

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ СОВЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЮГА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ (РИНХ)**



**Проводится согласно плану конгрессов и конференций
Министерства спорта Российской Федерации**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ТУРИЗМ
В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XXXV ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ, МАГИСТРАНТОВ, АСПИРАНТОВ, МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ,
ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА**

23 апреля 2024 года

Ростов-на-Дону
Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ)
2024

УДК 796+378

ББК 75.1

Ф50

Редакционная коллегия:

Э.В. Мануйленко, А.Н. Касьяненко

Ф50 **Физическая культура, спорт и туризм в высшем образовании** : сборник материалов XXXV Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава. 23 апреля 2024 года. – Ростов-на-Дону : Издательско-полиграфический комплекс Ростовского государственного экономического университета (РИНХ), 2024. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – Систем. требования : Intel Pentium 1,6 GHz и более ; 512 Мб (RAM) ; MS Windows XP и выше ; Adobe Reader. – Текст : электронный. – 437 с.

ISBN 978-5-7972-3271-1

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава по проблемам и перспективам развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях, влияния физической культуры и спорта на процесс формирования всесторонне развитой личности и здорового стиля жизни человека, развития спортивно-оздоровительного туризма, применения информационных технологий в физической культуре и спорте, использования оздоровительных систем на занятиях со студентами специальных медицинских групп.

УДК 796+378

ББК 75.1

Издается согласно решению Министерства спорта Российской Федерации,

Президиума научно-методического совета

по физической культуре Юга Российской Федерации,

Ученого совета

Ростовского государственного экономического университета (РИНХ)

ISBN 978-5-7972-3271-1

© Ростовский государственный
экономический университет
(РИНХ), 2024

Содержание

СЕКЦИЯ 1

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВУЗАХ.....

12

Авакян А.Г., Левицкий А.Г.

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАСТНИКОВ
ЧЕМПИОНАТА РОССИИ ПО ДЗЮДО 2023 ГОДА

12

Анненко И.Ю.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
КАК СПОСОБ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ
КОЛЛЕКТИВНЫХ ИГРОВЫХ ДЕЙСТВИЙ В СТУДЕНЧЕСКОМ ГАНДБОЛЕ

17

Гайкутиев М.А.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА УСПЕВАЕМОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ
И СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ

22

Грищенко Е.Л., Шангараев Э.Р.

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
В ВУЗАХ ЕКАТЕРИНБУРГА.....

30

Дибина С.В., Панов Е.В.

К ВОПРОСУ РАЗВИТИЯ ЛИДЕРСТВА В КОМАНДЕ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

35

Зенкова Т.А., Шенгелая С.А., Капустин Н.А.

РЕАЛИЗАЦИЯ РАЗДЕЛА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

38

Злобина А.А.

ВОВЛЕЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ В ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ
В РАМКАХ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ.....

43

Ишметов Ш., Пономарева И.А.

ГИРЕВОЙ СПОРТ В ФИЗИЧЕСКОМ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИИ СТУДЕНТОВ

47

Кириллова Н.А.

ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ ПРОЦЕССУ
СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА КАК ПРЕДПОСЫЛКА ОТКАЗА
ОТ ПРОДОЛЖЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В РАМКАХ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА.....

50

Коваленко Ю.В., Барсуков С.В.

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА В ВУЗАХ

55

Кокаева И.Ю.

