

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего профессионального образования
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА, МОЛОДЕЖИ И ТУРИЗМА (ГЦОЛИФК)»**

**Международный
научно-практический конгресс
«НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»
27-29 мая 2014 года**

**МАТЕРИАЛЫ КОНГРЕССА
Том 1**

Москва 2014

MINISTRY OF SPORT OF RUSSIAN FEDERATION

DEPARTMENT EDUCATION OF MOSCOW

**Federal state budgetary educational establishment of higher vocational education
«RUSSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION, SPORT, YOUTH AND
TOURISM» (SCOLIPE)**

**NATIONS' HEALTH: SYSTEMS OF LIFELONG PHYSICAL
EDUCATION AS A FOUNDATION OF PUBLIC HEALTH**

ABSTRACT BOOK

Part 1

**INTERNATIONAL CONGRESS,
19-th Biennial Conference of ISCPES
May, 27-29 2014**

Moscow – 2014

УДК 796:061.2
UDK 796:061.2

Национальные программы формирования здорового образа жизни, междунар. науч.-практ. конгр. (2014 ; Москва). Международный научно-практический конгресс «Национальные программы формирования здорового образа жизни», 27–29 мая 2014 г. В 4 т. Т. 1 : материалы конгр. / науч. ком. : С. Д. Неверкович [и др.] ; М-во спорта Рос. Федерации, Департамент образования г. Москвы, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования «Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)». – М., 2014. – 638 с.

National programs of healthy life style development, international scientific congress (2014; Moscow). International congress "National programs of healthy life style development", May, 27–29 2014. V 4 т. Т. 1: proceedings. / scient. com. : S. D. Neverkovich [etc.] ; Ministry of Sport of RF, Department of Education of Moscow, Federal state budgetary educational establishment of higher vocational education «Russian State University of PE, Sport, Youth and Tourism». – М., 2014. – 638 p.

Научный комитет: Неверкович С.Д., д-р пед. наук, профессор, член-корреспондент РАО; Година Е.З., д-р биол. наук, профессор; Беличенко О.И., д-р мед. наук, профессор; Смоленский А.В., д-р мед. наук; Булыкина Л.В., канд. пед. наук, доцент; Рубцова Н.О., канд. пед. наук, профессор; Мельникова Н.Ю., канд. пед. наук, профессор; Быховская И.М., д-р филос. наук, профессор; Козырева О.В., д-р пед. наук, профессор; Сопов В.Ф., канд. псих. наук, доцент; Гониянц С.А., канд. пед. наук, профессор.

Scientific committee: Neverkovich Sergey D., Professor, Doctor of Science, corresponding member of Academy of Education of RF; Godina Elena Z., Professor, Doctor of Sciences; Belichenko Oleg I., Professor, Doctor of Science; Smolensky Andrey V., Professor, Doctor of Medicine; Bulykina Larisa, PhD, associate professor; Rubtsova Natalya, PhD, associate professor; Melnikova Natalya, PhD, professor; Bykhovskaya Irina M., Professor, Doctor of Philosophy; Kozyreva Olga, doctor of sciences, professor; Sopov Vladimir, PhD, professor; Gonyiyants Stepan A., Professor, PhD.

Материалы конгресса охватывают широкий круг проблем, связанных с формированием здорового образа жизни населения. Рассмотрены вопросы адаптивной двигательной активности, рекреации и отдыха в сфере физической культуры, спорта и туризма, использования реабилитационных технологий в системах физического воспитания, подготовки педагогических кадров, аукологических аспекты детско-юношеского спорта, а также социальные факторы и культурные смыслы физического воспитания, вопросы исторического и олимпийского наследия в системах непрерывного физического воспитания.

Материалы представлены в редакции авторов.

Congress covers a wide range of issues connected with nations' healthy life style. The following points are included: adapted motor activity, recreation and leisure in the sphere of physical education, sport and tourism rehabilitation technology in the systems of PE, pedagogical personnel training, auxological issues of children and adolescent sport, social factors and cultural meanings of physical education, historical and Olympic heritage in systems of lifelong physical education.

The abstracts are edited by the authors.

