

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»

Учреждение образования
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ФРАНЦИСКА СКОРИНЫ»

**МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ
И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
ОСНОВЫ АДАПТАЦИИ,
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Сборник научных статей
XII Международной научно-практической конференции
(27—28 апреля 2023 г.)

*Мероприятие в рамках празднования
«100 лет — Министерство спорта»*



Воронеж
Издательско-полиграфический центр
«Научная книга»
2023

УДК 796:61
ББК 75.09
М42

Главные редакторы:

ректор ФГБОУ ВО «ВГАС», канд. пед. наук, профессор *А. В. Сысоев*;
зав. каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС», канд. биол. наук, доцент *И. Е. Попова*

Редакционная коллегия:

проректор по НИД ФГБОУ ВО «ВГАС»,
канд. пед. наук, профессор *О. Н. Савинкова*;
зав. каф. ТИМ ФК УО «ГГУим. Ф. Скорины»,
канд. пед. наук, доцент *Е. В. Осипенко*;
профессор каф. ТИМ ФК УО «ГГУ им. Ф. Скорины»
докт. пед. наук *Г. И. Нарский*;
доцент каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС»,
канд. биол. наук *С. С. Артемьева*;
доцент каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС»,
канд. биол. наук *Е. А. Дзурекова*;
доцент каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС», канд. мед. наук *А. В. Черных*;
профессор каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС»,
докт. техн. наук *С. А. Горбатенко*;
профессор каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС», докт. мед. наук *В. П. Федоров*;
профессор каф. МБ, ЕН и МД ФГБОУ ВО «ВГАС»,
докт. биол. наук *Н. Н. Попова*;
доцент каф. ГДР и ИЯ ФГБОУ ВО «ВГАС», канд. пед. наук *М. В. Ватутина*

Рецензент:

докт. биол. наук, профессор каф. генетики, цитологии и инженерии,
заместитель декана по научной работе медико-биологического факультета
ФГБОУ ВО «ВГУ» *В. Н. Калаев*

М42 **Медико-биологические** и педагогические основы адаптации,
спортивной деятельности и здорового образа жизни : сборник
научных статей XII Международной научно-практической конфе-
ренции / [под. ред. А. В. Сысоева, И. Е. Поповой]. — Воронеж :
Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2023. —
660 с. — ISBN 978-5-4446-1777-9. — Текст : непосредственный.

Материалы XII Международной научно-практической конференции включают
в себя теоретические, исследовательские и экспериментальные данные.

УДК 796:61
ББК 75.09

ISBN 978-5-4446-1777-9

© Коллектив авторов, 2023
© Изд. оформление.
Издательско-полиграфический центр
«Научная книга», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ 1 ОБЩИЕ И МОЛЕКУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА

ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА АДАПТАЦИЮ ОРГАНИЗМА ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПЕРЕНЕСШИХ COVID-19, К ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ <i>Батвинкин Т. И., Седых А. М.</i>	18
ВОДОРΟΣЛИ КАК ИСТОЧНИК БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ САХАРНОГО ДИАБЕТА <i>Боброва Е. Н., Мячина О. В., Карташова Н. М., Чепрасова А. А., Парфенова Н. В.</i>	24
ВЗАИМОСВЯЗЬ СТЕПЕНИ ВЫРАЖЕННОСТИ НАСЛЕДСТВЕННЫХ НАРУШЕНИЙ СОЕДИНИТЕЛЬНОЙ ТКАНИ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У СТУДЕНТОВ <i>Булыга В. В., Кручинский Н. Г., Шебеко Л. Л.</i>	28
О ВЛИЯНИИ ОБРАЗА ЖИЗНИ, АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ И ПРЕДПАТОЛОГИИ НА МОТИВАЦИЮ К СОРЕВНОВАНИЯМ <i>Волков В. К., Разворотнев А. А., Слюсарев Д. В., Якушева О. А.</i>	34
МАРКЕРЫ БЕЛКОВОГО ОБМЕНА В ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ <i>Волкова Е. С.</i>	40
ФОРМИРОВАНИЕ НЕКОТОРЫХ ВРОЖДЕННЫХ ПОРОКОВ УШНОЙ РАКОВИНЫ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ НАРУШЕНИЯХ КАРИОТИПА ЧЕЛОВЕКА <i>Горюшкина Е. С., Курбанов И. Б., Мячина О. В., Парфенова Н. В., Чепрасова А. А.</i>	43
РАСТЕНИЯ, ОБЛАДАЮЩИЕ АНТИГЕЛЬМИНТНЫМ ДЕЙСТВИЕМ <i>Иванюк В. В., Мячина О. В., Карташова Н. М., Чепрасова А. А., Парфенова Н. В.</i>	46
ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ. ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ <i>Корчиков С. Д.</i>	49

ПРИМЕНЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ВИДОВ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ ПРИ ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ МОЧЕКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ <i>Куц И. С., Мячина О. В., Карташова Н. М., Чепрасова А. А., Парфенова Н. В.</i>	53
СОВРЕМЕННОЕ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОТНОШЕНИЕ К ОЦЕНКЕ НОРМЫ И ПАТОЛОГИИ У СПОРТСМЕНОВ <i>Медвецкая Н. М., Кухновец Е. А.</i>	58
УСТОЙЧИВОСТЬ ПОЗЫ ПРИ РАЗНЫХ ВАРИАНТАХ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ТОЛКАНИИ ЯДРА <i>Михайлова Е. А.</i>	63
АДАПТАЦИОННЫЕ МЕХАНИЗМЫ В СОХРАНЕНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ <i>Обыденных Е. В., Мячина О. В., Щетинкина Н. А., Парфенова Н. В., Чепрасова А. А.</i>	66
ФИЗИЧЕСКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ И ОКИСЛИТЕЛЬНАЯ МОДИФИКАЦИЯ БЕЛКОВ В ДИНАМИКЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ТРЕНИРОВОК БАСКЕТБОЛИСТОК <i>Попова И. Е.</i>	70
СОЧНОПЛОДНЫЕ РАСТЕНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОГО ЧЕРНОЗЕМЬЯ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЯХ <i>Попова Н. Н., Мельник Е. Г.</i>	73
ФЛАВОНОИДНЫЕ РАСТЕНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОГО ЧЕРНОЗЕМЬЯ: ЭКОЛОГО-РЕСУРСНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ <i>Попова Н. Н., Михайлова Я. Ю.</i>	85
ПРИМЕНЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ВИДОВ РАСТЕНИЙ В ПРОФИЛАКТИКЕ КАРИЕСА <i>Собкалова Т. А., Мячина О. В., Карташова Н. М., Чепрасова А. А., Обыденных Е. В.</i>	92
ОПТИМИЗАЦИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЗЮДОИСТОВ ПОСРЕДСТВОМ РЕГУЛЯРНОГО ЗАЗЕМЛЕНИЯ <i>Стазаев Г. П., Зязин А. К., Сандраков М. С.</i>	95
ЭКОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНОЕ ПИТАНИЕ БОРЦА В ГОДИЧНОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ЦИКЛЕ <i>Стазаев Г. П., Орлов А. Р., Желтоуринов А. А.</i>	100

АЛКОГОЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ <i>Федоров В. П., Федорова Л. Ф., Гундарова О. П., Карпухин Г. А.</i>	104
РАННЯЯ РЕАКЦИЯ НЕЙРОНОВ МОЗЖЕЧКА НА МАЛЫЕ ДОЗЫ ИОНИЗИРУЮЩЕГО ИЗЛУЧЕНИЯ <i>Федоров В. П., Гундарова О. П., Кварацхелия А. Г., Маслов Н. В.</i>	110
ИНТЕРВАЛЬНАЯ ГИПОКСИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ <i>Чурикова Л. Н.</i>	117

СЕКЦИЯ 2
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ АДАПТАЦИИ И ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗОВАННЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ <i>Андреева Д. А., Тацциян А. А.</i>	122
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ И УРОВЕНЬ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ <i>Аринчина Н. Г., Аниськова О. Е.</i>	125
ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ И РАЗВИТИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В РЕЖИМНЫХ ПРОЦЕССАХ ДОУ <i>Артемяева Л. И., Бокова Н. Ю., Крутько Н. А.</i>	131
ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ <i>Баронина Е. Н., Артемяева Л. И.</i>	134
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ <i>Вонсович Л. В., Тихонов В. П.</i>	138
ДИНАМИКА СИЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗГИБАТЕЛЕЙ БЕДРА И ГОЛЕНИ У ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ <i>Ежова А. В., Князева М. Н.</i>	143
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ <i>Зверева Е. Л.</i>	148

ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ СТРЕСС (СТРЕСС ФАКТОР), КАК ЭФФЕКТ ИНТЕРФЕРЕНЦИИ В ВОДНОМ ПОЛО <i>Звягина Е. В.</i>	152
ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К РЕГУЛЯРНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ <i>Зданевич А. А.</i>	156
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ- ПЕРВОКУРСНИКОВ ВГАС <i>Зыкова Н. Ю.</i>	159
ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ У ДОШКОЛЬНИКОВ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ <i>Коковина Н. А.</i>	163
МЕТОДЫ АДАПТАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ С УЧЕТОМ ВОЗРАСТА СПОРТСМЕНОВ В ВИДАХ СПОРТА С РАННЕЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИЕЙ <i>Колеганова Э. О.</i>	167
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ <i>Крутько Н. А., Зотова Н. А., Игнатова Н. В.</i>	172
ВЕГЕТАРИАНСТВО, ЕГО ПЛЮСЫ И МИНУСЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ <i>Курах Ю. А., Кратина И. П., Волошин Д. Ю.</i>	175
СОВРЕМЕННЫЕ НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА <i>Максимова С. Ю.</i>	180
ОСОБЕННОСТИ МОНИТОРИНГА ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ <i>Манина Н. А., Корж Е. А., Максимова С. Ю.</i>	184
РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОБЫ НА ДИНАМИЧЕСКИЙ ПРАКСИС У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ <i>Петренко И. В., Сухова Н. Н., Константинова Н. И.</i>	188

