



**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ  
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

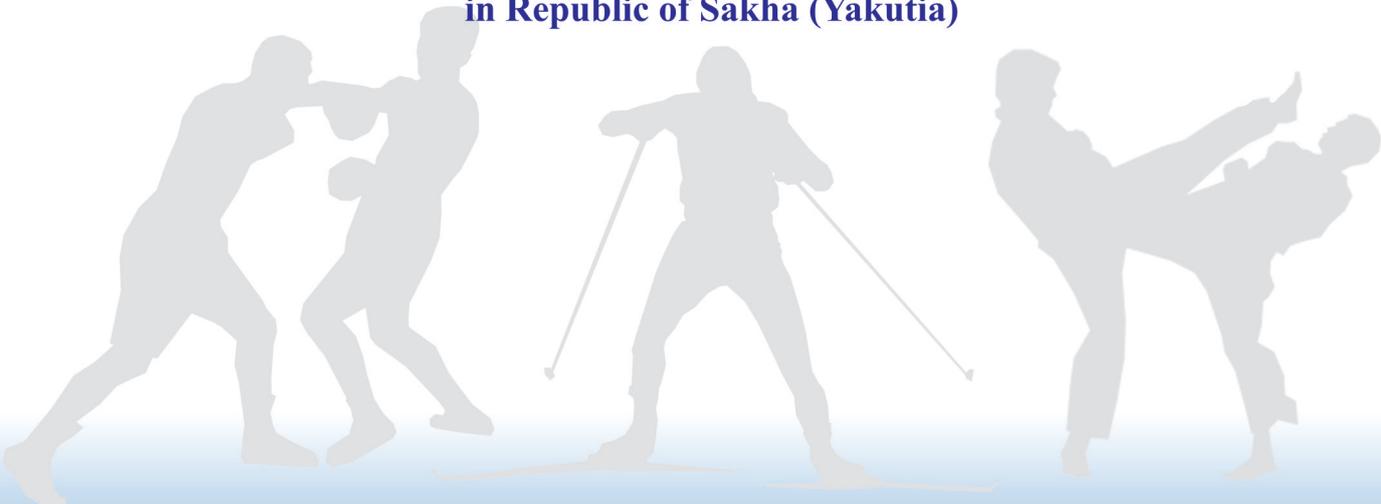
**Материалы  
международной научно-практической конференции, посвященной  
30-летию высшего физкультурного образования  
в Республике Саха (Якутия)**

**30 ноября 2012 г.**



**MODERN PROBLEMS  
OF SPORTS EDUCATION AND SPORTS TRAINING**

**The international scientific-practical conference  
devoted to the 30-th anniversary of the higher sports education  
in Republic of Sakha (Yakutia)**



**Якутск 2012**

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГАОУ ВПО «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К.Аммосова»  
Институт физической культуры и спорта

## **СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

**Материалы**

**международной научно-практической конференции, посвященной  
30-летию высшего физкультурного образования в Республике Саха (Якутия)**

**30 ноября 2012 г.**

## **MODERN PROBLEMS OF SPORTS EDUCATION AND SPORTS TRAINING**

**The international scientific-practical conference  
devoted to the 30-th anniversary of the higher sports education  
in Republic of Sakha (Yakutia)**

Якутск 2012

УДК 37:796

ББК 75.1

**Редакционная коллегия:**

Платонов Д.Н. (председатель), Северьянова М.И. (отв редактор), Захаров Г.К., Илларионов П.М., Кудрин Е.П., Лукина А.С., Оконешникова М.А., Оленова А.А., Охлопков П.П., Петрова А.Ю., Платонова И.Д., Черкашин А.В., Ядреев В.В.

**Ответственные по секциям:**

Портнягин И.И., Тарасов А.Е., Колодезников К.С., Колодезникова С.И., Аммосова Л.И., Сентизова М.И.

**Перевод на английский:** Спиридонова М.Е.

**Современные проблемы физкультурного образования и спортивной тренировки :** материалы международной научно-практической конференции, посвященной 30-летию высшего физкультурного образования в Республике Саха (Якутия). – Якутск : Издательский дом СВФУ, 2012. – 304с.

