

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное учреждение  
высшего образования  
«Тульский государственный университет»**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ  
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ  
В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ:  
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

*Сборник научных трудов участников  
XII Международной научно-практической конференции,  
декабрь 2017 г.*

**Тула  
Издательство ТулГУ  
2017**

УДК 378.17  
ББК 74.58: 75.1

Физическая культура и спорт студенческой молодежи в современных условиях: проблемы и перспективы развития: сборник научных трудов участников XII Международной научно-практической конференции. Тула: Изд-во ТулГУ, 2017. 332 с.

В материалах конференции отражены современные проблемы физического воспитания студентов: мониторинг физической подготовленности, совершенствование форм и методов физического воспитания, подготовка специалистов по физической культуре и спорту, проблемы развития студенческого спорта, пропаганда физической культуры и спорта в студенческой среде, использование оздоровительных технологий в работе со студентами специальной медицинской группы, социологические, педагогические и психологические аспекты, туризм и индустрия гостеприимства и др.

Сборник предназначен для специалистов по физической культуре и спорту, преподавателей, тренеров и студентов.

Печатается по решению библиотечно-издательского совета Тульского государственного университета

ISBN 978-5-7679-4005-9

© Авторы материалов, 2017  
© Издательство ТулГУ, 2017

### 3. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

УДК 572.087

#### МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭЛИТНЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ

В.Ю. Давыдов, В.В. Шантарович, А.Ю. Журавский, Д.Н. Пригодич

*Проведено исследование, позволяющее в целом оценить уровень морфофункционального развития сильнейших гребцов на байдарках и каноэ. Разработаны модели морфофункциональных показателей сильнейших гребцов на байдарке и каноэ. Установлены параметры морфофункциональных показателей и показателей компонентов состава массы тела сильнейших квалифицированных гребцов на байдарках и каноэ обоего пола 17–35 лет.*

*Ключевые слова: модели, спортсмены гребцы на байдарках и каноэ, морфофункциональные показатели, морфологическое состояние.*

**Введение.** Целью спортивной деятельности является достижение максимально возможных для конкретного индивидуума результатов. Рост показателей в большинстве видов спорта, в том числе в гребле на байдарках и каноэ, требует дальнейшего поиска надежных путей и способов оценки индивидуальных возможностей, занимающихся [2].

В настоящее время тренеры при отборе перспективных гребцов в основном опираются на педагогические критерии, ориентируясь на быстроту овладения техникой гребли, учитывают интенсивность прогрессирования спортивных результатов и уровни сформированности физических качеств и способностей. В современных условиях спорта высших достижений особую значимость приобретает раннее выявление наиболее одаренных, перспективных спортсменов, так как рекордные достижения демонстрируются именно теми, кто обладает наиболее оптимальными показателями, характерными для данного вида спорта. С одной стороны, спортсмены, отличающиеся по своим морфологическим, функциональным, психологическим особенностям, по-разному адаптируются к условиям деятельности, с другой стороны, целенаправленная деятельность оказывает влияние на отбор наиболее

одаренных спортсменов и на формирование у них специфического морфофункционального статуса [3].

В большей мере этим требованиям отвечают и морфологические характеристики, которые учитываются при спортивном отборе на различных этапах многолетней подготовки, выборе специализации в гребле, выборе длины дистанции и комплектовании экипажей и т.д.

Как показывают исследования, особенности телосложения оказывают существенное влияние на формирование индивидуального стиля гребли, на совершенствование техники гребковых движений, физическую работоспособность атлетов и их спортивные достижения [2].

Необходимость спортивного отбора определяется, как считает Мартиросов [4], рядом объективных причин:

- ограниченностью периода высоких спортивных достижений (5–7 лет), хотя активная спортивная деятельность может продолжаться 15–20 лет;

- необходимостью максимального напряжения физических и духовных сил спортсмена, более строгой фиксированностью требований, обеспечивающих спортивный успех;

- отсутствием возможности адаптировать содержание спортивной деятельности к спортсмену, т.к. она в основном не меняется. В связи с этим возможен лишь один путь – адаптировать человека к деятельности. А этот процесс будет эффективным для тех индивидов, кто более соответствует по своим генетически детерминированным показателям спортивной специализации.

Наименее изучены в спортивной практике показатели морфофункционального статуса спортсменов различных специализаций, квалификации и амплуа. Как отмечает Э.Г. Мартиросов [4], неизвестно, каким требованиям должны отвечать сильнейшие спортсменки различных специализаций; существуют ли различия в критериях отбора и факторах, оказывающих влияние на достижения у мужчин и женщин одних и тех же специализаций.

**Материалы и методы исследования.** Исследования проводились на тренировочных базах Республики Беларусь. Всего в исследовании приняли участие 42 спортсмена обоего пола от МС до ЗМС, все члены национальной команды Республики Беларусь по гребле на байдарках и каноэ.