ISBN 978-5-905760-24-2

© Научно-организационное управление

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ МЕТОДИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕВУШКАМИ

¹Скидан А.А., аспирант,

¹Севдалев С.В., канд. пед. наук, доцент,

²Врублевский Е.П., д-р пед. наук, профессор

¹Кафедра теории и методики физической культуры, Гомельский государственный университет имени Ф.Скорины, Гомель, Беларусь

²Кафедра физической культуры, Полесский государственный университет, Пинск, Беларусь и Зеленогурский университет, Польша

lady.skidan@mail.ru

Введение. Одним из важнейших направлений в реализации комплексного подхода к оздоровлению и формированию здорового стиля жизни студенческой молодежи является модернизация действующей системы физического воспитания на основе внедрения новых нетрадиционных видов физкультурно-оздоровительной деятельности лично дифференцированного содержания, реализуемых в соответствии с мотивационными потребностями, образом жизни, социально-психологическим и морфофункциональным статусом студентов. Данный вопрос имеет особую социальную значимость, т.к. от состояния здоровья этой категории населения зависит здоровье нации [1].

В настоящее время появился целый ряд новых современных физкультурно-оздоровительных систем и технологий, которыми занимаются преимущественно девушки. Особую популярность среди женского контингента получила система «шейпинг», которая, по мнению многих специалистов, позволяет эффективно решать проблемы физического совершенствования [2, 3].

Цель исследования – теоретическое обоснование, разработка и апробация оздоровительной методики занятий шейпингом со студентками в процессе физического воспитания.

Методы исследования. Оценка физического развития девушек проводилась методом антропометрии, а состояние сердечнососудистой системы при помощи автоматического сфигмоманометра и пульсометрии.

Экспериментальная группа студенток была сформирована отбором девушек с излишними жировыми отложениями, с целью коррекции их фигуры в целом и изменением конфигурации отдельных частей тела. Особенность проведения занятий в группе заключалась в применении, с определенной последовательностью воздействия, специально разработанных нами комплексов физических упражнений, способствующих целенаправленному изменению и коррекции форм тела. При этом оценка эффективности методики осуществлялась на основе выявления различий в показателях тестирования, проведенного до и после эксперимента.

Результаты исследования и их обсуждение. По окончании педагогического эксперимента, достоверность различий ($p < 0,05$) между

данными физического развития экспериментальной группы и идеальными показателями были выявлены при измерениях следующих жировых складок: бедра спереди ($19.47 \pm 0,31$) отклонение от ИП – $4,47 \pm 0,27$; сзади ($26.45 \pm 0,13$) отклонение от ИП – $10,45 \pm 0,21$; внутри ($12.71 \pm 0,17$) отклонение от ИП – $3,21 \pm 0,18$; сбоку ($31.31 \pm 0,21$) отклонение от ИП – $11,31 \pm 0,27$. Однако в сравнении с началом эксперимента отклонения от идеальных показателей значительно сократилось.

Анализ полученных по окончании эксперимента данных обхватных размеров тела (талия – $63.93 \pm 0,36$ отклонение от ИП $1,12 \pm 0,26$; ягодицы – $91.27 \pm 0,34$ отклонение от ИП $1,33 \pm 0,32$; бедра – $52.29 \pm 0,23$ отклонение от ИП $0,81 \pm 0,22$) не выявил достоверных различий от идеальных показателей ($p > 0,05$), что говорит об их нормализации.

Результаты замеров жировых складок пресса сверху ($8,84 \pm 0,15$ отклонение от ИП – $2,32 \pm 0,14$), пресса снизу ($12,84 \pm 0,21$ отклонение от ИП – $2,84 \pm 0,19$), туловища сбоку ($7,75 \pm 0,24$ отклонение от ИП – $1,83 \pm 0,24$), спины снизу ($19,98 \pm 0,23$ отклонение от ИП – $0,99 \pm 0,31$) так же не выявил достоверных различий от идеальных показателей ($p > 0,05$). Вышеперечисленные показатели находятся в пределах нормы.

Таким образом, предложенная нами оздоровительная методика шейпинга практически позволила приблизить показатели физического развития девушек экспериментальной группы к идеальным показателям.

