДАРСТВЕННОГО КАЗЕННОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЯМАЛО-НЕНЕЦКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА «ДЕТСКИЙ ДОМ «СИЯНИЕ СЕВЕРА»)..... 144

Гибудуллин Н.В., Сысоева М.В., Алексеев Н.С.

Государственное казенное учреждение ЯНАО «Детский дом «Сияние Севера» пос. Кировский, Исетский район, Тюменская область, Россия

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ, КАК СПОСОБ УКРЕПЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ МОЛОДЕЖИ..... 148

Гринин А.В., Семенова Е.Е.

Орловский государственный университет экономики и торговли, г. Орёл, Россия

САМООЦЕНКА СОСТОЯНИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ В СИСТЕМЕ САМОКОНТРОЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В УСЛОВИЯХ БЫСТРО МЕНЯЮЩЕГОСЯ МИРА 152

Додонова Л.П.¹, Додонов А.П.²

¹Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, г. Новосибирск, Россия

²Новосибирский военный институт национальной гвардии РФ, г. Новосибирск, Россия

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ БЕГ КАК ЕСТЕСТВЕННЫЙ СПОСОБ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ 156

Должикова Х.В., Зубарева Т.В.

*Орловский государственный университет экономики и торговли, г. Орел,
Россия*

**МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УПРАЖНЕНИЙ
ЙОГИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ..... 161**

Драговоз Л.А.

*Центр оздоровительной физической культуры Института физической
культуры Тюменского государственного университета, г. Тюмень, Россия*

**О ПРЕЕМСТВЕННОСТИ В ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА
В УСЛОВИЯХ СЕМЬИ И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ 165**

Зуева Т.Н.

*Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки
работников образования, г. Новосибирск, Россия*

**МОТИВАЦИОННАЯ ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНТОВ К СДАЧЕ НОРМ
КОМПЛЕКСА ГТО 168**

Ибрагимов И.Н.

Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень, Россия

**ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ И СДАЧИ
НОРМАТИВОВ ГТО ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА 170**

Иванова П.В.¹; Миглан П.И.¹; Деева Д.П.¹; Зайцева Н.О.²

¹Тюменский ГМУ Минздрава России, г. Тюмень, Россия

²МАДОУ д/с №176, г. Тюмень, Россия

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СОТРУДНИКОВ И
СЛУШАТЕЛЕЙ ТЮМЕНСКОГО ИНСТИТУТА ПОВЫШЕНИЯ
КВАЛИФИКАЦИИ СОТРУДНИКОВ МВД РОССИИ В 2020 ГОДУ.. 173**

Катаргин С.В., Андреев А.С.

*Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,
г. Тюмень, Россия*

**ОЦЕНКА ИНФОРМИРОВАННОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ОБ ОБЩИХ ОСНОВАХ ЗНАНИЙ,
СВЯЗАННЫХ С ВСЕРОССИЙСКИМ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫМ
КОМПЛЕКСОМ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО) 176**

Киласьев И.А., Семенов Л.А.

Сургутский государственный педагогический университет, г. Сургут, Россия

**ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА
ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА 180**

Киселева И.Н., Воробьева Е.В.

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), г. Иркутск, Россия

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОК ПРИ КОМПЛЕКСНОМ ВОЗДЕЙСТВИИ СРЕДСТВ ПИЛАТЕСА И СИЛОВОЙ АЭРОБИКИ..... 184

Кобец Е.А.

Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины, г. Гомель, Беларусь

РАЗВИТИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ 187

Кожедуб М.С., Дубровская В.Л.

Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины, г. Гомель, Республика Беларусь

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ У ШКОЛЬНИКОВ 10-11 ЛЕТ В РАМКАХ ВАРИАТИВНОЙ ЧАСТИ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 191

Котова Т.Г.¹, Григорьева Е.А.¹, Суздаев В.В.²

¹ *Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия*

² *Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 89, г. Тюмень, Россия*

«СИДЯЧАЯ ПАНДЕМИЯ» – НОВЫЙ ВЫЗОВ ЧЕЛОВЕЧЕСТВУ В ЭПОХУ ЦИФРОВОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ..... 195

Логинов С.И.

Сургутский государственный университет, г. Сургут, Россия

ПРОЕКТИРОВАНИЕ И КОНСТРУИРОВАНИЕ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ..... 199

Макеева В.С.