ЗДОРОВЬЕ СОВРЕМЕННОГО УЧИТЕЛЯ
В УСЛОВИЯХ ИННОВАЦИОННЫХ ПРЕОБРАЗОВАНИЙ

58

<i>Куванов В.А., Куванов Я.А.</i>	
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ НА ОСНОВЕ ОПТИМИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	62
<i>Нор-Аревян Л.Э., Клименко А.И.</i>	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧРЕЖДЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИИ	66
<i>Орлова М.М., Перова Г.М.</i>	
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	70
<i>Петрищева Ю.В., Биналиев А.Т.</i>	
ВСЕРОССИЙСКИЙ КОМПЛЕКС ГТО КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА	73
<i>Пустовая А.Ю., Ячменев С.П.</i>	
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КЛУБЕ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА.....	76
<i>Пятикопов С.М., Яковенко Н.Н., Ашитко А.А.</i>	
СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ В АЗОВО-ЧЕРНОМОРСКОМ ИНЖЕНЕРНОМ ИНСТИТУТЕ	80
<i>Теряева М.А.</i>	
ИССЛЕДОВАНИЕ ОТНОШЕНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ	84
<i>Томилин К.Г.</i>	
ЭЛЕМЕНТЫ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ М.П. ЩЕТИНИНА: АПРОБАЦИЯ НА ФИЗКУЛЬТУРНОМ ФАКУЛЬТЕТЕ ГОРОДА СОЧИ	89
<i>Химич М.Н.</i>	
ПУТИ И ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	95
<i>Частоедова А.Ю.</i>	
АНАЛИЗ ОПЫТА КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ В РАЗВИТИИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА	100
<i>Чебан Т.Н.</i>	
ПРОБЛЕМА ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ С УЧЕТОМ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ	105
<i>Шклярченко А.П., Коваленко Т.Г., Ульянов Д.А.</i>	
ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОГО УКРЕПЛЕНИЯ МЫШЦ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАБИВНОГО МЯЧА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ	108

СЕКЦИЯ 2

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ И ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА 113

Байрамкулова А.Б., Жаброва Т.А.

ВЛИЯНИЕ САМООЦЕНКИ ЗДОРОВЬЯ
НА ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ЖИЗНИ СТУДЕНТА 113

Балалаева М.В., Вольф Э.Ф.

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ
НА ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ 120

Баранова О.В., Баранов Я.В.

ФИЗИЧЕСКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ КУРСАНТОВ В ЗАВИСИМОСТИ
ОТ ВЕГЕТАТИВНОГО СТАТУСА И ЦИРКАДИАНЫХ РИТМОВ 124

Берилова Е.И.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ САМООТНОШЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ 129

Богданов М.А., Черкезов С.Е.

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ 132

Босенко Ю.М.

РОЛЬ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗВИТИИ
ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ 135

Валова С.Ю.

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
С УСПЕВАЕМОСТЬЮ СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ-ВТОРЫХ КУРСОВ
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА 139

Вахрушева Е.А., Мутаева И.Ш.

ПОДГОТОВКА ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 11-12 ЛЕТ С УЧЕТОМ ИСХОДНОГО УРОВНЯ
ПРОЯВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ 143

Внучкова У.А., Пономарев И.Е.

ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ
И ОЗДОРОВЛЕНИЕ ПСИХИКИ 149

Галиуллина А.Т., Мутаева И.Ш.

ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ
РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ СПОРТА С УЧЕТОМ
ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ ТИПА ЛИЧНОСТИ 153

Готовец О.Е., Алексеева А.В.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: КЛЮЧЕВОЙ ФАКТОР УСПЕХА СТУДЕНТОВ 159

<i>Григан С.А.</i>	
ВЛИЯНИЕ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ	163
<i>Грищенко Е.Л., Шангараев Э.Р.</i>	
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СТАНОВЛЕНИИ БУДУЩИХ ПРОФЕССИОНАЛОВ	168
<i>Забело В.С., Новицкая А.И., Новицкий П.И.</i>	
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПРАКТИЧЕСКОЙ РЕАЛИЗАЦИИ КОМПОНЕНТОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ	172
<i>Иващенко З.С., Зайцев В.В.</i>	
ВОЗДЕЙСТВИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ЛЕТНЕМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА	178
<i>Иващенко Ю.В., Сентякова А.Е.</i>	
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И СПОРТ КАК ФУНДАМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	181
<i>Игнатова Т.А.</i>	
ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ НА КУЛЬТУРУ ЗДОРОВЬЯ ВО ВНЕАУДИТОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	185
<i>Изварина И.Ю., Труфанова С.Н.</i>	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА В ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО НАПРАВЛЕНИЮ «СОЦИАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ»	190
<i>Исаева А.Е., Мутаева И.Ш.</i>	
ПРОЯВЛЕНИЕ И КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	195
<i>Королева А.А., Гуштурова И.В., Шумихина И.И.</i>	
ВЛИЯНИЕ ФИТБОЛ-ГИМНАСТИКИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	201
<i>Куванов В.А., Куванов Я.А.</i>	
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СОБСТВЕННО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ	205
<i>Левина В.П., Тащиян А.А.</i>	
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ТРАДИЦИОННЫХ И НОВЫХ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ	208
<i>Логвинова Е.И., Касьяненко А.Н.</i>	
МАССОВЫЕ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ....	212

Лямина С.В.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА УЛУЧШЕНИЕ
ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА.....219

Малькин А.Ю., Тахиров Ш.У., Гиззатуллин М.В.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СПОСОБ АДАПТАЦИИ И СОЦИАЛИЗАЦИИ
ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ222

Махиянова А.Р., Махиянов А.Р., Мутаева И.Ш.

РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ
С УЧЕТОМ АЭРОБНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ226

Медведь Т.О., Биналиев А.Т.

РУССКИЙ ФОЛЬКЛОР И ЕГО РОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА231

Николаева А.Д.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОФИЛАКТИКЕ
ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЗАПОРОВ235

Половянова А.М., Абрамова К.В., Ключкина Г.О.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ
ЧЕЛОВЕКА.....240

Полтавцева П.Н., Пономарев А.Е.

К ВОПРОСУ О РЕШЕНИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЗАДАЧИ
В ПРОЦЕССЕ ФИТНЕС-ТРЕНИРОВОК243

Распопова А.С.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА СПОРТИВНОГО ВУЗА
КАК ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СТУДЕНТОВ247

Соловьев И.Ю., Мутаева И.Ш.

ФАКТОРЫ ПРОЯВЛЕНИЯ УСПЕШНОСТИ И НАДЕЖНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ.....252

Сывороткина И.А., Фомин М.Ю., Кожник Н.С.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....258

Тимченко М.И.

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ261

Томилина Д.А., Макарова Э.В.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ С ПСИХИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ
ЧЕЛОВЕКА.....265

<i>Туманов М.В., Гуштурова И.В., Шумихина И.И.</i>	
ОСОБЕННОСТИ ВАРИАбельНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У СПОРТСМЕНОВ-ЛЫЖНИКОВ В РАЗЛИЧНЫЕ ПЕРИОДЫ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	268
<i>Хорошева Е.Д., Иващенко Н.Ю.</i>	
КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В ИСПОЛЬЗОВАНИИ РАЗЛИЧНЫХ СРЕДСТВ В ПРОЦЕССЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ	272
<i>Черба Т.И., Твердохлебова Л.И.</i>	
АНАЛИЗ РЕАЛИЗАЦИИ ФОРМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СЕМЬЕ.....	275
<i>Чернышев А.В.</i>	
ИСТОРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ РАЗВИТИЯ БОКСА В УРАЛЬСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ЮРИДИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ В.Ф. ЯКОВЛЕВА КАК ФАКТОР ВЛИЯНИЯ НА СТАНОВЛЕНИЕ МОЛОДЁЖИ В СПОРТЕ	280
<i>Шадрин Г.А., Панов Е.В.</i>	
СПОРТ КАК ФАКТОР, ОБРАЗУЮЩИЙ ДИСЦИПЛИНУ ЧЕЛОВЕКА.....	284
<i>Шенгеля С.А., Гасанова В.Н.</i>	
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И САМООЦЕНКУ	286
<i>Шокуева Л.А., Иващенко Ю.В.</i>	
НЕКОТОРЫЕ СПОСОБЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ	290
<i>Штуккерт А.Л.</i>	
ДВОЙСТВЕННОЕ ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	294
<i>Ястребова К.А.</i>	
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ НАГЛЯДНОГО МЕТОДА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКИ БЕГА.....	299
 СЕКЦИЯ 3	
АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ	
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА	302
<i>Белова А.Ю.</i>	
ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ	302
<i>Гаврюшенко Е.А., Хагай В.С.</i>	
ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ.....	306

Кириленко Н.В., Щапов Е.В.

КЛУБ АКТИВНОГО ОТДЫХА КАК ФОРМА ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА. ОПЫТ ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В РАМКАХ КЛУБА АКТИВНОГО ОТДЫХА	309
---	-----

Орлова С.Ю.

ОРГАНИЗАЦИЯ МАРКЕТИНГА СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА	314
--	-----

Шевченко Ю.Ф.