ISBN 978-5-7513-1700-3

УДК 37:796

ББК 75.1

© Северо-Восточный федеральный университет, 2012

ISBN 978-5-7513-1700-3

Е.П. Врублевский, ПГУ

Минск, Беларусь

**ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОК  
СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ ВИДАХ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ**

E.P.Vryblevsky, PSU

Minsk, Belarus

**THE ORGANIZATION OF PREPARATION OF SPORTSWOMEN OF HIGH QUALIFICATION IN  
THE CONTEXT OF ITS INDIVIDUALIZATION**

*Abstract. On the basis of the analysis of the special literature, own experimental and theoretical researches the individualization of preparation of the qualified sportswomen as the interconnected sequence of some methodical receptions is presented.*

*Key words: sportswomen, individualization, the preparation training influences, dynamics of a condition.*

Введение. Ключевым направлением перспективности технологических решений конкретизации стратегии подготовки спортсменов высокого класса специалисты считают индивидуализацию их подготовки. Однако индивидуализацию в спорте часто трактуют как тренировку, осуществляемую с учетом отдельных характеристик спортсмена – морфологических, функциональных, психических и др. Подобный подход внес свой положительный вклад в решение частных задач индивидуализации, связанных с процессом подготовки спортсменов различной квалификации. При этом наиболее полно определено, что необходимо учитывать при индивидуализации подготовки, и гораздо хуже стоит положение, как это осуществить.

Организация исследований. В статье изложены результаты педагогических экспериментов, ведущими задачами которых являлось обоснование основных направлений индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменок, специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики. Индивидуализация подготовки участниц эксперимента проводилась по следующим направлениям:

1. Моделирование соревновательной структуры и уровня специальной подготовленности.

2. Адекватность содержания тренировочных и соревновательных нагрузок морфологическим и психическим особенностям спортсменов.

3. Учет текущего состояния спортсменов и колебания работоспособности в связи с фазами ОМЦ.

4. Коррекция тренировочных и внутренировочных воздействий в соответствии с индивидуальными особенностями спортсменов.

Были разработаны модели индивидуализации спортсменов в годичном цикле, предусматривающие наиболее оптимальную динамику состояния спортсменки, в зависимости от календаря соревнований, различную композицию средств тренировки, адекватных характеру ее соревновательной деятельности, основных сторон подготовленности, а также цикличности функций репродуктивной системы организма.

Каждый педагогический эксперимент, где участвовали квалифицированные спортсменки, специализирующиеся в скоростно-силовых видах легкой атлетики, проводился в два этапа. На первом, в течение года (с ноября по август), с помощью методики для оценки основных проявлений мышц и прыжковых тестов определялась взаимосвязь между величиной задаваемой тренировочной нагрузки и состоянием спортсменки. Регистрировались выполняемая тренировочная нагрузка по группам основных средств, применяемых в данном виде легкой атлетики, и индивидуализированное воздействие ее на организм спортсменки. Тестирования проводились два, а на отдельных этапах три раза в месяц, без вмешательства в ход подготовки.

В начале эксперимента с учетом индивидуальных особенностей и исходного уровня были разработаны перспективные модели соревновательной деятельности и специальной силовой подготовленности спортсменок. Определены объемы основных средств подготовки и подходы к коррекции тренировочных воздействий в связи с индивидуальными особенностями текущего состояния конкретной спортсменки.

По итогам тестирования были условно выделены несколько групп легкоатлеток, направленность тренировочного процесса которых была ориентирована, в большей степени, на развитие индивидуальных особенностей спортсменок. Индивидуализация тренировки предусматривала подбор средств и методов, целенаправленно влияющих на развитие необходимого компонента скоростно-силовых способностей определенных мышечных групп. Кроме того, определялись особенности проявления динамики на протяжении ОМЦ спортсменок и психологическое отношение к выполнению тренировочных воздействий в ту или иную фазу специфического биологического ритма.