Обследование включало антропометрические измерения [1], анализ компонентов состава массы тела [5], биологический возраст. Оценка морфофункционального состояния гребцов проводилось с использованием специальных шкал для оценки морфофункциональной

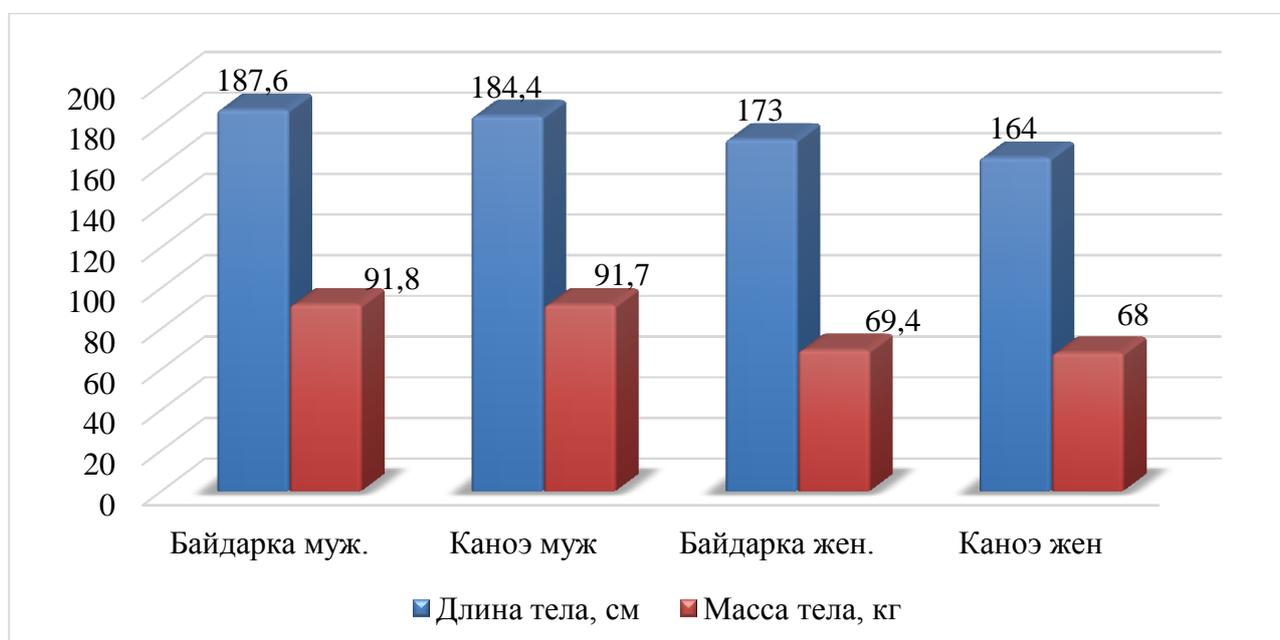
пригодности юношей и девушек 10-18 лет к занятиям греблей на байдарках и каноэ по методике [3].

Математическая обработка результатов данных проводилась с помощью программы «MS Excel».

**Результаты и их обсуждение.** Сопоставление показателей стажа занятий у сильнейших гребцов на байдарках и каноэ показывает, что наибольший стаж отмечен в группе каноистов –  $13,1 \pm 3,33$  года, наименьший в группе каноисток и байдарочниц  $10,1 \pm 3,36$ - $10,1 \pm 3,70$  лет.

Наибольший возраст отмечен в группе каноистов –  $25,6 \pm 3,68$  года, наименьший в группе каноисток –  $23,0 \pm 3,70$ . Различия как у мужчин, так и у женщин недостоверны ( $p > 0,05$ ).

Показатели длины и массы тела сильнейших гребцов на байдарках и каноэ представлены на рис. 1.



**Рис. 1. Показатели длины и массы тела сильнейших гребцов на байдарках и каноэ**

Сопоставление полученных данных выявлено, что наибольшие значения длины тела у гребцов на байдарках ( $187,6 \pm 1,51$  см), наименьшие значения отмечены у каноистов ( $184,4 \pm 6,13$  см), различия статистически значимы ( $p < 0,05$ ). У женщин наибольшие показатели длины тела отмечены у байдарочниц ( $173,0 \pm 5,18$ ), наименьшие у каноисток ( $168,7 \pm 4,37$ ). Различия достоверны ( $p < 0,001$ ). Наибольшая масса тела у гребцов на байдарках ( $91,8 \pm 25,1$  кг), наименьшие значения отмечены у каноистов ( $91,7 \pm 6,74$  кг), у женщин наибольшие значения отмечены у

байдарочниц ( $69,4 \pm 4,74$  кг), наименьшие у каноисток ( $68,0 \pm 1,01$  кг). Различия недостоверны, как в мужских группах, так и в женских.