РЕКРЕАЦИОННЫЙ ТУРИЗМ: ВИДЫ, ФАКТОРЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ И АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ	318
---	-----

СЕКЦИЯ 4

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ	323
---	------------

Альтигов С.А., Ефимова Е.В.

РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УЛУЧШЕНИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	323
---	-----

Арабова Е.О., Мануйленко Э.В.

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНЫХ МЕДИА В СОВРЕМЕННОМ ИНФОРМАЦИОННОМ ПОЛЕ	326
---	-----

Воробьёва А.Н., Жаброва Т.А.

ФИДЖИТАЛ-СПОРТ КАК ПОТЕНЦИАЛ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТЕ ...	330
---	-----

Карапетян А.А., Ефимова Е.В.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	334
---	-----

Коваленко Ю.В., Барсуков С.В.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ	339
--	-----

Кулиш О.А., Жилина Е.В.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ IT И AI ДЛЯ АНАЛИЗА СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ И ПОДДЕРЖКИ ЗДОРОВЬЯ.....	342
--	-----

Медникова Е.В., Попова М.В.

РОССИЙСКИЙ РЫНОК SPORTTECH: ОБЪЕМ РЫНКА, ПЕРСПЕКТИВЫ РОСТА И ИНВЕСТИЦИИ	346
--	-----

Минькова К.А.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ АНТИДОПИНГОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МУЛЬТИМЕДИА	349
---	-----

Мироненко С.А., Денисов Е.А.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ С ЦЕЛЬЮ РЕГУЛИРОВАНИЯ РАЦИОНА ПИТАНИЯ	353
--	-----

<i>Орлов Д.П., Миллер В.В., Симонян М.Г.</i>	
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ФИДЖИТАЛ-ФУТБОЛОМ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ	356
<i>Сафонова А.В., Хало П.В.</i>	
СОВРЕМЕННЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ ЕДИНОБОРЦЕВ	360
<i>Селюкин Д.Б.</i>	
ПОВЫШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРНЕТ-ПОРТАЛА	365
<i>Созаева А.С., Тацян А.А.</i>	
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	367
<i>Сорокин Д.В., Хало П.В., Лебединская И.Г.</i>	
КИБЕРСПОРТ КАК ИНФОРМАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КИБЕРСПОРТСМЕНОВ	371
<i>Филиппович В.А.</i>	
АНАЛИЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ	377
<i>Шенгелая С.А., Капустин Н.А.</i>	
ПРОФИЛАКТИКА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	381
СЕКЦИЯ 5	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ НА ЗАНЯТИЯХ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП	385
<i>Боджукян Р.В., Айвазова Е.С.</i>	
РЕКОМЕНДОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ ГАСТРИТЕ, ЯЗВЕ 12-ПЕРСТНОЙ КИШКИ	385
<i>Балуева Д.М., Касьяненко А.Н.</i>	
ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	389
<i>Коткова Л.Ю., Шаймарданова Л.Ш.</i>	
СФОРМИРОВАННОСТЬ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ И ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП	393
<i>Кривуть М.Л.</i>	
РЕАЛИЗАЦИЯ ПРИНЦИПА ИНКЛЮЗИИ В ОБРАЗОВАНИИ: СФЕРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	397
<i>Монов Н.А., Гапоченко И.С., Ткаченко Ю.А.</i>	
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ	401

<i>Носова А.В., Попова М.В.</i>	
НАВИГАТОР ЗДОРОВЬЯ	404
<i>Ситова А.Д., Ключкина Г.О.</i>	
МЕНТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ И ПСИХОГИГИЕНА ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП	409
<i>Тащиян В.А., Пожидаева И.Л.</i>	
ОСОБЕННОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ	414
<i>Тимонова Е.В., Позняк Ж.А., Позняк В.Е.</i>	
ИЗУЧЕНИЕ ПРИЧИН ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТРАВМ У СТУДЕНТОВ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ СПРИНТЕРСКОГО БЕГА НА УЧЕБНЫХ И УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЯХ	418
<i>Ульянов Д.А., Коваленко Т.Г., Шклярченко А.П.</i>	
ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ НА ОСНОВЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ ПРИ РЕАБИЛИТАЦИИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ.....	423
<i>Харламов И.К., Мануйленко Э.В.</i>	
ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ ЛЮДЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА	428
<i>Хмырова О.А., Швыдкая М.В.</i>	
РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ	433

ВЛИЯНИЕ ФИТБОЛ-ГИМНАСТИКИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. С применением батареи двигательных тестов и функциональных проб показана эффективность применения фитбол-гимнастики на занятиях физической культурой для развития скоростно-силовых и координационных способностей у детей 6-7 лет.