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма, г. Москва, Россия

КОНТИНУУМ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ КУРСАНТОВ ИНОСТРАННЫХ ГОСУДАРСТВ ВЫСШЕГО ВОЕННО-ИНЖЕНЕРНОГО КОМАНДНОГО УЧИЛИЩА В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ..... 203

Малков В. В.

Тюменское высшее военно-инженерное командное училище им. маршала инженерных войск А.И. Прошлякова, г. Тюмень, Россия

**ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ГЖЕЛЬСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ 206**

Медведкова Н.И., Медведков В.Д.

Гжельский государственный университет, Гжель, Россия

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ
ЛЮДЕЙ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ 208**

Миронова В.М., Казарина А.С.

*Уральский государственный университет физической культуры,
г. Челябинск, Россия*

**ОСОБЕННОСТИ ПЕРСПЕКТИВНОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
В ТВОРЧЕСКОМ ВУЗЕ 212**

Онучин Л.А., Архипова Ю.А.²; Терещенко А.С.¹

¹ *Санкт-Петербургский государственный институт кино и телевидения,
г. Санкт-Петербург, Россия*

² *Санкт-Петербургский государственный экономический университет,
г. Санкт-Петербург, Россия*

**ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНОГО ЧАСА В ГРУППЕ ПРОДЛЕННОГО
ДНЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ 216**

Осипенко Е.В.

*Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины, г. Гомель,
Беларусь*

**ВЛИЯНИЕ РЕЖИМА САМОИЗОЛЯЦИИ НА ДВИГАТЕЛЬНУЮ
АКТИВНОСТЬ МАЛЬЧИКОВ 9-10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В
ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ ФУТБОЛА 220**

Пестряков Н. Н.¹, Черкасов В.В.²

¹ *МАОУ Белярского района «Средняя общеобразовательная школа
им. И.Ф. Пермякова с. Полноват», Россия*

² *Тюменский государственный университет, Россия*

**ВКЛЮЧЕННОСТЬ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ В ПРОЦЕСС
ГРАЖДАНСКО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
СТУДЕНТОВ В СПОРТИВНОЙ СРЕДЕ ВУЗА 223**

Питулин А.В.

Тюменский госуниверситет университет, г. Тюмень, Россия

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗДОРОВЬЮ 227

Самарин А.В.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

ОБЗОР ПОДХОДОВ К ОПИСАНИЮ УСЛОВИЙ ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ..... 230

Селиванова О.А.

Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия

ОРГАНИЗАЦИЯ ШКОЛЬНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ 234

Симон Н. А.

Тюменский областной государственный институт развития регионального образования, г. Тюмень, Россия

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ..... 237

Татур А.В.¹; Татур В.А.²; Дергоусова Е.Н.³

¹*Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия*

²*Ульяновский институт гражданской авиации, г. Ульяновск, Россия*

³*Тюменский государственный медицинский университет, г. Тюмень, Россия*

ПРОФИЛАКТИКА МИОПИИ У СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ПОВЫШЕННОЙ ГИПОДИНАМИИ, СВЯЗАННОЙ С ПАНДЕМИЕЙ COVID-19 243

Турманидзе А.В., Турманидзе В.Г., Фоменко А.А., Виноградова Е.А.

Омский государственный университет имени Ф.М. Достоевского, г. Омск, Россия

ХАРАКТЕРИСТИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ВИДОВ ГИМНАСТИКИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19 247

Фоменко А.А., Григорьева И.А.

Омский государственный университет имени Ф.М. Достоевского, г. Омск, Россия

О ПРОМЕЖУТОЧНЫХ РЕЗУЛЬТАТАХ РЕАЛИЗАЦИИ МОДЕЛИ ИНТЕГРАЦИИ ОСНОВНОГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАК МЕХАНИЗМА РАЗВИТИЯ МАССОВОСТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ Г. ТЮМЕНИ)..... 251

Хромин Е.В, Борисевич С.А.

Департамент по спорту и молодежной политике Администрации города Тюмени, г. Тюмень, Россия

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОНТЕНТ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ОРГАНИЗАЦИИ ДИСТАНЦИОННОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ..... 256

Хромина С.И., Ластовляк В.А.

Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень, Россия

**СТИЛЬ РАБОТЫ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН
СПОРТИВНОГО ВУЗА В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО
ОБУЧЕНИЯ..... 261**

Цымбалюк Е.А.

*Учреждение образования «Белорусский государственный университет
физической культуры», г. Минск, Республика Беларусь*

**МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В
УСЛОВИЯХ РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ ОПЕРАТОРОВ УПРАВЛЕНИЯ НА
ВОЗДУШНОМ ТРАНСПОРТЕ (УВД)..... 264**

Шалупин В.И., Родионова И.А.

*Московский государственный технический университет гражданской авиации
(МГТУ ГА), Москва, Россия*

**КОНТИНУУМ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В
УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ 267**

Яковлев Д.С., Володин В.Н.

*Тюменское высшее военно-инженерное командное училище им. маршала
инженерных войск А.И. Прошлякова, г. Тюмень, Россия*

III. СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА: ИНТЕГРАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО И МЕДИКО- БИОЛОГИЧЕСКОГО КОНТЕНТА

**ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ БАСКЕТБОЛЬНОГО АРБИТРА У
БАКАЛАВРОВ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... 275**

Базилевич М.В.¹, Вийтович А.С.²

¹Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

²МАОУ ДО Детско-юношеская спортивная школа № 3, г. Тюмень, Россия

**РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДИК ТЕРАПИИ ПРИ
ТРАВМАХ И БОЛЯХ В СПИНЕ 279**

Баранхин О. В.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ЗНАЧИМЫЕ ПСИХОМОТОРНЫЕ СПОСОБНОСТИ
ДЛЯ УСПЕШНОСТИ ДОСТИЖЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО
РЕЗУЛЬТАТА В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ 283**

Белякова А.С.

*Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,
г. Омск, Россия*

**СООТНОШЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СРЕДСТВ
НА НАЧАЛЬНЫХ ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ
ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ 287**

Большой А.В.

*Томский государственный архитектурно-строительный университет,
г.Томск, Россия*

**ИЗУЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ СОМАТИЧЕСКИХ
ИЗМЕНЕНИЙ В ПОЛОВЫХ СОМАТОТИПАХ
У СПОРТСМЕНОК ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ БЕГОМ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ..... 290**

Бугаевский К.А.

Черноморский имени Петра Могилы, г. Николаев, Украина

**ЛАБОРАТОРНЫЕ И ПОЛЕВЫЕ ИСПЫТАНИЯ
В УПРАВЛЕНИИ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ ПЛОВЦОВ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ..... 294**

Вишневский В.А.

Сургутский государственный университет, г. Сургут, Россия

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ВЛИЯНИЯ СОСТОЯНИЯ НЕРВНО-МЫШЕЧНОЙ
СИСТЕМЫ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО
ПРОЦЕССА У ФУТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ 298**

Гертнер С. В., Борисова Т. В.

*Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск,
Россия*

**НАПРАВЛЕННОСТЬ СОВРЕМЕННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ МЕТОДИК
ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ НА ЛЫЖАХ С ТРАМПЛИНА 301**

Гибадуллин И.Г.

*Ижевский государственный технический университет имени
М.Т. Калашикова, Ижевск, Россия*

**ПРОБЛЕМНЫЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ НА СПОРТИВНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ В ВОЛЕЙБОЛЕ..... 304**

Горская И.Ю., Емельянова Е.Ю.

*Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,
г. Омск, Россия*

**ПЕРИОДИЗАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ
КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЕРОВ..... 308**

Григорян А.В., Большой А.В.

*Томский государственный архитектурно-строительный университет,
г. Томск, Россия*

**КОНТРОЛЬ ВЕСА СПОРТСМЕНОВ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ
ГИМНАСТИКЕ 312**

Гусева Е.В., Житкова Ж.С.

*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

**ЭКЗОГЕННАЯ КОРРЕКЦИЯ АНТИОКСИДАНТНОГО СТАТУСА
СПОРТСМЕНА: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ 314**

Григорьева Н.М.

*Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск,
Россия*

**УСТОЙЧИВОСТЬ К ГИПОКСИИ СПОРТСМЕНОВ
ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА 318**

Дрогомерецкая М.В.

*Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и
туризма, г. Казань, РТ, Россия*

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ И АДАПТАЦИОННЫХ
ВОЗМОЖНОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ, ИСПОЛЬЗУЯ
ХРОНОБИОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД 321**

Дуров А.М.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**РАСЧЕТНАЯ МОДЕЛЬ УГЛОВОЙ СКОРОСТИ ЗВЕНЬЕВ
БИОМЕХАНИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ НА БАЗЕ MS EXCEL 324**

Загrevский В.И.^{1,3}, Загrevский О.И.^{2,3}

¹*Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова, г. Могилев,
Беларусь*

²*Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия*

³*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

**СТАТИСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЙ ГИМНАСТОВ-
МУЖЧИН НА 49 ЧЕМПИОНАТЕ МИРА 328**

Загrevский В.И.^{1,3}, Загrevский О.И.^{2,3}

¹*Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова, г. Могилев,
Беларусь*

²*Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия*

³*Национальный исследовательский Томский государственный университет,
г. Томск, Россия*

**ОЦЕНКА ЭХОКАРДИОГРАФИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ
СПОРТА 331**

Засыпкина А.А.¹; Соловьева С.В.¹, д.м.н., доцент; Панин А.С.²

¹ Тюменский государственный медицинский университет, г. Тюмень, Россия

² Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ИЗУЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЖЕНЩИН 30-35
ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПО МЕТОДИКЕ ANIMALFLOW 335**

Кабанова Е.Ю., Симонова Е.А.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИТНЕСОМ У ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО
ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ИХ ГОРМОНАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ 338**

Колунин Е.Т., Шароварова М.А.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА НА ОСНОВЕ
КОНВЕРГЕНЦИИ СРЕДСТВ ГИМНАСТИКИ 342**

Колунин Е.Т.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ВЛИЯНИЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ НА
СКОРОСТЬ ВЫРАБОТКИ ДВИГАТЕЛЬНОГО НАВЫКА 346**

Кирейцев А.А., Мартусевич Н.О.

*Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова, г. Могилев,
Республика Беларусь*

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНИЙ НА
СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ
ЭТАПЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА 349**

Кулагина Р.А.

*Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,
г. Омск, Россия*

**ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С
НАСЕЛЕНИЕМ ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА НА
МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ 353**

Лапаева А. А.¹, Черкасов В.В.²

¹ МАУ ДО «ДЮСШ №2» города Тобольска, Россия,

²Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ: НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
КОНТЕНТ 357**

Лубышева Л.И.

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и студентов, г. Москва, Россия

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МОНИТОРИНГА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ВУЗА..... 363

Макунина О.А.

Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск, Россия

ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ДЗЮДОИСТОК НА ОСНОВЕ БЛОКОВОЙ ПЕРИОДИЗАЦИИ 366

Мальцева В.М., Зебзеев Вл.В., Зданович, О.С.

Чайковский государственный институт физической культуры, г. Чайковский, Россия

МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ САМБИСТОВ-ЮНИОРОВ..... 369

Мальцев Г.С., Козырева А.П.

Чайковский государственный институт физической культуры, г. Чайковский, Россия

ИЗУЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В КОНТЕКСТЕ ИХ ИГРОВОГО АМПЛУА..... 373

Миних М.И.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

СТРУКТУРА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЫГУНОВ В ДЛИНУ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ 376

Михайловский С.А.¹, Загrevский О.И.^{1,2}, Гусева Н.Л.¹, Воронов С.С.¹

¹*Научно-исследовательский Томский государственный университет, г. Томск, Россия*

²*Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия*

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ХОККЕИСТОВ 7-9 ЛЕТ 380

Назмутдинова В.И., к.б.н., доцент; Мельников А.А., Можегов А.В.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

НАДЕЖНОСТЬ ФИТНЕС ТЕСТА ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЖЕНЩИН В УСЛОВИЯХ ЮГОРСКОГО СЕВЕРА..... 384

Николаев А.Ю.