На рис. 2 представлены показатели жизненной емкости легких, сильнейших гребцов на байдарках и каноэ.



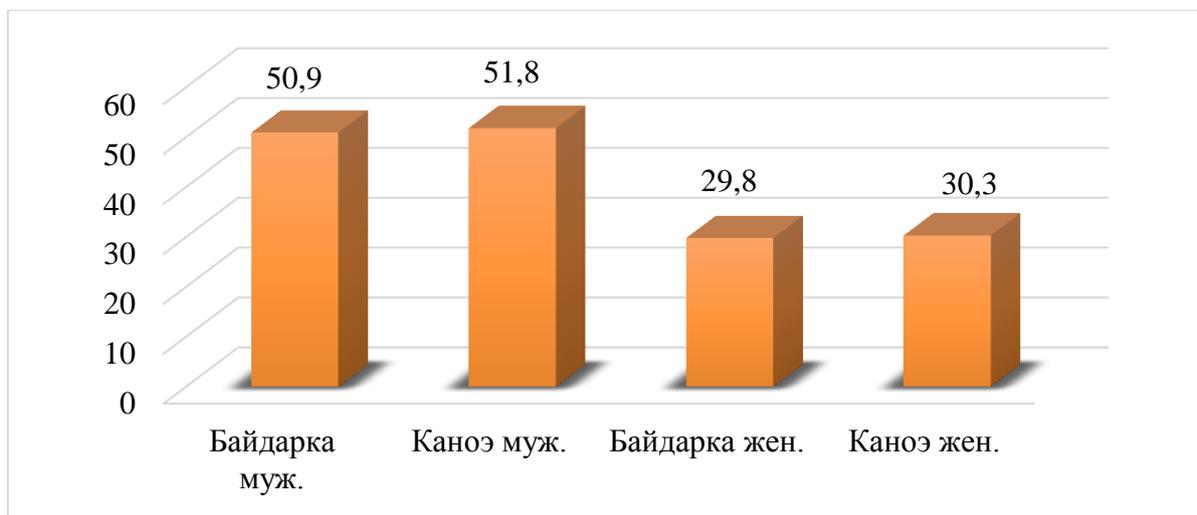
**Рис. 2. Показатели жизненной емкости легких (мл), сильнейших гребцов на байдарках и каноэ**

Наибольшая жизненная емкость легких у байдарочников ( $6057,0 \pm 950,9$  мл), наименьшая – у каноистов ( $5723,1 \pm 920,9$  мл), у женщин аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют байдарочницы ( $3886 \pm 338,5$  мл), наименьшие значения у каноисток ( $3300 \pm 202,0$  мл). Различия достоверны, как в мужских, так и в женских группах ( $p < 0,05$ ).

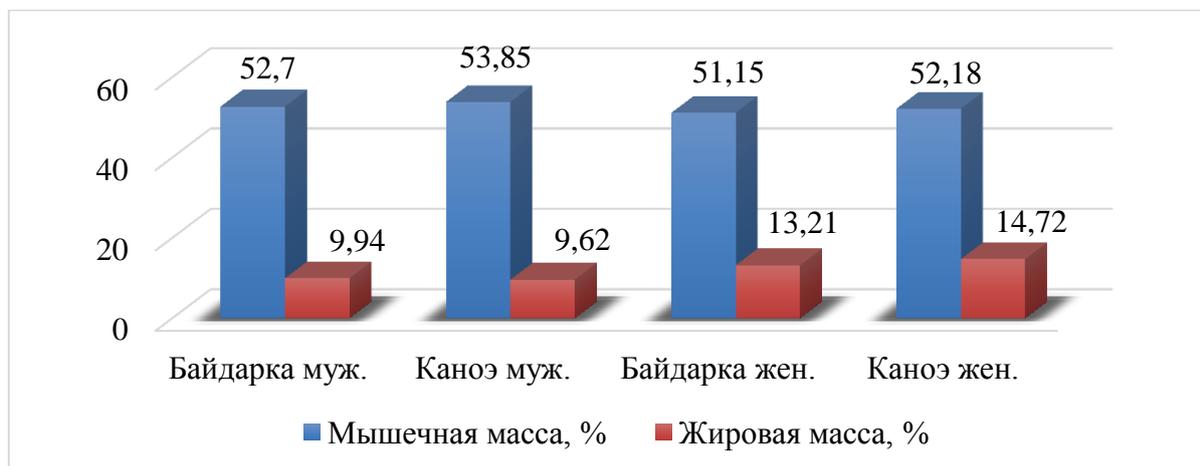
По показателю кистевой динамометрии сильнейшей руки наибольшие значения отмечены у каноистов ( $51,8 \pm 11,04$  кг), наименьшие у байдарочников ( $50,9 \pm 11,9$  кг), у женщин отмечена аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют каноистки ( $30,3 \pm 3,70$  кг), наименьшие – байдарочницы ( $29,8 \pm 3,70$  кг). Различия недостоверны, как в мужских группах, так и в женских (рис. 3).