По окончании педагогического эксперимента отмечено достоверное отличие в исследуемых показателях функционального состояния студенток в сравнении с исходными данными ($p < 0,05$). Так систолическое, так и диастолическое давление по окончании эксперимента практически приблизилось к норме ($123,65 \pm 0,71$, при норме 110-120 мм рт.ст; $84,57 \pm 0,52$, при норме 70-80). Частота сердечных сокращений в покое по окончании эксперимента так же достоверно приблизилась к нормативным показателям ($71,23 \pm 0,43$, при норме 60–70 уд/мин).

Выводы. Разработанная методика занятий шейпингом позволила существенно уменьшить жировой компонент массы тела студенток, нормализовать их функциональное состояние, повысить мотивацию к регулярным занятиям физическими упражнениями, сформировать в них устойчивую потребность. Все это подтвердило высокую эффективность данной методики, которая может быть адаптирована к использованию в учебном процессе по физическому воспитанию студенток в условиях других вузов, а также при проведении дополнительных оздоровительных занятий со студентками.

Литература

1. Козлов В.И. Прогрессирование дефицита двигательной активности у студенток и выбор средств его компенсации [Текст]: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.И. Козлов: МГАФК. – Малаховка, 1995. – 196 с.
2. Постол О.Л. Методика оздоровления студенток вузов на занятиях по физическому воспитанию с применением традиционных и нетрадиционных

средств [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.Л. Постол. – Хабаровск, 2004. – 24 с.

3. Щанкина В.В. Новые физкультурно-спортивные виды. Шейпинг [Текст]: учеб. пособие / В.В. Щанкина; Ряз. гос. ун-т им. С.А. Есенина. Рязань, 2006. – 64 с.

**СОДЕРЖАНИЕ
CONTENTS**

ПЛЕНАРНЫЕ ДОКЛАДЫ

Prof. em. Dr. Dr. h.c. Herbert Haag, M.S HOLISTIC UNDERSTANDING OF SPORT SCIENCE A REQUEST FOR THE FUTURE.....	26
В.В. Бабкин О ВВЕДЕНИИ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)	27
Розин В.М. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В КОНТЕКСТЕ ПРОБЛЕМ СОВРЕМЕННОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ	29
Столяров В.И. ИННОВАЦИОННЫЕ КОНЦЕПЦИИ СОВРЕМЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (отечественный и зарубежный опыт)....	32
<i>THE DIVERSE SYSTEMS OF PHYSICAL EDUCATION AND PEDAGOGIC STAFF TRAINING IN MODERN SOCIETY</i>	
<i>ИНВАРИАТИВНОСТЬ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ</i>	
Agudo Yinette THEORETICAL MODEL OF ACADEMIC TRAINING OF THE SPORTS MANAGER SUPPORTED IN CREATIVITY	39
L.O. Amusa and A.L. Toriola PHYSICAL EDUCATION IN AFRICA: THE PAST, PRESENT AND FUTURE DIRECTIONS	39
John Saunders INTERNATIONAL SPORTS STUDIES – THE PATH FORWARD.....	40
John Saunders, Matthew Pink & Ceran Nilson THE ATHLETE AS A PERSON – CAN A MORE HOLISTIC MODEL OF PERSONAL EXCELLENCE PROVIDE A COMPETITIVE ADVANTAGE?...	41
Mohammed Sabih Hassan THE IMPACT OF ISO - BALLISTIC TRAINING AND PLYOMETRIC TRAINING WITH WEIGHTS ADDED IN DEVELOPING EXPLOSIVE POWER AND PERFORMANCE OF SERVING AND SPIKING SKILLS FOR VOLLEYBALL PLAYERS	42
Holzweg Martin THE EUROPEAN SITUATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SCHOOL SPORT	42
Walter King Yan HO, Rui GAO, Xiaoxi DONG & Zengyin YAN TEACHING OF PHYSICAL EDUCATION AND REVIEW OF PRACTICE	