Сургутский государственный университет, г. Сургут, Россия

ВЛИЯНИЕ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЮНОШЕЙ ВУЗОВ 388

Прокопьев Н.Я.¹, Семизоров Е.А.², Ананьев В.Н.³, Хромина С.И.⁴

¹ Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

² Государственный аграрный университет Северного Зауралья, г. Тюмень, Россия,

³ Институт медико-биологических проблем РАН, г. Москва, Россия

⁴ Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень, Россия

ДИНАМИКА ЗНАЧЕНИЙ ИНДЕКСА КРЕМПТОНА У ЮНОШЕЙ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ Г. ТЮМЕНИ ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ НА ПЕРВОМ СЕМЕСТРЕ..... 394

Прокопьев Н.Я.¹, Семизоров Е.А.², Хромина С.И.³

¹ Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

² Государственный аграрный университет Северного Зауралья, г. Тюмень, Россия,

³ Тюменский индустриальный университет, г. Тюмень, Россия

ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ..... 399

Речапов Д.С., Марфенко А.Е.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИКИ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ 14-16 ЛЕТ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 403

Сметанина Н.П., Халманских А.В., Овчинникова Н.И.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

«ОСШОР по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой», г. Тюмень, Россия

РОЛЬ БАЗОВОЙ ТИПОЛОГИЧЕСКОЙ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В ФОРМИРОВАНИИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ 406

Ткачук А.А.¹, Беспалова О.А.², Колпаков В.В.

¹ Тюменский ГМУ Минздрава России, г. Тюмень, Россия

² АУ «ЮграМегаСпорт», г. Ханты-Мансийск, Россия

ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ 410

Троян Е.И.

Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России, г. Тюмень, Россия

**ОСОБЕННОСТИ КОЛИЧЕСТВЕННОЙ ДИНАМИКИ
СПЕЦИФИЧЕСКИХ ГРУПП ТРУДНОСТИ И БРОСКОВЫХ ДЕЙСТВИЙ
С ПРЕДМЕТАМИ В ХОДЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ГРУППОВЫХ
УПРАЖНЕНИЙ..... 413**

Удалова М.А., Болотин А.Э.

*Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена,
г. Санкт-Петербург, Россия*

*Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого,
г. Санкт-Петербург, Россия*

**УВЕЛИЧЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ СЛОЖНОСТИ КОМПОЗИЦИИ –
ОСНОВА СОВМЕЩЕНИЯ ПРЕДМЕТНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ ГИМНАСТОК В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ.. 421**

Удалова М.А., Болотин А.Э.

*Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена,
г. Санкт-Петербург*

*Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого,
г. Санкт-Петербург*

**РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В СЕВЕРНОЙ
МНОГОБОРЬЕ У ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ 426**

Филиппова Е.А., Симонова Е.А.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**АКТУАЛИЗАЦИЯ КОНТРОЛЯ ЛАТКТАТА У СПОРТСМЕНОВ В
ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ 430**

Харина И.Ф.¹, Звягина Е.В.¹, Латюшин Я.В.¹, Рахматиллаев Н.А.²

*¹Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск,
Россия*

² ЧООО «Федерация Роллер Спорта», г. Челябинск, Россия

**ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА У
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ..... 434**

Христов В.В.

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ
ГЕМОГЛОБИНА У СТУДЕНТОВ ГУОР, ЗАНИМАЮЩИХСЯ
ЦИКЛИЧЕСКИМИ И АЦИКЛИЧЕСКИМИ ВИДАМИ СПОРТА .. 438**

Черкашина А. Г., Макарова О.Г., Юрьева А. А.

*Федеральное Государственное Бюджетное Учреждение Профессиональная
Образовательная Организация Государственное Училище (Колледж)*

Олимпийского Резерва г. Иркутска, Россия

**СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ФОРМА
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ 441**

Чуфистов С.С.¹, Шатилович Л.Н.²

¹Детско-юношеский центр Вероника, г. Тюмень, Россия

²Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

**ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ
ОСНОВНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ДОСТИЖЕНИЕ ЮНЫМИ
ФУТБОЛИСТАМИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФССП ПО ВИДУ СПОРТА
ФУТБОЛ И НОРМАТИВОВ ШКОЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ..... 445**

Шаргаве А.Ш.

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск, Россия

**К ВОПРОСУ ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ ДЛЯ
РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП..... 449**

Шурыгина В.В., Подавалова М.А., Рахматуллина Э.А., Разумович А.А.:

*Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы,
г. Уфа, Россия*

6. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 года № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»». [Электронный ресурс]. – URL: <http://base.garant.ru/70675222/>

7. Скок Н.В. Туристическая подготовка школьников при реализации программы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса / Н.В. Скок, О.В. Янцер // Педагогическое образование в России. – 2014. – № 9. – С. 93-99.