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПАРАМЕТРОВ АДАПТАЦИИ В ПОКОЕ ЮНЫХ И КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЫГУНОВ В ВОДУ <i>Седоченко С. В., Савинкова О. Н.</i>	192
ПОДДЕРЖАНИЕ АКТИВНОГО И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ <i>Сьюзан Дин, Осман Татроков</i>	198
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 10—11 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАДМИНТОНОМ В ШКОЛЬНОМ СПОРТИВНОМ КЛУБЕ <i>Трегубова М. В., Кошурников К. Д.</i>	203
ДВИГАТЕЛЬНО-ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА <i>Тулинова Ю. Ю., Жидова Г. С.</i>	209
РЕЧЬ С ДВИЖЕНИЯМИ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА С ДОШКОЛЬНИКАМИ <i>Тюнина Т. И., Ульшина М. А.</i>	214
ПОКАЗАТЕЛИ УМСТВЕННОЙ РАБОТСПОСОБНОСТИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ НА ВУЗОВСКОМ ЭТАПЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ <i>Ушакова И. А.</i>	217
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ <i>Федюкин А. В., Панфилова В. А., Зарочинцева З. Л.</i>	220
ВЛИЯНИЕ ЭКОЛОГИИ И КУЛЬТУРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ НА ИХ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ <i>Черкасова А. В., Маер В. В.</i>	224
ИГРА НА ДУХОВЫХ ИНСТРУМЕНТАХ КАК ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ <i>Чернов Т. Н., Магун Т. Я., Чаплыгина Е. В.</i>	230
О ФАКТОРАХ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Яковлева Е. В.</i>	234

АРТ-ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ОПТИМИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СПОРТИВНОЙ КОМАНДЕ <i>Ярмонова А. А.</i>	239
ТРЕВОЖНОСТЬ У ДЕВУШЕК СТУДЕНТОК С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ <i>Ярмонова А. А.</i>	243
ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ <i>Ячменев С. П., Зиннатов Р. Р.</i>	248

СЕКЦИЯ 3
ТРАДИЦИОННЫЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, РЕАБИЛИТАЦИИ И РЕКРЕАЦИИ

ARGENTINE SPORTS FEDERATION FOR ATHLETES WITH DOWN SYNDROME <i>Claudio Alarcon</i>	254
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ВОСТОЧНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ <i>Артемяева С. С., Двурекова Е. А.</i>	258
ТЕХНОЛОГИИ ТЕСТИРОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ II СТЕПЕНИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ <i>Банчевская А. А., Калюжин В. Г.</i>	265
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ФИТНЕС-ПРОГРАММЫ «СТРЕТЧИНГ» НА ЗАНЯТИЯХ С ЖЕНЩИНАМИ 25—30 ЛЕТ <i>Беликова Е. Р., Ретюнских М. Е.</i>	270
РОЛЬ РЕКРЕАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ <i>Биналиев А. Т., Багова А. Ю.</i>	274
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ <i>Бояркина С. В., Макушина Г. Н., Макушин А. Е.</i>	278

ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ У ЖЕНЩИН С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА В УСЛОВИЯХ ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ <i>Бугаец Я. Е.</i>	283
СИЛОВЫЕ ТРЕНИНГИ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОК ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ <i>Венгерова Н. Н.</i>	287
ТРЕБОВАНИЯ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА <i>Владимирова О. Б., Крицына М. А., Пономарева Н. П.</i>	292
ДИНАМИКА РЕЗУЛЬТАТОВ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КООРДИНАЦИИ ТХЭКВОНДИСТОВ 10—12-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА <i>Воронцов В. В., Карматских А. А.</i>	295
КВЕСТ-ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ <i>Грасс Т. Ф., Кандаурова Е. Ю.</i>	300
ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ЕДИНОБОРЦЕВ ПОСЛЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО СНИЖЕНИЯ МАССЫ ТЕЛА <i>Губин О. В., Багиров Р. Р., Котельников М. А., Цуканов Д. А.</i>	304
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА <i>Гуркина А. П., Королева Л. В.</i>	311
ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА <i>Дворянинова Е. В., Корнейчук А. Ю.</i>	314
ХОРЕОТЕРАПИЯ КАК НЕТРАДИЦИОННОЕ СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ <i>Захарова А. И., Бучацкая И. Н., Прянишникова О. А.</i>	321
ИЗУЧЕНИЕ ВОПРОСА МОТИВАЦИИ ЖЕНЩИН СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕС-ВОЛЕЙБОЛОМ <i>Иванова О. А.</i>	327

МИОФАСЦИАЛЬНЫЙ РЕЛИЗ В СИСТЕМЕ КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ <i>Казанцева Т. В.</i>	333
ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕВУШЕК СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА <i>Калугина Г. К.</i>	340
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ВОСПИТАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ II СТЕПЕНИ <i>Калюжин В. Г., Банчевская А. А.</i>	345
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ВОСПИТАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ <i>Калюжин В. Г., Кедышко В. В.</i>	351
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ С НЕЙРОСЕНСОРНОЙ ТУГОУХОСТЬЮ <i>Калюжин В. Г., Коновалова А. О.</i>	355
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ КАРДИОТРЕНИРОВОК НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА (НА ПРИМЕРЕ ХОДЬБЫ И БЕГА) <i>Карлова Н. А., Карлов С. И.</i>	361
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ <i>Кедышко В. В., Калюжин В. Г.</i>	367
МОТИВАЦИОННАЯ ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ ЗАНЯТИЙ ВОЛЕЙБОЛОМ ПОД ВЛИЯНИЕМ МЕДИЙНОГО ПРОСТРАНСТВА НА ПРИМЕРЕ АНИМЕ <i>Ковалева М. Л., Олейникова А. А.</i>	371
ТЕХНОЛОГИИ ТЕСТИРОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С НЕЙРОСЕНСОРНОЙ ТУГОУХОСТЬЮ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ <i>Коновалова А. О., Калюжин В. Г.</i>	375