Ключевые слова: дошкольники, физическое воспитание, фитболы, координационные способности.

Актуальность. У достаточно большого количества детей дошкольного возраста (35-45%) отмечается низкий уровень основных двигательных качеств [2]. В связи с этим, главной задачей физической культуры, является поиск средств комплексного воздействия на физическое развитие, уровень физической подготовленности, укрепление здоровья детей, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой. Упражнения с фитболами, позволяют одновременно воздействовать на двигательный, вестибулярный, зрительный, тактильный анализаторы, а также способствуют повышению физического и психоэмоционального состояния у занимающихся, что в значительной мере поднимает интерес детей к таким занятиям [1].

Цель исследования изучить влияние занятий с использованием фитболов на физическую подготовленность детей дошкольного возраста.

Методы. Исследования проводились на базе МБДОУ №257 г. Ижевска. В исследованиях принимали участие 30 детей от 6 до 7 лет (из них 17 мальчиков и 13 девочек), детей рандомным способом разделили на две группы контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ) по 15 человек в каждой. КГ занималась по типовой программе «Радуга» для МБДОУ. Дети ЭГ занимались по экспериментальной программе с использованием фитболов. Двигательная подготовленности детей оценивалась с применением батареи тестов: бег на 30 м, метания вдаль, прыжок в длину с места, челночный бег (3*10 м), ведение мяча рукой в беге с изменением направления движения, бег к пронумерованным набивным мячам, повороты на гимнастической скамейке, ходьба по гимнастической скамейке. Также, для оценки координационных способностей применялась проба Ромберга.

Результаты. При изучении динамики показателей физической подготовленности у детей двух групп с различным двигательным режимом, выявлено, что скоростные способности у детей 6-7 лет за время исследования выросли незначительно (в ЭГ результат улучшается в среднем на 4%, в КГ – на 8%), при этом

уровень развития быстроты в обеих группах оценивается как высокий (табл. 1). Динамика результата в метании в обеих группах положительная, но более выраженный, достоверный прирост уровня развития силы и координации выявлен у детей ЭГ. Так, при повторных исследованиях у детей ЭГ результат в метании увеличивается на 30% ($p < 0,05$), у контрольной группы – на 8,4% (табл. 1).

Таблица 1 – Уровень и динамика результатов физической подготовленности у детей 6-7 лет контрольной и экспериментальной групп при повторных исследованиях

Результаты тестов	этап	ЭГ	КГ
Бег 30м (сек)	1	7,76±0,15	7,77±0,29
	2	7,45±0,14	7,17±0,17
	%	4	8
Метание мешочка (200-250 г) (м)	1	7,37±0,64	7,83±0,89
	2	9,59±0,82*	8,49±1,03
	%	30	8,4
Прыжок в длину с места (см)	1	1,07±0,05	1,11±0,06
	2	1,13±0,05	1,14±0,03
	%	5,6	2,7
Челночный бег (3*10) (сек)	1	11,88±0,23	11,55±0,16
	2	11,19±0,21	10,97±0,15
	%	5,8	5
Ведение мяча рукой в беге (сек)	1	15,84±1,13	19,14±1,26
	2	12,85±0,87*	16,04±1,04
	%	18,8	16
Бег к пронумерованным наб/м (сек)	1	11,73±0,34	11,53±0,32
	2	10,84±0,23*	11,96±0,29
	%	7,6	-3,7
Повороты на гимнастической скамейке (сек)	1	3,88±0,15	3,25±0,24
	2	3,50±0,11	3,70±0,18
	%	9,8	-13
Ходьба по скамейке (сек)	1	4,7±0,15	4,7±0,24
	2	4,4±0,11	4,6±0,18
	%	6,4	2,1
Проба Ромберга (сек)	1	4,9±0,15	4,7±0,24
	2	6,6±0,11*	5,4±0,18
	%	34,6	14,9

* – достоверность прироста при $p < 0,05$.