8. María Rodriguez-Ayllon. Role of Physical Activity and Sedentary Behavior in the Mental Health of Preschoolers, Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis // Sports Medicine, 2019. –v/ 49, p. 1383-1410.

УДК 796.012

Шаргаве А.Ш.

ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ОСНОВНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ДОСТИЖЕНИЕ ЮНЫМИ ФУТБОЛИСТАМИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФССП ПО ВИДУ СПОРТА ФУТБОЛ И НОРМАТИВОВ ШКОЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Удмуртский государственный университет, г. Ижевск, Россия, vivaali12@gmail.com

***Аннотация.** Процесс развития физических качеств и способностей юных футболистов должен быть построен на основании комплексного подхода к применению средств основной гимнастики в тренировочном процессе. С учетом специфики футбола осуществляется подбор средств основной гимнастики, в основу которого легла классификация данных средств в соответствии с их влиянием на развитие конкретных физических качеств и двигательных способностей.*

***Ключевые слова:** комплексное использование, средства основной гимнастики, физическая подготовка, юные футболисты, средства основной гимнастики*

Shargawe A. S.

INFLUENCE OF COMPLEX USE OF MEANS OF BASIC GYMNASTICS ON ACHIEVEMENT BY YOUNG FOOTBALL PLAYERS OF INDICATORS OF FSST ON A SPORT SOCCER AND STANDARDS OF THE SCHOOL PROGRAM

Udmurt State University, Izhevsk, Russia, vivaali12@gmail.com

***Annotation.** To develop the physical qualities and abilities of young football players, a comprehensive approach to the use of basic gymnastics in the training process is necessary. Taking into account the specifics of football, the selection of basic gymnastics equipment was carried out on the basis of classification based on the development of specific physical qualities and motor abilities.*

***Keywords:** complex use, basic gymnastics equipment, physical training, young football players, basic gymnastics equipment*

Повышение мастерства спортсменов в значительной степени зависит от того, какие средства применяются в тренировочном процессе. Поэтому на этапах начальной подготовки и спортивной специализации особое значение приобретает использование разнообразных средств, которые бы способствовали расширению двигательного опыта и помогали развивать физические качества спортсменов. При этом средствами физической подготовки часто выступают упражнения из других видов спорта, включая средства гимнастики. Последние используются

многими специалистами в рамках тренировочного процесса для того, чтобы повысить его эффективность [3]

Средства гимнастики при правильной организации учебного процесса выступают как одни из самых эффективных и оказывающих значительное влияние на здоровье спортсменов, а также развитие их физических качеств [4]. Особый интерес представляет рассмотрение того целенаправленного воздействия, которое может оказывать гимнастика на развитие отдельных физических качеств у юных футболистов [5].

Для оценки степени соответствия физической подготовленности юных футболистов требованиям, представленным в федеральном стандарте спортивной подготовки (ФССП) по виду спорта футбол было проведено тестирование учащихся детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва футбольный клуб «Зенит-Ижевск». Анализ результатов данного тестирования показал, что по большинству контрольных испытаний учащиеся показали такие результаты, которые не соответствуют нормативным значениям [6].

Причиной подобных ситуаций, по мнению исследователей данной проблемы, является недостаточно продуманная и узконаправленная подготовка спортсменов уже в рамках начального этапа многолетней тренировки [3]. Поэтому особое значение начинает приобретать формирование базы общей и специальной подготовки таким образом, чтобы она способствовала достижению необходимых результатов посредством разнообразных упражнений и методик [1].

Для решения данной проблемы возможным становится использование средств основной гимнастики, которые в большинстве случаев специально разрабатываются с целью оказывать воздействие на физическую подготовленность и гармоничным образом развивать все органы и системы юных спортсменов. При этом исследования показывают, что есть прирост тестирования физической подготовленности и тесной взаимосвязи тестов с преимущественно гимнастической направленностью и тестов специальной физической подготовленности [2]. В этой связи представляет определенный интерес проведение классификации средств основной гимнастики, ориентированных на физическую подготовку юных футболистов на уроках физической культуры, рассматриваемых в едином комплексе с учебно-тренировочным процессом.