Показатели компонентов состава массы тела сильнейших гребцов на байдарках и каноэ, представлены на рис. 4.

Наименьшие значения абсолютной жировой массы ( $8,08 \pm 2,01$  кг) отмечены у байдарочников, наибольшие у каноистов ( $8,68 \pm 2,82$  кг), у женщин отмечена аналогичная тенденция, наименьшие значения абсолютной жировой массы (кг) отмечены у байдарочниц ( $9,30 \pm 2,49$ ), наибольшие у каноисток ( $10,02 \pm 1,64$ ). Различия недостоверны, как в мужских группах, так и в женских.



**Рис. 3. Показатели кистевой динамометрии (кг), сильнейших гребцов на байдарках и каноэ**



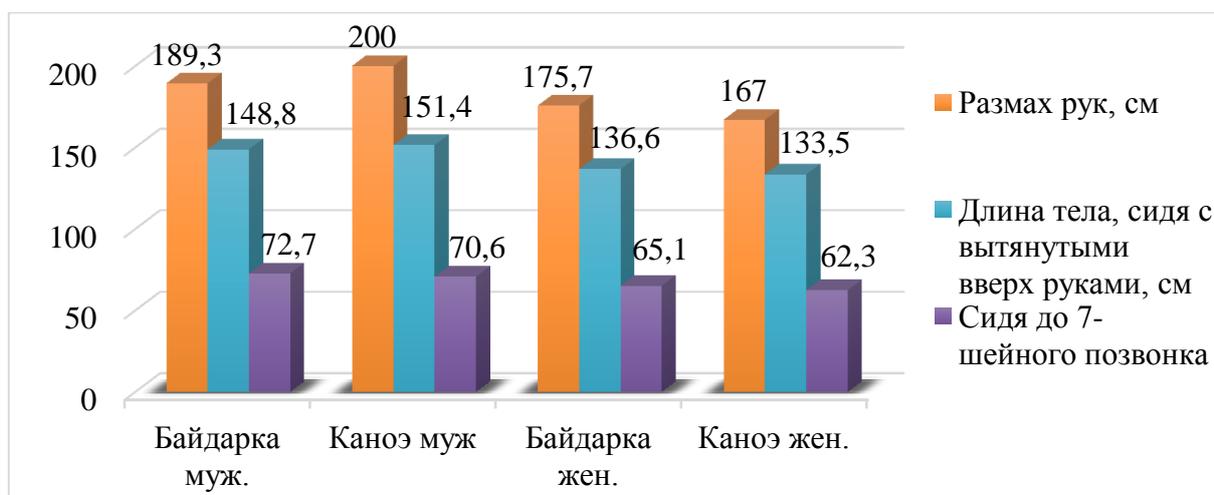
**Рис. 4. Относительные показатели компонентов состава массы тела сильнейших гребцов на байдарках и каноэ (%)**

Наименьшие показатели относительной жировой массы, % имеют каноисты ( $9,62 \pm 2,49$ ), наибольшие – байдарочники ( $9,94 \pm 3,42$ ). Наименьшие значения относительной жировой массы, % имеют байдарочницы ( $13,21 \pm 3,63$ ), наибольшие – каноистки ( $14,72 \pm 1,49$ ). Различия не достоверны ( $p > 0,05$ ).

Наибольшие значения абсолютной мышечной массы ( $49,00 \pm 3,72$  кг) отмечены у гребцов–каноистов, наименьшие – у байдарочников ( $47,61 \pm 2,21$  кг). Различия достоверно значимы ( $p < 0,05$ ). У женщин наибольшие значения отмечены у байдарочниц ( $35,51 \pm 3,02$  кг), наименьшие у каноисток ( $35,47 \pm 2,04$  кг). Различия недостоверны.

Наибольшие значения относительной мышечной массы отмечены у гребцов–каноистов ( $53,85 \pm 1,95$  кг), наименьшие у байдарочников ( $52,70 \pm 1,87$  кг). У женщин наибольшие значения имеют каноистки ( $52,18 \pm 3,05$  кг), наименьшие – байдарочницы ( $51,15 \pm 2,77$  кг). Различия недостоверны как в мужской, так и в женской выборке.

Наибольшие значения результатов теста О. Попеску (размах) отмечены у каноистов ( $200,0 \pm 4,60$  см), наименьший у байдарочников ( $189,3 \pm 10,4$  см). У женщин наибольшие значения этого показателя отмечены у байдарочниц ( $175,7 \pm 5,19$  см), наименьшие у каноисток ( $167,0 \pm 7,74$  см). Различия статистически значимы ( $p < 0,05$ ) (рис. 5).