Прирост результата в прыжке в длину с места также более выражен у детей ЭГ, по сравнению с детьми КГ, так, в ЭГ результат увеличивается на 5,6%, в

КГ – на 2,7%. Следовательно, можно говорить о более высоком уровне развития скоростно-силовых способностей у детей ЭГ (рис. 1).

Несколько более высокий пророст показали дети ЭГ и в двигательном тесте челночный бег 3*10 м (5,8 и 5%, соответственно). При этом уровень развития координационных способностей в обеих группах на втором этапе оценивается как выше среднего.

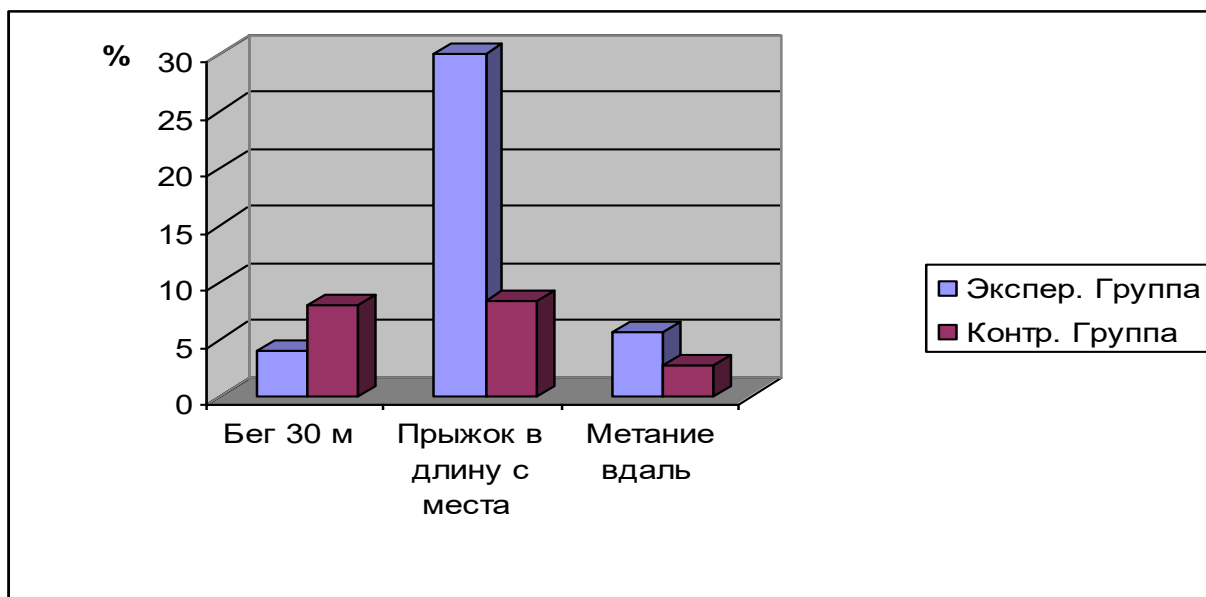


Рисунок 1 – Динамика показателей физической подготовленности детей 6-7 лет контрольной и экспериментальной групп при повторных исследованиях (%)

Прирост результата в ведении мяча рукой в беге в обеих группах положительный, но более выраженный у детей ЭГ. Так, при повторных исследованиях у детей ЭГ результат в метании увеличивается на 18,8% ($p < 0,05$), у КГ – на 16%. Прирост результата в беге к пронумерованным набивным мячам также более выражен у детей ЭГ, по сравнению с детьми КГ: в экспериментальной группе результат улучшается на 7,6%, в КГ снижается на 3,7%. Аналогичная динамика выявлена и в результатах теста повороты на гимнастической скамейке. У детей ЭГ результат улучшается на 9,8%, у КГ уменьшается – на 13%. В двигательном тесте ходьба по гимнастической скамейке, прирост результата от первого ко второму этапу исследования также был выше у детей ЭГ.

Прирост результата в пробе Ромберга, характеризующей координационный отдел нервной системы достоверно выше у детей экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, соответственно 34,6% и 14,9% ($p < 0,05$.)