Оценка того, насколько эффективным может быть комплексное применение средств основной гимнастики в тренировочном процессе юных футболистов осуществлялась посредством проведения повторной диагностики по выделенным методикам. Полученные данные показали наличие существенных улучшений в экспериментальной группе как в показателях по тестам, предусмотренных программой по физическому воспитанию учащихся общеобразовательных школ, так и по нормативам ФССП по виду спорта футбол. Расчет достоверности различий между данными экспериментальной и контрольной группами посредством t-критерия Стьюдента для независимых выборок показал, что по всем тестам выявлены достоверные различия ($p < 0,05$).

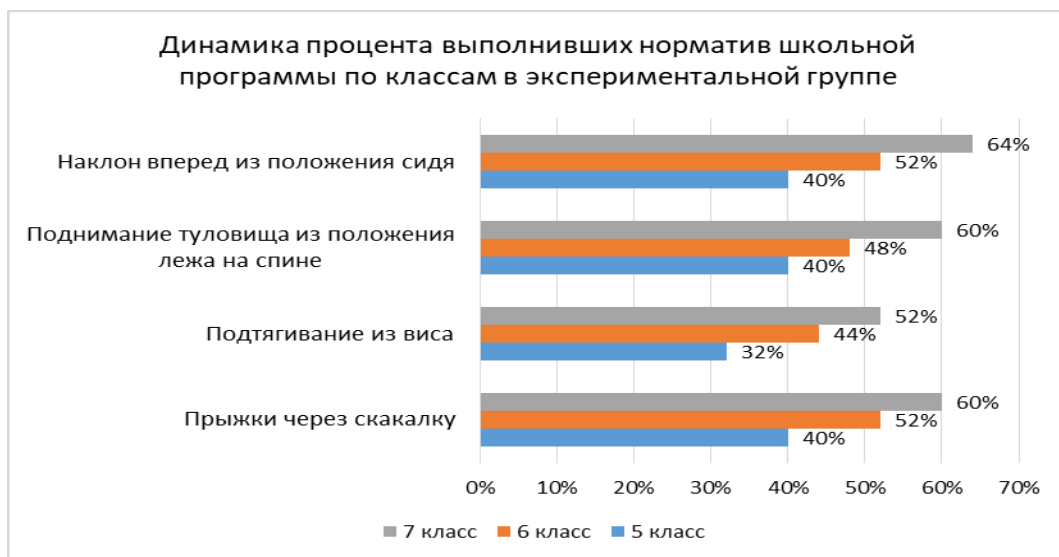


Рисунок 1 – Динамика изменения показателей выполнения нормативов школьной программы футболистами экспериментальной группы



Рисунок 2 – Динамика изменения показателей выполнения нормативов школьной программы футболистами контрольной группы

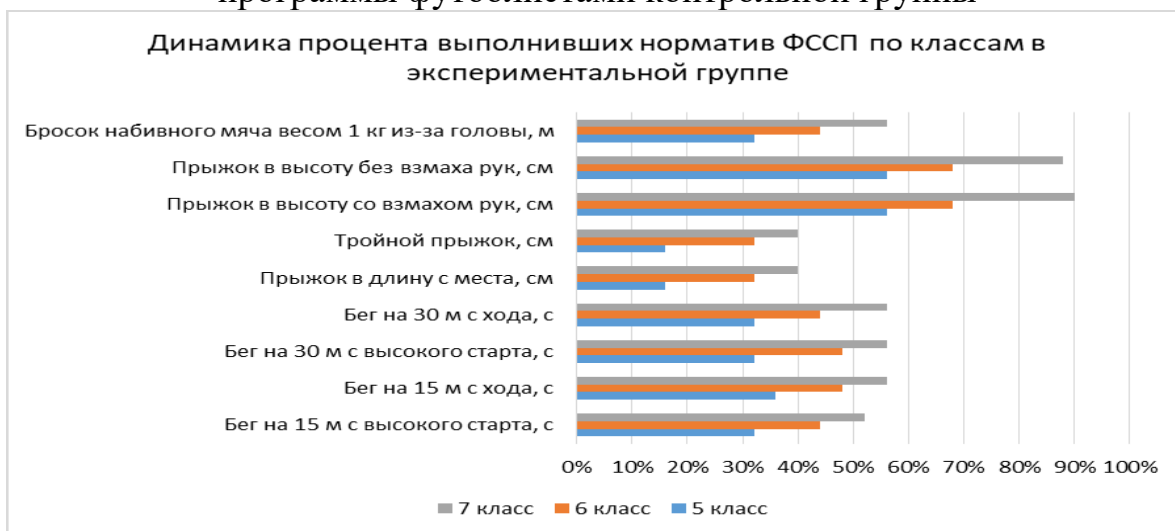


Рисунок 3 – Динамика изменения показателей выполнения нормативов ФССП футболистами экспериментальной группы