**Рис. 5. Частичные размеры тела (результаты тестов О. Попеску) сильнейших гребцов на байдарках и каное (%)**

Длина тела сидя с вытянутыми вверх руками наибольшая у каноистов ( $151,4 \pm 3,37$  см), наименьшая у байдарочников ( $148,8 \pm 6,44$  см). У женщин наибольшие значения имеют байдарочницы ( $136,6 \pm 2,96$  см), наименьшие – каноистки ( $133,5 \pm 4,21$  см). Различия достоверны ( $p < 0,05$ ).

Длина тела сидя до 7–го шейного позвонка, наибольшая у байдарочников ( $72,7 \pm 1,84$  см), наименьшая у каноистов ( $70,6 \pm 0,31$  см). Различия достоверны ( $p < 0,05$ ). У женщин отмечена аналогичная тенденция наибольшие значения имеют байдарочницы ( $65,1 \pm 2,70$  см), наименьшие – каноистки ( $62,3 \pm 2,09$  см). Различия достоверны ( $p < 0,05$ ).

Оценка морфофункционального состояния гребцов проводилось с использованием специальных шкал для оценки морфофункциональной пригодности юношей и девушек 10-18 лет к занятиям по гребле на байдарках и каное по методике В.Ю. Давыдова с соавт., [3]. Итоговая оценка морфофункционального состояния рассчитывалась как средний балл из суммы оценок по всем признакам шкалы (таблица).

## *Морфологическое состояние элитных гребцов на байдарках и каноэ*

Морфологическое состояние	$\Sigma$	Низкое		Ниже среднего		Среднее		Выше среднего		Высокое	
	n	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Байдарка♂	14	-	-	-	-	2	14,29	8	57,14	4	28,57
Каноэ♂	12					2	16,67	8	66,66	2	16,67
Байдарка♀	7					2	28,57	5	71,43	-	-
Каноэ♀	9					4	44,45	5	55,55	-	-
$\Sigma$	<b>42</b>					<b>10</b>	<b>23,80</b>	<b>26</b>	<b>61,90</b>	<b>6</b>	<b>4,30</b>

Большинство обследуемых спортсменов обоего пола, отнесено к уровню морфологического состояния выше среднего – 61,90%, к высокому уровню морфологического состояния отнесено 4,30% контингента, и 23,8 % спортсменов отнесено к среднему уровню морфологического состояния, низкое и ниже среднее морфологическое состояние нам не встретилось.

### **Выводы**

1. Проведенное исследование позволяет в целом оценить уровень морфофункционального развития сильнейших гребцов на байдарках и каноэ и дать практические рекомендации тренерам по индивидуальной коррекции тренировочного процесса.

2. Разработаны модели морфофункциональных показателей сильнейших гребцов на байдарке и каноэ.

3. Установлены параметры морфофункциональных показателей и показателей компонентов состава массы тела, сильнейших квалифицированных гребцов на байдарках и каноэ обоего пола 17–35 лет.

4. Большинство обследуемых сильнейших гребцов обоего пола отнесено к выше среднего уровню морфологического состояния – 61,9%, к высокому уровню морфологического состояния отнесено 4,3% контингента, 23,8% спортсменов отнесено к среднему уровню морфологического состояния. Низкое и ниже среднего морфофункциональное состояние нам не встретилось.

### **Список литературы**

1. Бунак В.В. Антропометрия. М.: Учпедгиз, 1941. 368 с.
2. Давыдов В.Ю. Теоретические основы спортивного отбора и специализации в олимпийских водных видах спорта дистанционного характера: авторф. дис. ...д-ра биол. наук. М: МГУ, 2002. 40 с.

3. Морфофункциональные критерии отбора и контроля в гребле на байдарках и каноэ / В.Ю. Давыдов [и др.]: метод. рекомендации. Пинск: ПолесГУ, 2015. 88 с.

4. Мартиросов Э.Г. Соматический статус и спортивная специализация: автореф. дис. ...д-ра биол. наук в виде научного доклада. М., 1998. 87 с.

5. Matiegka J. The testing of physical efficiency. Amer., Journal of Physiol. Antropol. 1921, V.4. P.133–230.

*Давыдов Владимир Юрьевич, д-р биол. наук, проф., [v-davydov55@list.ru](mailto:v-davydov55@list.ru), Республика Беларусь, Пинск, Полесский государственный университет,*

*Шантарович Владимир Владимирович, доц., главный тренер национальной команды по гребле на байдарках и каноэ, [v-davydov55@list.ru](mailto:v-davydov55@list.ru), Республика Беларусь, Минск, Министерство спорта и туризма,*

*Журавский Александр Юрьевич, кан. пед. наук, доц., [azhur@list.ru](mailto:azhur@list.ru), Республика Беларусь, Пинск, Полесский государственный университет,*