Результаты исследования и их обсуждение. Эффективное сопоставление и формирование запланированной индивидуальной структуры соревновательной деятельности было обеспечено за счет:

- адекватных двигательных установок в процессе подготовки, которые предусматривали доминирование нужного тренировочного режима;
- роста скоростно-силовых показателей конкретных мышечных групп, определяющих возможность спортсменок к повышению скорости (мощности) движений;
- использования вариативного метода при оптимальном соотношении выполнения основного соревновательного упражнения в затрудненных, облегченных и обычных условиях, что стимулировало повышение двигательных возможностей спортсменок.

По окончании первого этапа эксперимента, вместе с тренером спортсменки, анализировались полученные результаты, и на их основе, а также исходя из календаря соревнований и задач подготовки на следующий год, разрабатывалась перспективная индивидуальная модель динамики состояния спортсменки и система тренирующих воздействий для ее реализации. При этом подготовка планировалась с расчетом, прежде всего, на вполне конкретную (и заранее предполагаемую) ориентацию в индивидуальной динамике уровня специальной подготовленности той или иной спортсменки и была организована таким образом, чтобы достичь желаемого уровня соответствующих показателей к моменту наиболее ответственных соревнований в предстоящем сезоне.

Целью второго (формирующего) этапа педагогического эксперимента было увеличение мощности работы организма спортсменки в специализированном двигательном режиме, что интегративно обеспечивало прирост спортивного мастерства в том или ином скоростно-силовом виде легкой атлетики. При этом стратегическая линия тренировочного процесса для этого предусматривала приоритетное повышение моторного потенциала спортсменки и совершенствование умения его эффективно использовать в соревновательном упражнении (бег, прыжки, метания). Основная методологическая направленность индивидуализации подготовки спортсменок на втором этапе педагогического эксперимента заключалась в такой организации (взаимосвязи и упорядоченности во времени) тренирующих воздействий, чтобы работа над преимущественным повышением мощности специфической работоспособности спортсменки была детерминирована ее индивидуальными морфофункциональными особенностями и адекватна динамике текущего состояния организма.

При построении годового цикла мы исходили из того, что необходимой предпосылкой для решения проблемы индивидуализации подготовки выступают результаты исследования принципиальных тенденций во взаимосвязи состояния спортсмена и задаваемой тренировочной нагрузки. Без фундаментального поиска в этом направлении невозможно не только решение проблемы индивидуализации, но и формулирование методических принципов построения тренировки в том или ином виде спорта.

Руководствуясь индивидуальными особенностями биоритмики организма каждой конкретной спортсменки, учитывая уровень ее подготовленности и зная реально освоенные в прошлом объемы нагрузок, представлялось возможным довольно четко определить требуемый общий объем тренирующих воздействий для мезоцикла подготовки и порядок его распределения. Задача определения общего объема тренировочной нагрузки на этапе облегчалась, так как уже имелся опыт реализации динамики состояния спортсменки в прошедшем году. Применительно к конкретной спортсменке индивидуализация ее подготовки предполагает также нахождение эффективных тренирующих воздействий и такого распределения их в рамках того или иного этапа или мезоцикла, чтобы достичь требуемого повышения моторного потенциала при минимизированном до оптимального предела количестве тренировочной работы.

Эффективность реализации модели подготовки обеспечивалась системой обратной связи, функция которой заключалась в регулярной (2-3 раза в месяц) контрольной оценке текущего состояния спортсменки, сопоставления его реальных характеристик с модельными и коррекции, в случае необходимости, программы тренировки. При этом последняя выступала в качестве главной технологической основы превращения целевой установки в реальность.

Выводы. Реализация разработанных моделей в практике подготовки высококвалифицированных спортсменок, специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики, показала их высокую продуктивность. Данные модели, основанные на учете морфофункциональных особенностей организма спортсменок, биоритмологических закономерностей его функционирования, синхронизации структуры подготовки и фаз ОМЦ, повысили эффективность тренировочного процесса и результативность соревновательной деятельности без увеличения объема и интенсивности применяемых нагрузок, сделали тренировочный процесс более управляемым. Это подтвердили итоги педагогических экспериментов по проверке эффективности разработанных моделей индивидуализации подготовки спортсменок, специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики.