КОМПОНЕНТЫ ТЕХНОЛОГИИ ЗАНЯТИЙ АКВАФИТНЕСОМ ДЛЯ ЛИЦ С ПОДА КЛАСС А-8 <i>Липовка А. Ю.</i>	379
СРЕДСТВА ВОССТАНОВЛЕНИЯ В СПОРТЕ <i>Матюк А. И., Ленъшина М. В., Белоножкина И. Б.</i>	382
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ПЛАВАНИЯ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ 19—21 ЛЕТ С ПРОБЛЕМАМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА <i>Овеян С. А., Мкртчян Н. А.</i>	387
ПРОФИЛАКТИКА ГИПОДИНАМИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА <i>Овсянникова Л. А., Иванова О. А.</i>	392
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ БИОМЕХАНИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРИ ПОСТРОЕНИИ РАЗМИНОЧНОЙ ЧАСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВМ В ФУТБОЛЕ <i>Павликов В. С., Калинин Е. М.</i>	397
СРАВНЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОДНОКРАТНОЙ И СЕРИЙНОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ СТИМУЛЯЦИИ СПИННОГО МОЗГА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ <i>Пухов А. М.</i>	403
ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ А. Н. СТРЕЛЬНИКОВОЙ У ЛИЦ, ПЕРЕНЕСШИХ ПНЕВМОНИЮ В ПЕРИОД ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ОКНА <i>Садыкова С. Н., Пономарева Т. А.</i>	408
ВЛИЯНИЕ СИЛОВЫХ ТРЕНИРОВОК С ОГРАНИЧЕНИЕМ КРОВОТОКА НА АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ И ВЫРАЖЕННОСТЬ ПРОЯВЛЕНИЙ МЕТАБОЛИЧЕСКОГО СИНДРОМА У ЛИЦ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЕМ <i>Сверчков В. В., Быков Е. В.</i>	413
ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ МЕТОДИ- КИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ИНТЕРЕС СТУДЕНТОВ <i>Степченкова О. П., Родичкин П. В., Яцковец А. С., Фокин А. М.</i>	419

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОГЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ СТРЕЛКОВ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО–ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА <i>Таламова И. Г., Початкова Н. С.</i>	425
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕС ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ДЕВУШЕК-СТУДЕНТОК <i>Федюкина В. Г., Уткин М. Н., Шаганов С. Ю.</i>	430
ИССЛЕДОВАНИЕ ПРИЧИН ТРАВМАТИЗМА В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОФИЛАКТИКИ <i>Цукур А. Е., Тащиян А. А.</i>	435
ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ <i>Чаднова Е. А., Пономарева А. В.</i>	443
ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ВГУ <i>Чекалина Н. В., Яковлева Л. В., Ефанова Ю. Ю.</i>	448
ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ В КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ СКЕЛЕТНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА <i>Чечетин Д. А.</i>	451
ВЛИЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА АДАПТИВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ СТУДЕНТОК С ОГРАНИЧЕННЫМИ ОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ <i>Шумихина И. И., Гуштурова И. В.</i>	458
ХАРАКТЕРИСТИКА УПРАЖНЕНИЙ САЙКЛИНГА <i>Янкина Е. А., Биндусов Е. Е., Овсянникова М. А.</i>	464

СЕКЦИЯ 4
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-
ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Балашова В. П., Астрейко Н. Н.</i>	470
---	-----

ВЛИЯНИЕ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА ТАКТИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ В БОРЬБЕ САМБО <i>Гвоздевых Ю. С.</i>	475
ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ ЭКЗАМЕН ПРИ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Григорьев О. А., Стеблецов Е. А., Болдырев И. И.</i>	478
ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ДИНАМИКА РЕЗУЛЬТАТОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СИЛЬНЕЙШИХ БОКСЕРОВ РОССИИ ОТ 19 ЛЕТ ДО 21 ГОДА НА ЮНОШЕСКОМ, ЮНИОРСКОМ И ВЗРОСЛОМ УРОВНЕ <i>Григорьев П. С., Гуштурова И. В.</i>	483
РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ МЕТОДИК ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ <i>Демчук Т. С., Вирковская Н. А.</i>	490
ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ <i>Деркачева Н. П., Мозунова М. Н., Анисимова Е. О.</i>	494
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДИАГНОСТИКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА <i>Евсикова Н. Ю., Бондаренко И. В., Пономарева Н. П.</i>	497
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ ПО ЗИМНЕМУ ТРОЕБОРЬЮ <i>Иванова М. О.</i>	500
ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОЦИАЛИЗАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ <i>Кротова В. Ю., Глухов С. А., Сальников А. В., Филоненко Л. В.</i>	506
ФОРМЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ МУЗЫКАНТОВ <i>Карлова Е. С., Карлов С. И.</i>	512
ПРАВИЛА ЭФФЕКТИВНЫХ ТРЕНИРОВОК ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ <i>Колесниченко Н. А., Ярцев Д. С., Смола А. В.</i>	516
ПРЕОДОЛЕНИЕ РВА НА ЕДИНОЙ ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ <i>Колесниченко Н. А., Смола А. В., Обьедков А. А.</i>	522

КОРРЕКЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С РАСТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОГО СПОРТА <i>Королев П. Ю., Пушкин С. А., Волкова Е. И., Байрамова И. В.</i>	526
РОЛЬ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ХОДЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ СОТРУДНИКА ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ <i>Никифоров С. В., Кудрявцева В. В.</i>	531
СПОРТИВНОЕ ЗИМНЕЕ ПЛАВАНИЕ: ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ, ХАРАКТЕРИСТИКА СОВРЕМЕННЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ОЛИМПИЙСКИХ ПЕРСПЕКТИВ <i>Лазарчик М. И., Апоник Ю. А.</i>	533
ОЦЕНКА СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОРЦОВ 9—11 ЛЕТ НА ОСНОВЕ ТЕНЗОДИНАМОМЕТРИИ <i>Латышев А. В.</i>	538
КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ НА ОСНОВЕ ПСИХОТИПОВ ЛИЧНОСТИ В СЛОЖНО-КООРДИНА- ЦИОННЫХ ВИДАХ СПОРТА <i>Лихачёва В. М.</i>	546
ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАД- НАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК СРЕДСТВО БЫСТРОГО ОСВОЕНИЯ БУДУЩЕЙ СПЕЦИАЛЬНОСТИ <i>Лучинович Л. А.</i>	549
ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И УСТОЙЧИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ К СТРЕССУ <i>Манченко Д. С., Филоненко Л. В.</i>	555
ИСХОДНЫЙ УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК 1 КУРСА МОГИЛЕВСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ А. А. КУЛЕШОВА <i>Мискевич Т. В., Савицкая О. В.</i>	561
CURRENT PROBLEMS OF IMPROVING THE ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION OF YOUTH OF THE SOCIALIST REPUBLIC OF VIETNAM <i>Nguyen Thai Son (Vietnam), Karavanov A. A., Chernykh A. V., Tikhonchuk A. A., Avdzhyan R. R., Egorov V. Y.</i>	566

PSYCHOPHYSIOLOGICAL ASPECTS OF MILITARY-PROFESSIONAL ACTIVITY <i>Sabane Aruna (Mali), Karavanov A. A., Kholodov O. M., Tikhonchuk A. A., Romanov M. V., Lomako E. A.</i>	572
ВОЕННО-ПРИКЛАДНАЯ ПОДГОТОВКА КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ И РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ <i>Сергатских Е. А., Ковалев Я. М., Балалаев А. А., Филоненко Л. В.</i>	579
ОПРЕДЕЛЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗА ТВОРЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ <i>Сомкин А. А.</i>	585
ПЕРСПЕКТИВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЧАСТОТЫ И ТОЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ РУК ХОККЕИСТОВ (ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ) <i>Шшиков И. Ю., Покрина О. В., Осадченко И. В.</i>	592
ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СОТРУДНИКОВ ПРИ ПРИНЯТИИ НА СЛУЖБУ В ОРГАНЫ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ <i>Ячменев С. П., Ерин К. А.</i>	596

СЕКЦИЯ 5 ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>Аксенов В. П., Григорьев О. А., Болдырев И. И.</i>	604
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ <i>Акулова К. Ю., Нагорных К. И.</i>	610
ПРИМЕНЕНИЕ РНУТОН ДЛЯ АНАЛИЗА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В БАСКЕТБОЛЕ 3×3 <i>Андреанова Р. И., Леньшина М. В., Разворотнева О. А., Леньшина Л. И.</i>	613

РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТЕ НА ПРИМЕРЕ «СШ-15 ТОРПЕДО» ВОРОНЕЖ <i>Анисимова Е. О., Деркачева Н. П.</i>	617
ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ СПОРТА <i>Горбатенко С. А., Горбатенко В. В., Даценко Н. В.</i>	620
ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОСВОЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ «БИОЛОГИЯ» ДЛЯ УСПЕШНОГО ПРОХОЖДЕНИЯ ЕДИНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА И ПОСТУПЛЕНИЯ В ВУЗ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Гурина А. А., Перунов Ю. А.</i>	626
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ОБЩЕЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В БЕГОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ У ГРЕБЦОВ-СТУДЕНТОВ <i>Жуков С. Е., Болотников И. А., Филиппович А. В.</i>	633
ЭФФЕКТИВНЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОУ ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИКТ <i>Колесникова И. В., Носова С. А.</i>	638
ТЕХНОЛОГИЯ ТЕСТИРОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ХОККЕИСТОВ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ МАНЕВРИРОВАНИЙ <i>Напалков К. С., Медведев В. Г.</i>	643
ИССЛЕДОВАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО АРСЕНАЛА ВЕДУЩИХ КИКБОКСЕРОВ В РАЗДЕЛЕ ПОИНТФАЙТИНГ (ПО ДАННЫМ АНАЛИЗА ВИДЕОМАТЕРИАЛОВ СОРЕВНОВАНИЙ) <i>Потеряхин А. А., Кондаков В. Л.</i>	649
ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ РЕАЛИЗАЦИИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ <i>Федюкин А. В., Каратеева В. И., Елисова А. Ю.</i>	655

Литература

1. Навигатор по Future Skills : Дистанционный курс Академии Ворлдскиллс Россия [Электронный ресурс]. — URL: <https://worldskillsacademy.ru/#/programs/10/competences-expert>.