*Пригодич Дмитрий Николаевич, магистрант пед. наук, аспирант, учитель, [prig-dm@yandex.ru](mailto:prig-dm@yandex.ru), Республика Беларусь, Пинск, Полесский государственный университет*

#### **MORPHOLOGICAL FEATURES OF ELITE SPORTSMEN, SPECIALIZED IN THE RIDGE ON THE BIDARKS AND CANOE**

*V.U Davydov, V.V. Shantarovich, A.Yu. Zhuravsky, D.N. Prigodich*

*A study has been carried out, which makes it possible, on the whole, to assess the level of morphofunctional development of the strongest rowers on canoes and kayaks. The models of morphofunctional indices of the strongest rowers on canoe and kayak are developed. Parameters of morphofunctional indices and parameters of components of body weight composition of the strongest qualified rowers on canoes and canoes of both sexes of 17-35 years are established.*

*Key words: models, athletes rowers on kayaks and canoes, morphofunctional indices, morphological state.*

*Davydov Vladimir Yurievich, doctor of biological sciences., professor, [v-davydov55@list.ru](mailto:v-davydov55@list.ru), Republic of Belarus, Pinsk, Polessk State University,*

*Shantarovich Vladimir Vladimirovich, associate professor, head coach of the national team on canoeing, Republic of Belarus, Ministry of Sport and Tourism,*

*Zhuravsky Alexander Yurievich, candidate of pedagogical sciences, associate professor, [azhur@list.ru](mailto:azhur@list.ru), Republic of Belarus, Pinsk, Polessk State University,*

*Prigodich Dmitry Nikolaevich, master of pedagogical sciences, teacher, postgraduate, [prig-dm@yandex.ru](mailto:prig-dm@yandex.ru), Republic of Belarus, Pinsk, Polessk State University*

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА В ВУЗЕ

*Валиахметов А.Х., Валиахметов А.А., Гарифуллин И.А., Хафизов А.И.,  
Коновалов И.Е.*

*ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ  
И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В ВУЗЕ НА ПРИМЕРЕ  
ХОККЕЙНОЙ КОМАНДЫ «АКАДЕМИЯ»..... 3*

*Линёва Н.А., Линёв С.Ю.*

*СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ В ВОЛГОГРАДСКОМ ГАУ ..... 8*

*Парфенов М.В., Григорьева И.В., Тычинин Н.В., Ежова А.В.*

*АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ  
ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ ..... 13*

### 2. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФОРМ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

*Лукашевич В.В., Коновалов И.Е.*

*ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СТУДЕНТОК,  
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ.. 18*

*Миронов Д.Л., Губанцева И.Б., Афанасьева О.В., Артемов В.В.*

*АНАЛИЗ ВОЗДЕЙСТВИЯ ДВУХ ОСНОВНЫХ ПОДХОДОВ  
К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ НАЧИНАЮЩИХ БОДИБИЛДЕРОВ..... 23*

*Орешкина Е.Ю., Чернова А.О.*

*РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ  
ПО АКРОБАТИКЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ..... 29*

*Пономарев В.В., Яцковский А.В., Уколов А.В., Шишкин С.Н.*

*ФОРМИРОВАНИЕ ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ ГОТОВНОСТИ  
К САМООБОРОНЕ СТУДЕНТОК ВУЗА: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ..... 33*

*Потовская Е.С., Кононова А.П., Колпашникова В.С.*

*ФАКТОРЫ СТРЕССОГЕННОСТИ И ИХ ВЛИЯНИЕ  
НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ ..... 41*

<i>Смирнова А.В., Андреевко Т.А.</i> <i>ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ДЗЮДО НА УРОКАХ</i> <i>ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СО СТАРШЕКЛАССНИКАМИ.....</i>	45
<i>Суслов С.И.</i> <i>ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ</i> <i>ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ</i> <i>СТУДЕНТОВ-ФУТБОЛИСТОВ НА ОСНОВЕ МЕТОДА</i> <i>ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ.....</i>	49
<i>Устинова С.Е., Рыбина Л.Д.</i> <i>ЙОГА КАК НЕТРАДИЦИОННЫЙ МЕТОД ФИЗИЧЕСКОГО</i> <i>ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ.....</i>	56
 <b>3. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ</b> <b>АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА</b>	
<i>Давыдов В.Ю., Шантарович В.В., Журавский А.Ю., Пригодич Д.Н.</i> <i>МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭЛИТНЫХ СПОРТСМЕНОВ,</i> <i>СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ.....</i>	62
<i>Игольницын В.Д., Богдалина А.О.</i> <i>ЗИМНЕЕ ПЛАВАНИЕ КАК ДЕЙСТВЕННОЕ СРЕДСТВО</i> <i>ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ У СТУДЕНТОВ.....</i>	70
<i>Кологривова В.В., Кабачкова А.В.</i> <i>ЭЛАСТИКО-ТОНИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА СОСУДОВ АРТЕРИАЛЬНОГО</i> <i>РУСЛА ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДОЗИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ</i> <i>НАГРУЗКИ.....</i>	75
<i>Манкевич А.Н., Давыдов В.Ю.</i> <i>ПРИМЕНЕНИЕ НАПРАВЛЕНИЙ СПОРТИВНОЙ АНТРОПОЛОГИИ</i> <i>В ПЛАВАНИИ.....</i>	81
<i>Назмутдинова В.И., Герасимова С.В., Бразда Л.А.</i> <i>ПОКАЗАТЕЛИ ЛАДОННОЙ И ПАЛЬЦЕВОЙ ДЕРМАТОГЛИФИКИ</i> <i>У ВОЛЕЙБОЛИСТОВ, ЛЕГКОАТЛЕТОВ, ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ</i> <i>ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ.....</i>	87
<i>Христолюбова А.А., Пономарев В.В., Уколов А.В., Шишкин С.Н.</i> <i>ФОРМИРОВАНИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СТУДЕНТОК</i> <i>МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА В ПРОЦЕССЕ ПРИКЛАДНОГО</i> <i>ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ.....</i>	94