FOR EDUCATIONAL REFORM	43
Fan Huang, Walter HO	
HEALTH DEVELOPMENT IN PHYSICAL EDUCATION AND REVIEW OF STRATEGY FOR REFORM	44
Yunus ARSLAN, Kürşat ÖZCAN, Nevşehir Hacı Bektaş Veli University	
UNCERTAINTIES AND RISKS DETERMINING PHYSICAL EDUCATION TEACHER EDUCATION STUDENTS' DEMAND FOR HIGHER EDUCATION	45
Yusuf Köklü, Muhammed Akan, Utku Alemdaroğlu	
EFFECT OF DIFFERENT BOUT DURATIONS IN FULL COURT 3-A-SIDE GAMES ON BASKETBALL PLAYERS' PHYSIOLOGICAL RESPONSES AND TECHNICAL ACTIVITIES.....	46
Komova E.	
SCHOOL SPORT IN RUSSIAN FEDERATION	47
Levchenkova T.B.	
PEDAGOGICAL REQUIREMENTS TOWARD FURTHER EDUCATION OF SPECIALISTS IN KIDS' FITNESS	49
Mikhailova E., Mikhailov N.G.	
PREPARATION FOR TEACHING STAFF AEROBIC FITNESS AS A NEW KIND OF ADDITIONAL EDUCATION FOR MOSCOW.....	51
Harmonova A.A.	
EDUCATIONAL FORMING TECHNOLOGY OF COGNITIVE ACTIVITY OF STUDENTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS.....	53
Боген М.М	
СИСТЕМНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ПОДГОТОВКИ КАДРОВ ДЛЯ ЕЁ РЕАЛИЗАЦИИ.....	56
Гурвич А.В., Панков В.П., Комниренко А.А., Яковлев В.В.	
ЭФФЕКТ ГТО 1931–2014 гг.: ГОТОВ ИЛИ НЕ ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ?.....	58
Данилова Л. Н., Мухина М. П.	
МЕТОДИКА КОНЦЕНТРИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ БАЗОВЫМ ЭЛЕМЕНТАМ ВОЛЕЙБОЛА	64
Житнов Е. А., Литвинов С. В., Жийяр М. В.	
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЛОГИСТИКА В УПРАВЛЕНИИ И ФОРМИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДНИХ СПЕЦИАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ.....	66
Кибакин М. В.	
МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ИНСТИТУЦИАЛИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ, СПОРТИВНЫХ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК В СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ РОССИЙСКОЙ МОЛОДЕЖИ ...	68
Левченкова Т.В.	
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ	

ОБРАЗОВАНИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ДЕТСКОМУ ФИТНЕСУ.....	73
Мельникова Ю.А., Мухина М.П. ИННОВАЦИОННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ.....	75
Михайлова Э.И., Михайлов Н.Г ПОДГОТОВКА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ ДЛЯ ФИТНЕС- АЭРОБИКИ КАК НОВЫЙ ВИД УСЛУГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ.....	77
Мухина М. П. СОДЕРЖАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ НЕПРЕРЫВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ	80
Неверкович Д.С., Попова А.А. СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К УПРАВЛЕНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ: СИНЕРГЕТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ	82
Саидова М.Х., Каримова Д.Д. СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОК К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ВУЗЕ	90
Сафаров Ш.А., Курбонов Х.Д., Тошматов Р.Н. ЗНАЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНТОК ВУЗОВ ПО КУРСУ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ ТАДЖИКИСТАН	95
Скидан А.А., Севдалев С.В. Врублевский Е.П. ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ МЕТОДИКА ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕВУШКАМИ.....	98
Хармонова А.А., Шукаева А.В. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА.....	100

AUXOLOGICAL ISSUES OF CHILDREN AND ADOLESCENT SPORT

***АУКСОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО
СПОРТА***

Gundegmaa L., Bondareva E.A., Godina E.Z. COMPARATIVE ANALYSIS OF ANTHROPOGENETIC AND MORPHOFUNCTIONAL PARAMETERS MONGOLIAN WRESTLERS AND ATHLETES.....	104
Bobarykin N.S., Godina E.Z. COMPARATIVE ANALYZIS OF ANTHROPOMETRIC INDICES OF ATHLETES SPECIALIZING IN SHORT-TRACK AND MOSCOW SCHOOLCHILDREN AT THE AGE FROM 7 TO 16.....	106
Bondareva E.A., Anisimova A.V., Burlykov V.D., Godina E.Z.	