2. Эксперт демонстрационного экзамена по стандартам Ворлдскиллс : Дистанционный курс Академии Ворлдскиллс Россия [Электронный ресурс]. — URL: <https://worldskillsacademy.ru/#/programs/8/competences-expert>.

3. Сайт Национальной сборной России по профессиональному мастерству [Электронный ресурс]. — URL: <https://nationalteam.worldskills.ru>.

4. Сайт Союза Ворлдскиллс Россия [Электронный ресурс]. — URL: <https://worldskills.ru>.

УДК 796.082.1

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ДИНАМИКА РЕЗУЛЬТАТОВ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СИЛЬНЕЙШИХ БОКСЕРОВ РОССИИ ОТ 19 ЛЕТ ДО 21 ГОДА НА ЮНОШЕСКОМ, ЮНИОРСКОМ И ВЗРОСЛОМ УРОВНЕ

П. С. Григорьев

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Юный Динамовец»

И. В. Гуштурова

Удмуртский государственный университет

Ключевые слова: бокс, juniory, спортивные результаты, многолетняя спортивная подготовка.

Аннотация: определение оптимального возрастного периода для начала ориентации спортсмена на спорт высших достижений является ключевым вопросом эффективного планирования на долгосрочный период.

В литературе интересующий нас вопрос лишь косвенно затрагивается в исследовании, основанном на опросе специалистов о том, в каком возрасте оптимально начинать боксерские тренировки. Полученные данные

свидетельствуют, что возраст 12—14 лет (особенно 13 лет) представляется многим респондентам наиболее подходящим [2, 6].

В настоящее время юные боксеры начинают заниматься значительно раньше, а в 13—14 лет уже соревнуются на первенствах России.

Цель исследования. Исследование индивидуальной динамики результатов соревновательной деятельности боксеров на юношеском, юниорском и взрослом уровне. Были поставлены задачи: 1. Провести анализ преемственности результатов выступлений на первенствах и чемпионатах России сильнейших боксеров от 19 лет до 21 года на юношеском, юниорском и взрослом уровне. 2. Определить возраст, в котором целесообразно начало ориентации спортивной подготовки на достижение наивысших результатов при высокой вероятности сохранения стабильности во взрослом возрасте.

Методы и организация исследования. Исследованы судейские отчеты о проведении первенств России по боксу с 2015 по 2021 г., чемпионатов России по боксу с 2020 по 2022 г., содержащие результаты выступлений боксеров. Исследованы результаты выступлений 46 боксеров 2001—2003 г. р., которым на момент проведения чемпионата России 2022 года было от 19 лет до 21 года (по году рождения). Данная возрастная группа представляет собой переходный этап от возрастной зоны первых больших успехов (ограничивается 18—20 годами) к зоне наивысших спортивных результатов в боксе — от 21 года до 26 лет [1, 3].

Результаты исследования и их обсуждение. Многие вопросы, напрямую или косвенно влияющие на спортивные результаты, такие как социальные, экономические или политические причины, не могли быть учтены в исследовании, поскольку оценить их вклад в полученные результаты на основании анализа отчетов не представляется возможным.

В работе исследовалась динамика результатов выступлений юных боксеров 2001—2003 года рождения на первенствах и чемпионатах России по боксу. Результаты представлены в таблицах 1—3.

По нашим данным, удельный вес сильнейших боксеров 2001—2003 г. р. среди боксеров всех возрастов составляет 19,4 %.

Анализ представленных в таблицах 1—3 результатов показывает, что 26 % юных боксеров начинают показывать стабильно высокие результаты достаточно рано, уже по достижении 13—14 лет.

Достаточно большой удельный вес группы боксеров, добившихся успехов в 13—14 лет, на первый взгляд, может привести к выводу о необходимости углубления спортивной специализации уже в этом возрасте.

Однако раннее проявление высокого мастерства в ринге и стабильность результатов в спортивной биографии боксеров свидетельствуют, по нашему мнению, об одаренности этих спортсменов, а не о необходимости форсирования подготовки в этой возрастной зоне. Особенно ярко иллюстрируют это спортсмены Ш. В. и Б. Д., побеждавшие практически во всех возрастных группах и неоднократно выигрывавшие взрослые чемпионаты страны уже в возрасте от 19 лет до 21 года.

Таблица 1

*Результаты выступлений боксеров 2001 года рождения
на первенствах и чемпионатах России по боксу*

	Ф.И.	13—14 2015	15—16 2016	15—16 2017	17—18 2018	17—18 2019	19—40 2020	19—40 2021	19—40 2022
1	Н.А.	-	-	5	2	-	3	5	-
2	М.Е.	-	-	5	-	3	5	3	-
3	Ш.В.	1	3	1	1	1	1	1	1
4	К.Г.	-	-	-	-	-	5	-	-
5	М.У.	-	-	5	3	1	3	-	-
6	Ш.И.	-	-	1	-	1	2	1	-
7	Б.Д.	5	-	5	1	1	1	1	2
8	Б.К.	-	-	-	-	5	-	1	-
9	Б.В.	-	-	3	-	5	-	5	3
10	Г.И.	5	-	-	-	5	-	5	-
11	К.Е.	-	-	5	-	-	-	1	2
12	С.С.	1	-	1	-	5	-	3	-
13	Г.Э.	-	-	5	3	-	-	5	-
14	А.К.	5	5	2	-	-	-	5	-
15	Д.А.	3	5	2	1	1	-	3	-
16	Ш.Д.	-	-	3	5	2	-	5	-
17	О.К.	-	-	-	-	3	-	-	3
18	М.А.	-	5	-	5	2	-	-	3
19	Б.Я.	1	5	3	-	-	-	-	5
20	Ш.Б.	-	-	2	-	2	-	-	5