#### 4. МЕНЕДЖМЕНТ КАЧЕСТВА УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА НА КАФЕДРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

*Гладышева А.А., Гладышев А.А.*

*НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ МЕНЕДЖМЕНТА КАЧЕСТВА УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ..... 99*

#### 5. ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА В УСЛОВИЯХ ВУЗА

*Акынбаева Ж.С., Мухамбет Ж.С., Канапьянов З.С., Алшынбаев К.И.,  
Оналбек Ж.К.*

*ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ЛЫЖНИКОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ 11-14 ЛЕТ..... 104*

*Волков П.Б., Меньшикова Ю.Н.*

*УПРАЖНЕНИЯ С ФИТБОЛАМИ В СТРЕЛКОВОЙ ПОДГОТОВКЕ БИАТЛОНИСТОВ-СТУДЕНТОВ ..... 113*

*Зебзеева О.Е., Зебзеев В.В.*

*РОЛЬ ЧАЙКОВСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗВИТИИ БИАТЛОНА В ПЕРМСКОМ КРАЕ ..... 118*

*Миронов Д.Л., Егоров В.Н., Попов Э.М.*

*ПРЫЖКОВАЯ ПОДГОТОВКА КАК ВЕСОМЫЙ ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ СКОРОСТНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ ..... 123*

*Цыпленкова Е.С.*

*ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЫГУНОВ ТРОЙНЫМ ..... 128*

*Чаюн Д.В.*

*ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ В АЭРОБНОЙ ГИМНАСТИКЕ ..... 131*

#### 6. МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

*Винник Н.А., Кузнецова О.Б., Кербель Л.А.*

*СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТАМИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ..... 136*

*Казантинова Г.М.*  
*СТРУКТУРА ОБЩЕЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ У СТУДЕНТОВ,*  
*ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ГРУППЕ ЛФК..... 141*

*Костарева С.В., Колыванова К.В., Юринова Т.И.*  
*РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА ГТО «БЕГ НА ЛЫЖАХ» У СТУДЕНТОВ*  
*ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА..... 147*

## **7. СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ, ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Андреенко Т.А., Ткачева Е.Г., Нибабина М.М.*  
*ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ*  
*И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ..... 152*

*Дутова И.В., Архипова С.А., Коростелева Н.А.*  
*ОТНОШЕНИЕ К ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ*  
*СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ И ОСОБЕННОСТИ ИХ САМООЦЕНКИ ..... 155*

*Кантышева Е.П., Рыбина Л.Д.*  
*ВОСПИТАНИЕ У СТУДЕНТОВ УБЕЖДЕННОСТИ В НЕОБХОДИМОСТИ*  
*РЕГУЛЯРНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ..... 161*

*Корольков А.Н., Жеребко Д.С.*  
*ГОЛЬФ В ШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОЕКТАХ..... 165*

*Никишкин В.А., Бумарскова Н.Н., Лазарева Е.А., Гарник В.С.*  
*ПРОФИЛАКТИКА АСОЦИАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ У СТУДЕНТОВ*  
*ПРИ ПОМОЩИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... 171*

*Пипия Ю.С., Александрова В.А.*  
*ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ*  
*ОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ ..... 178*

*Погадаева А.Я.*  
*СРЕДОВОЙ ПОДХОД В РЕАЛИЗАЦИИ ВСЕРОССИЙСКОГО*  
*ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ*  
*К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ..... 183*

*Сажнева Е.В., Сумина К.Е.*  
*ТАНЦЫ КАК ФАКТОР ОЗДОРОВЛЕНИЯ..... 189*

*Тугаева А.В., Бацина О.Н.*  
*СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ НАСЛЕДИЯ ЧЕМПИОНАТА МИРА ПО*  
*ЛЕТНЕМУ БИАТЛОНУ 2017..... 194*