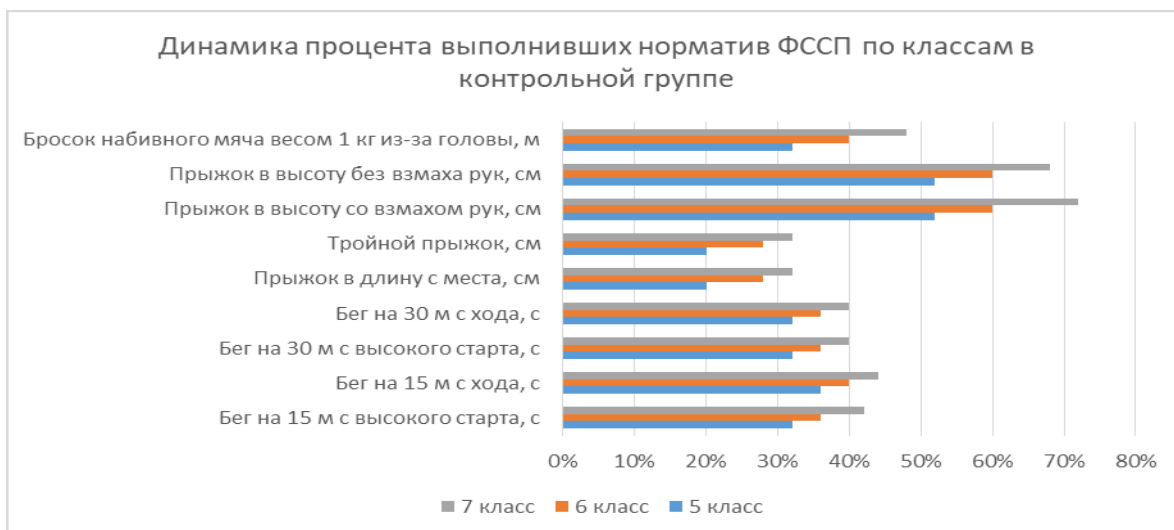


Рисунок 4 – Динамика изменения показателей выполнения нормативов ФССП футболистами контрольной группы

Выводы. Классификация гимнастических упражнений на основании их направленности и особенностей применения в процессе подготовки юных футболистов способствовала разделению упражнений на группы в соответствии с тем, какое влияние они оказывают на физические качества юных футболистов. Для оценки степени влияния комплексного использования средств основной гимнастики была проведена повторная диагностика уровня общей и специальной физической подготовленности юных футболистов. Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что построение тренировочного процесса таким образом способствует повышению его эффективности.

Литература

1. Губа, В. *Методология подготовки юных футболистов: учеб. -метод. пособие* / В. Губа, А. Стула. – Москва: Спорт: Человек, 2015. – 185 с.
2. Колунин, Е.Т. *Промежуточный анализ результатов конвергирования средств гимнастики в процесс начальной подготовки футболистов* / Е.Т.Колунин. // *Теория и практика физической культуры*. – 2017. – №12. – С. 78-82
3. Колунин, Е.Т. *Система конвергенции средств гимнастики в процесс начальной подготовки спортивного резерва* / Е.Т.Колунин. // *Теория и практика физической культуры*. – 2014. – №12. – С. 78-82
4. Петров, П. К. *Методика преподавания гимнастики в школе : Учеб. для студентов вузов* / П.К. Петров. – М. : Гуманит. издат. центр ВЛАДОС , 2003 (Вологда : ПФ Полиграфист). – 447 с.
5. Смолевский В.М. *О научно-методическом обосновании массовой гимнастики* // *Гимнастика: сборник статей*. – М. : ФиС, 1985. – С. 8-13
6. Шаргаве, А.Ш. *Анализ физической подготовленности юных футболистов на соответствие нормативным требованиям федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол* / А.Ш. Шаргаве, П.К. Петров. – Текст: непосредственный. // *«Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика»*. – 2017. – № 4. С.491-495