Таблица 2

*Результаты выступлений боксеров 2002 года рождения
на первенствах и чемпионатах России по боксу*

	Ф.И.	13—14 2015	13—14 2016	15—16 2017	15—16 2018	17—18 2019	17—18 2020	19—40 2021	19—40 2022
1	Н.Д.	-	-	-	3	1	-	5	5
2	Е.Т.	-	-	-	-	-	-	5	-
3	У.Н.	-	-	-	-	5	-	5	-
4	Г.М.	-	-	-	-	-	5	5	-
5	Б.А.	-	-	-	-	-	-	5	-
6	М.Н.	-	1	1	-	1	3	5	-
7	З.Д.	5	1	3	1	1	2	3	-
8	А.Ч.	-	-	3	1	-	1	5	-
9	К.В.	-	1	5	2	2	2	5	-
10	Х.Р.	-	-	-	-	5	3	5	-
11	Д.И.	-	-	-	-	-	-	5	-
12	А.А.	-	-	-	-	-	-	-	3
13	Т.Г.	-	-	-	-	-	5	-	5
14	Б.Р.	-	-	-	-	3	1	-	3
15	Х.М.	-	-	-	3	3	-	-	5
16	М.И.	-	-	-	-	-	-	-	3
17	Д.Р.	-	-	-	1	3	1	-	5

Таблица 3

*Результаты выступлений боксеров 2003 года рождения
на первенствах и чемпионатах России по боксу*

	Ф.И.	13—14 2016	13—14 2017	15—16 2018	15—16 2019	17—18 2020	17—18 2021	19—40 2021	19—40 2022
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	А.А.	-	5	-	3	5	5	5	-
2	М.С.	-	-	-	-	-	-	-	5
3	Г.М.	-	1	1	1	2	2	-	5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	А.Е.	-	-	-	-	-	-	5	5
5	М.М.	-	-	-	-	-	-	-	5
6	Ш.А.	-	-	-	-	-	5	5	5
7	С.Т.	-	-	-	-	-	-	5	3
8	Д.Н.	-	-	-	-	-	-	5	5
9	Р.Н.	-	-	-	3	-	-	5	3

Примечание: Где: 13—14 — первенство России среди юношей 13—14 лет; 15—16 — первенство России среди юношей 15—16 лет; 17—18 — первенство России среди юниоров 17—18 лет; 19—40 — чемпионат России среди мужчин;

2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022 — год проведения первенства или чемпионата России;

«-» — спортсмен не принимал участия в соревновании либо не вошел в восьмерку сильнейших;

1, 2, 3, 5 — место, завоеванное спортсменом по итогам первенства или чемпионата России. По правилам вида спорта «Бокс» на первенствах или чемпионатах России спортсменам, проигравшим на стадии 1/2 финала, присуждаются третьи места (2 третьих места), спортсменам, проигравшим на стадии 1/4 финала, присуждаются пятые места (4 пятых места).

Это положение подтверждается и высоким процентом (24 %) юных боксеров, которые не имели успешных выступлений на первенствах России в младших возрастных категориях, но по достижении возраста 19—21 года, успешно выступают на взрослых чемпионатах России.

По данным анализа, наибольшая доля — 33 % юных боксеров, успешно выступавших на чемпионатах России, начинают показывать стабильно высокие результаты по достижении 15—16 лет и, что очень важно, сохраняют их и в последующем на взрослом уровне.

Наименьший процент спортсменов — 17 %, успешно выступавших на взрослых чемпионатах России, начинают показывать высокие результаты достаточно поздно, по достижении 17—18 лет, т. е. в юниорском возрасте.

Статистический анализ результативности выступлений юных боксеров в отрыве от возрастных особенностей организма спортсменов не позволит правильно интерпретировать результаты и должен обязательно

но проводиться во взаимосвязи с концепциями теории и методики спорта и возрастной физиологии.

Возраст 13—14 лет охватывает 1-ую фазу пубертатного периода, в которой наблюдаются наиболее высокие темпы прироста длины тела, быстроты и скоростно-силовых способностей, ловкости, а двигательная сенсорная система достигает показателей взрослого человека. Продолжительность пубертатного периода индивидуальна и может длиться от 1 года до 5 лет [4]. Результаты выступления юных спортсменов на соревнованиях в возрасте 13—14 лет находятся в сильной зависимости от развертывания процессов пубертатного периода. Полагаем, что спортсмены, которые начали показывать высокие результаты в возрасте 13—14 лет, могли опережать в физическом развитии своих сверстников, не показывавших высокие результаты, а уже к 14 годам пубертатный период мог полностью завершиться. Считается, что 13—20 % людей являются акселератами [4], что также согласуется с полученной статистикой выступлений боксеров, в соответствии с которой около 26 % спортсменов начали показывать высокие результаты в возрасте 13—14 лет. Возможно, в спорте, а в частности в боксе, доля акселератов несколько выше, чем в общей статистике населения.