*Чистякова Е.В.*  
*СТУДЕНЧЕСКАЯ МОЛОДЕЖЬ И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА*  
*КАК КОМПОНЕНТ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ..... 199*

*Щербакова А.Ю.*  
*РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВОСПИТАНИИ*  
*ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ И ИХ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ*  
*ХАРАКТЕРИСТИКИ ..... 204*

## **8. ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

*Баженова А.С., Голубева И.А.*  
*ВЫЯВЛЕНИЕ СТИЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ*  
*УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... 210*

*Возисова М.А.*  
*БЕЗОПАСНОСТЬ ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ*  
*В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ БАКАЛАВРОВ*  
*ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ..... 216*

*Мартынюк Н.С., Лисовский А.В.*  
*ВЗАИМООБУЧЕНИЕ КАК МЕТОД ПРОФЕССИОНАЛЬНО-*  
*ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ..... 223*

*Плющева Н.С.*  
*ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОЕКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ*  
*ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ..... 227*

*Туревский И.М., Бородаенко В.Н.*  
*РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ*  
*МАГИСТРАНТАМИ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... 233*

*Туревский И.М., Никитин О.А., Беленков С.С.*  
*МЕЖВУЗОВСКИЙ ЭЛЕМЕНТ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ*  
*ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК РЕЗУЛЬТАТ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ*  
*СТУДЕНТОВ ..... 240*

*Шукаева А.В., Хармонова А.А.*  
*САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ*  
*СТУДЕНТОВ И ЕЕ ФОРМИРОВАНИЕ В ВУЗАХ ФИЗИЧЕСКОЙ*  
*КУЛЬТУРЫ..... 246*

## 9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ

- Бабчина П.И.*  
*МЕТОД ПЕРСОНАЛЬНОГО ОПРЕДЕЛЕНИЯ ДОПУСТИМЫХ НАГРУЗОК ПРИ ДЕФОРМИРАЦИЯХ ГРУДНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА..... 252*
- Бегишев И.А.*  
*ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ В КЛАСТЕРЕ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА-ИНСТИТУТ»..... 258*
- Быкова А.В.*  
*ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕНОЛОГИЙ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ..... 264*
- Крицкая К.В.; Колунин Е.Т.*  
*ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СУДЕЙ ПО ПЛАВАНИЮ ..... 268*
- Хомутова Е.В., Андреевко Т.А., Трушеникова В.Н.*  
*ПРОБЛЕМЫ ПРИМЕНЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ..... 272*

## 10. ТУРИЗМ И ГОСТИНИЧНОЕ ДЕЛО

- Авилова У.А.*  
*ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ ТУЛЫ И ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕКРЕАЦИИ И ТУРИЗМА В РЕГИОНЕ ..... 279*
- Богомолова К.О., Сальков Е.И.*  
*ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ ТУРОБЪЕКТОВ ВЕНЕВСКОГО РАЙОНА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ ..... 283*
- Возисова М.А., Сухих К.Л.*  
*ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ РЕГИОНА ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕКРЕАЦИОННОГО ТУРИЗМА..... 288*
- Комкова А.А., Пономарева И.Ю.*  
*РАЗВИТИЕ ГАСТРОНОМИЧЕСКОГО ТУРИЗМА В ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ..... 293*
- Мишкина Е.Д.*  
*ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ В РОССИИ И ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ..... 301*

<i>Никифорова О.А., Королев А.В.</i> <i>АНАЛИЗ ИННОВАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ В ИНДУСТРИИ</i> <i>ГОСТЕПРИИМСТВА .....</i>	<i>307</i>
<i>Тяпкина Е.И.</i> <i>СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ КАК ВИД ДУХОВНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО</i> <i>РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ НА ТЕРРИТОРИИ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ В</i> <i>ЕФРЕМОВСКОМ РАЙОНЕ .....</i>	<i>311</i>
<i>Ушнова А.Д.</i> <i>АНАЛИТИКА ГОСТИНИЧНОЙ И САНАТОРНО-КУРОРТНОЙ</i> <i>ИНДУСТРИИ.....</i>	<i>314</i>
<i>Ушнова А.Д.</i> <i>КЛАССИФИКАЦИЯ ОТЕЛЕЙ.....</i>	<i>318</i>

Научное издание

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ СТУДЕНЧЕСКОЙ  
МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ:  
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

*Сборник научных трудов участников  
XII Международной научно-практической конференции*

Авторское редактирование

Верстка, коррекция В.Н. Егорова, М.Г. Сухановой

Изд. лиц. ЛР №020300 от 12.02.97. Подписано в печать

Формат бумаги 60x84 1/16. Бумага офсетная.

Усл. печ. л. 54,0.

Тираж 100 экз. Заказ

Тульский государственный университет.

300012, г. Тула, просп. Ленина, 92

Отпечатано в Издательстве ТулГУ.

300012, г. Тула, просп. Ленина, 95