## СОДЕРЖАНИЕ

### СЕКЦИЯ 1. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА В ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

#### SECTION 1. PROFESSIONAL TRAINING IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS BRANCH

Платонов Д.Н., Винокурова О.Е. Подготовка кадров в отрасли физической культуры в условиях университетского комплекса.....	1
Портнягин И.И. Интеллектуальное развитие школьников – спортсменов.....	5
Акбатыров К.Х. Профессиональная подготовка в отрасли физической культуры и спорта.....	11
Анахина А.В. Формирование профессиональных компетенций на основе деятельностной технологии обучения.....	13
Аргунова А.П. Организационно-педагогические условия образовательной среды вуза как фактор формирования профессиональных компетенций студентов.....	15
Баишев И.И. Региональный компонент как условие формирования профессионально-личностных качеств у будущих сотрудников правоохранительных органов.....	17
Бараксанов В.П., Друзьянов И.И. Профессионально-личностное саморазвитие педагога-тренера.....	20
Бектурганов О.Е., Камбаров Н.К. Условия адаптации студентов к учебным и служебным нагрузкам в процессе обучения в вузах силовых структур.....	23
Борисова Т.М., Винокуров Е.Г. Этноспорт как институт объединяющий традиционные виды физической активности.....	25
Борисов Е.С. Обеспечение обратной связи как условие удовлетворенности учащихся уроком физической культуры.....	27
Броновицкая Г.М., Лойко Л.А., Комар Е.Б. Организация и особенности преподавания анатомии в вузе физкультурного профиля.....	30
Васильев А.Г. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой.....	33
Васильева М.И., Протождяконова М.Н. Довузовский этап профориентационной работы (на примере ИФКиС СВФУ).....	37
Винокурова О.Е., Лебедева М.И. Особенности обеспечения сферы физической культуры и спорта специалистами в условиях инновационного развития.....	38
Винокурова О.Е., Винокуров А.Д. Роль физической культуры и спорта в социализации студентов в условиях глобализации.....	41
Винокуров Е.Г., Неустров П.П. Якутская народная борьба «хапсагай» как основа подготовки борцов вольного стиля.....	42
Гармаев Ц.К., Андросов П.П. Дифференцированный подход в физическом воспитании на основе субъектного опыта студентов.....	44
Гермогенов И.Н. Применение игр предков на уроках физической культуры.....	47
Гомбодорж Д., Торговкин В.Г. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса при воспитании скоростных качеств у студентов-дзюдоистов.....	49
Гуляев М.Д. Регионализация подготовки специалистов в системе непрерывного физкультурного образования.....	51
Гуляев П.Д., Гуляева С.С. Личностно-ориентированный подход как фактор саморазвития и физического совершенствования студентов.....	54
Данилова А.И. Условия формирования it-компетенции будущих кадров сферы физической культуры и спорта.....	56
Данилова М.П. Особенности обучения технике приемов дзюдо в стойке.....	58
Диодоров И.Г. Организация начального этапа тренировочного процесса юных легкоатлетов на основе игрового метода.....	60
Дьячковский К.Д. О семиотике спорта и физкультуры: постановка проблемы.....	63
Евсеева А.А. Решение педагогических задач на уроках физической культуры на основе подвижных игр.....	65
Жданова Ю.С., Шипицина О.В. Организации ППФП специалистов социально-культурного сервиса и спортивно-оздоровительного туризма.....	67
Жесткова Е.А. Физическое воспитание детей грудного возраста с учетом психомоторного развития.....	70
Заколюдная Е.Е. Необходимость учета будущими педагогами в сфере спорта индивидуально-личностных особенностей поведения человека в конфликте.....	73
Захаров Г.К., Петрова А.Ю., Охлопков П.П., Черкашин И.А. Организационно-управленческая деятельность НИРС в физкультурном вузе.....	76