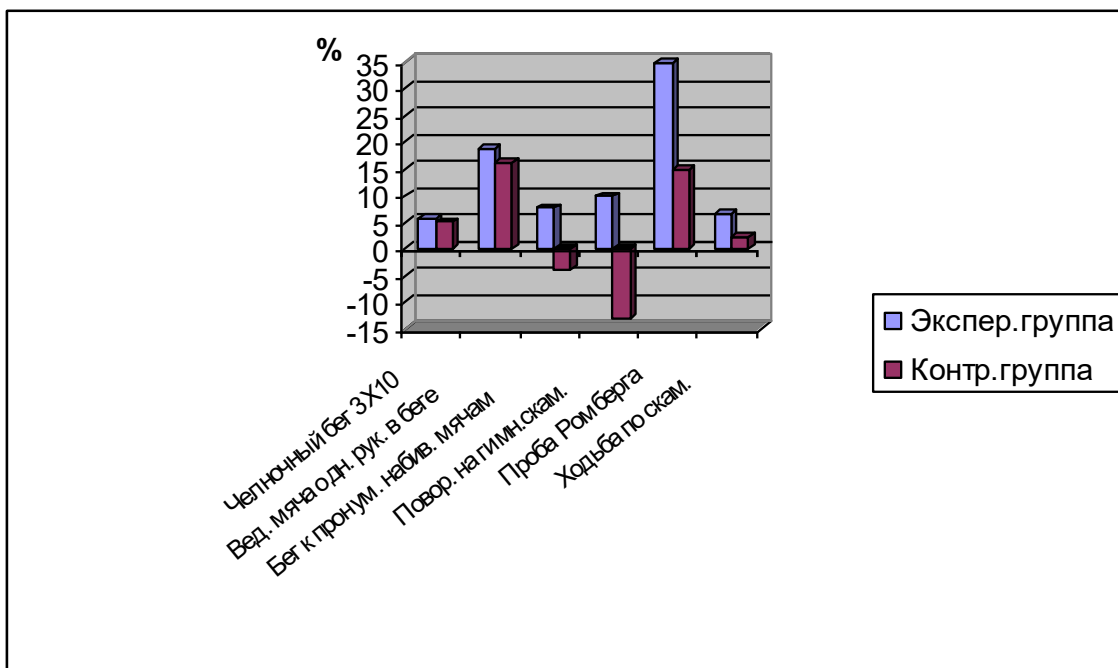


Рисунок 2 – Динамика показателей координационных способностей детей 6-7 лет контрольной и экспериментальной групп при повторных исследованиях, (в %)

Заключение. Следовательно, можно говорить о том, что экспериментальная методика с применением фитболов способствует более быстрому развитию скоростно-силовых и координационных способностей у детей дошкольного возраста.

Библиографический список

1. Арефьев В.Г. Оценка координационных способностей детей дошкольного возраста при отборе в ДЮСШ / В.Г. Арефьев // Тезисный доклад III Всесоюзной научной конференции по проблемам юношеского спорта. – М.: 1973 г., – С. 120-121.
2. Асташина, М.П., Современные подходы к физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников / М. П. Асташина. Омск, СибГАФК, 2012. – 64 с.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования / Л. Д. Глазырина. – М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001. – 144 с.
4. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века. / Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. – М.: АРКТИ, 2000. – 88 с.
5. Кенеман А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста, 2-е изд. / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. М.: Просвещение, 1978. – 280 с.
6. Кравчук А.И. Методика воспитания основных двигательных качеств у детей дошкольного возраста / А.И. Кравчук, В.А. Гуляйкин. – Омск: Ом.обл.тип., 1986. – 36 с.

Научное издание

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ТУРИЗМ
В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XXXV ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
СТУДЕНТОВ, МАГИСТРАНТОВ, АСПИРАНТОВ, МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ,
ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА**

23 апреля 2024 года

Публикуется в авторской редакции

Верстка, макетирование

Акимова Л.И.

Изд. № 70/4409. Подписано к использованию 22.04.2024.

Объем 14 Мб. Тираж 12 экз.

344002, г. Ростов-на-Дону, ул. Б. Садовая, 69, РГЭУ (РИНХ)

Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ)

Тел. (863) 261-38-77