Успешные выступления спортсменов в возрасте 13—14 лет, которые стабильно продолжились и на взрослых чемпионатах (26 %), говорят о грамотном построении процесса многолетней подготовки. Вероятно, объемы и интенсивность нагрузок, предъявляемые на каждом этапе подготовки, соответствовали возможностям организма и способствовали раскрытию одаренности боксеров. Данные спортсмены могли выдерживать нагрузки, приближенные к нагрузкам высококлассных спортсменов, что в итоге и принесло результаты.

При этом интенсивность процессов перестройки систем организма в пубертатном периоде и временное нарушение координации движений [4] — важнейшей составляющей успешности боксера могли также и не позволить многим сильнейшим взрослым боксерам России демонстрировать высокие результаты в возрасте 13—14 лет (26 %).

Возраст 15—16 лет характеризуется переходом от 1-й ко 2-й фазе пубертатного периода, активным развитием абсолютной мышечной силы, скоростно-силовых способностей и ловкости, мышечной чувствительности и тонкой координации (приблизительно с 16 лет) достижением максимальных значений быстроты [4].

Количество спортсменов, которые начали показывать высокие результаты по достижении 15—16 лет и продолжили успешные высту-

пления на взрослом уровне (33 %) несколько превышает другие возрастные группы. В большинстве случаев при достижении указанного возраста, многие процессы пубертатного периода подходят к завершению, состояние физиологических систем организма подростка во многом уже практически не отличается от состояния взрослого организма. Причиной доминирования данной возрастной группы в результатах исследования, на наш взгляд, является физиологически сложившаяся способность успешно переносить высокие тренировочные и соревновательные нагрузки.

В возрасте 17—18 лет завершается 2-я фаза пубертатного периода, абсолютная сила достигает практически максимальных значений, до 20 лет развивается мышечная чувствительность и тонкая координация движений [4]. Наличие боксеров, достигших высоких результатов в этом возрасте и перенесших их на взрослые соревнования, подтверждают физиологическую зрелость организма.

Выявлено, что 74 % сильнейших спортсменов-боксеров нашей страны начали успешно выступать на всероссийском уровне по достижении 15—16 лет и позже. Что хорошо согласуется с общепринятой в настоящее время точкой зрения о недопустимости преждевременной специализации [3, 5].

Проведенный анализ позволяет сделать вывод о том, что оптимальным возрастом, по достижении которого необходимо постепенно начинать ориентироваться на спорт высших достижений и специализировать подготовку юного боксера, является возраст 15—16 лет.

Заключение. В возрастной группе 13—14 лет и младше достижение высокого спортивного результата не должно быть главной целью. Успех на соревнованиях в этой возрастной группе должен в основном достигаться за счет индивидуальной одаренности спортсмена, а не за счет форсирования физических нагрузок.

Начало ориентации спортивной подготовки в боксе на достижение наивысших результатов, по нашему мнению, должно приходиться на 15—16 лет, что позволит сохранить преемственность тренировочного процесса, при высокой вероятности стабильности проявления высшего спортивного мастерства во взрослом возрасте.

Литература

1. *Гонежук А. Г.* Возрастные зоны в подготовке боксеров [Электронный ресурс] / А. Г. Гонежук, Э. Г. Хут, Р. Х. Напцок // Sciences of Europe. — 2021. — № 74. — С. 12—14. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozrastnye-zony-v-podgotovke-bokserov> (дата обращения: 25.03.2023).

2. Кузьмин В. А. Вопросы многолетней подготовки боксеров : монография / В. А. Кузьмин, А. Г. Ширяев ; Федерация бокса России, М-во общ. и проф. образования Рос. Федерации. Краснояр. гос. ун-т. — Москва; Красноярск : Изд. центр Краснояр. гос. ун-та, 1999. — 164 с.

3. Платонов В. Н. Форсирование многолетней подготовки спортсменов и Юношеские Олимпийские игры [Электронный ресурс] / В. Платонов, И. Большакова // Наука в олимпийском спорте. — 2013. — № 2. — С. 37—42. — URL: <https://www.researchgate.net/publication/322759105>.

4. Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Олимпия Пресс, 2005. — 528 с.

5. Филин В. П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов / В. П. Филин. — Москва : Физкультура и спорт, 1974. — 230 с.

6. Черный В. Г. Отбор в боксе: методические рекомендации / В. Г. Черный. — Москва : ГЦОЛИФК, 1986. — 37 с.

УДК 797.21

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ МЕТОДИК ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Т. С. Демчук, Н. А. Вирковская

*Брестский государственный университет
имени А. С. Пушкина*

Ключевые слова: *плавание, студенты, методика обучения, скоростные качества.*

Аннотация: *В статье рассматриваются проблемы совершенствования обучения плаванию студенческой молодежи. Акцентируется внимание на исследовании результативности использования различных методик обучения плаванию, выявлены наиболее эффективные для развития скоростных качеств обучающихся.*

Современное общество постоянно нуждается в здоровых, активных и созидательных личностях, готовых реализовать себя во многих сферах жизнедеятельности. Поэтому одной из приоритетных задач любого учреждения высшего образования является подготовка физически здоро-