Карамзин А.Д., Торговкин В.Г. Совершенствование технико-тактических действий борцов-подростков на основе применения тренажеров.....	77
Карпов М.А., Воронцов В.В. Индивидуализация спортивной подготовки тхэквондистов.....	80
Константинов Ю.Ю. Физическая культура как необходимый элемент при формировании общей культуры у студентов.....	82
Коптюг О.А., Коптюг М.А. Пути и средства совершенствования коллективной деятельности студентов физкультурного вуза.....	85
Кочнев В.П. Этапы развития высшего физкультурного образования в Республике Саха (Якутия).....	86
Кулешова О.В. Влияние демографической ситуации на контингент студентов педагогического вуза.....	90
Малозёмов О.Ю. Валеологический аспект подготовки педагогических кадров.....	93
Мансурова Н.И., Антоненко М.Н. Двигательная активность как ведущий фактор оздоровления и работоспособности человека.....	95
Мартиросова Т.А., Абросимова Н.В. Организация профессионально-прикладной физической подготовки в вузах России.....	98
Микитчик О.С. Результаты выступлений украинских прыгунов в воду на международных соревнованиях 2000-2012 годов.....	102
Митусова Е.Д. Зимние олимпийские игры 2014 г. – новый вектор социально-экономического развития России.....	103
Находкин В.В. Современные тенденции развития детского спорта в России.....	106
Никитина М.С. Шашечная игра как средство развития у школьников способностей действовать в уме.....	109
Олесов Н.П. Курсы повышения квалификации педагогов в системе высшего физкультурного образования.....	111
Охлопков П.П., Ядреев В.В., Захаров Г.К., Черкашин И.А. Интегральное развитие физических и психических качеств у юных тайбоксеров.....	113
Парфенова С.О., Шевченко А.А. Инновационно-технологический подход при организации педагогической практики студентов факультета физической культуры.....	115
Пахомов Н.Д. Якутские национальные виды спорта и упражнения как эффективные средства физического воспитания школьников.....	119
Платонова З.Н. Ведущие копинг-стратегии в предсоревновательном периоде подготовки студентов-спортсменов.....	121
Прокопьев А.Т. К вопросу обеспеченности кадрами сферы физической культуры и спорта Республики Саха (Якутия).....	124
Пружинина М.В. Влияние личностно-ориентированных спортизированных форм занятий на психологический статус студента.....	126
Пружинин К.Н. Регионализация вузовского образования отрасли «Физическая культура» в современных условиях.....	128
Рожин Н.Н. Воспитание у студентов способности к личностно-профессиональной самоактуализации.....	129
Румянцева Н.В. Самостоятельная работа студентов по учебной дисциплине «Теория и методика лыжного спорта» на основе технологии дистанционного обучения.....	131
Северьянова М.И. Становление и развития высшего физкультурного образования в России.....	133
Скрябин С.П. Влияние занятий футболом на формирование личностных качеств.....	135
Слепцова Г.Н., Платонова Р.И. К вопросу о социокультурной компетентности студентов физкультурных специальностей.....	136
Собакин П.И. Обеспечение научного подхода в развитии национальных видов спорта Республики Саха (Якутия).....	139
Спиридонов В.Р. Баскетбол как эффективное средство физического воспитания студентов.....	141
Тарасенко В.И. Подготовка педагогов бального танца на основе личностно-ориентированного подхода.....	143
Утегенов Е.К., Тугамбаев Е.К. Формирование патриотизма у старшеклассников на уроках физической культуры.....	145
Ушницкий М.Н. Актуальные проблемы профилактики спортивного травматизма.....	148
Филиппов А.С. Развитие координационных способностей у детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры.....	150
Харитонов В.И., Сыроватский Ф.Ф., Вандышев В.И. Элементы инновационных технологий при подготовке будущих специалистов.....	152
Хныгина М.В., Аверьянова Ю.Н., Лоскутов В.А. Тенденции развития технических и экстремальных видов спорта в молодёжной среде.....	156
Четвертаков С.П. Влияние психофизиологических и социальных факторов на соревновательную надежность спортсменов.....	158

Четвертаков С.П., Сергеева Л.В. Риск в спортивной деятельности и методы его определения.....	159
Четвертаков С.П., Сергеева Л.В. Роль мотивов в спортивной деятельности.....	161
Ядреев В.В., Захаров Г.К., Охлопков П.П., Черкашин И.А. Формирование навыков самоконтроля у старшеклассников занимающихся спортом.....	163
Якуш Е.М. Использование средств конькобежного спорта для повышения уровня физической подготовленности студентов.....	165
Zhang Wenhui Fitness and sports activities in shanghai, 张文辉 上海的健身和体育活动.....	169

## **СЕКЦИЯ 2. ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Абрамова В.Р. Особенности функционального состояния дыхательной системы юных спортсменов в условиях Севера.....	172
Алаас К. Качественное управление массовой физической культурой и спортом.....	173
Алексеев В.В. Динамика физической подготовленности юных борцов.....	175
Алексеев П.М., Тарасов А.Е. Популяризация борьбы хапсагай в современных условиях.....	176
Антонова М.Н. Организация физкультурно-оздоровительной работы среди студентов в условиях Крайнего Севера.....	178
Бакшина А.И., Сизова Н.Н. Использование средств креативной оздоровительной аэробики при обучении приемам рукопашного боя.....	182
Балка М.М., Колодезникова С.И. Основные направления развития массовой физической культуры и спорта в Республике Саха (Якутия).....	184
Бобылева Е.А., Колокольцев М.М., Петров И.О. Бизнес-план организации и функционирования лыжно-биатлонного комплекса «Ангарский».....	187
Былчахова М.Ю., Тарасов А.Е. Фитнес-аэробика – как средство повышения массовой физической культуры.....	191
Величко Т.И., Лоскутова И.В., Аверьянова Ю.Н., Лоскутов В.А., Сергеева Л.В., Хныгина М.В. Адаптация к физическим нагрузкам как условие поддержания высокой работоспособности у первокурсников.....	193
Винокурова С.П., Захарова А.А. Результаты обследования состояния здоровья студентов (на примере студентов медицинского института СВФУ).....	195
Глухарева М.Р. Показатели физической подготовленности как фактор эффективного управления тренировочным процессом студентов-волейболистов.....	198
Гоголева Е.Н. Анализ двигательного режима студенток медицинского института СВФУ.....	199
Гоголева Е.Н. Развитие физической работоспособности студенток на основе самостоятельных физкультурных занятий.....	201
Горбунов В.М., Сабарайкин С.В. Совершенствование техники нападающего удара у юных волейболистов.....	202
Гуляева А.Н. Организационно-методические основы пропаганды физической культуры, спорта и здорового образа жизни.....	204
Гурьева А.В. Интеграция как направление модернизации физического воспитания с этнокультурной направленностью.....	206
Дмитриева Л.П. Воспитание координационных способностей у школьников средствами аэробики.....	209
Дьячковская В.П., Тарасов А.Е. Влияние занятий альпинизмом на функциональное состояние организма человека.....	212
Евсеева С.В., Данилов В.Ф. Формирование основ здорового образа жизни средствами лыжного спорта.....	215
Захаров А.А., Сивцев И.В. Сохранение этнической принадлежности национальных видов спорта в современных условиях.....	217
Иваненко О. А., Власова И.А. Особенности мотивации и психоэмоционального состояния женщин занимающихся «ментальным фитнесом».....	218
Иванов Ю.В., Тарасов А.Е. Особенности организации занятий по туризму в школе.....	221
Илларионов П.М., Протодьяконова М.Н., Черкашин И.А. Сравнительный анализ физического развития и физической подготовленности студентов вузов Республики Саха (Якутия).....	223
Илларионов П.М., Рожин Н.Н. Формирование здорового образа жизни и культуры досуга у студентов в процессе физического воспитания.....	225
Кладкин Н.Н., Васильева М.И. Северо-Восточный федеральный университет - центр студенческого спорта в Республике Саха (Якутия).....	228
Кладкин Н.Н., Бугаева Л.П. Особенности организации занятий по физической культуре в условиях учебно-полевой практики студентов-геологов.....	230

Крылова А.Т. Проблемы развития детско-юношеского спорта в Вилюйском улусе РС (Я).....	233
Лубышева Л. И. Школьный спорт: новый вектор развития.....	237
Мещеряков А.В. Обсуждение сдачи контрольных нормативов на выносливость курсантами училища гражданской авиации.....	242
Никоноров А.Е., Винокурова Н.А. Влияние учебно-тренировочного процесса лыжников-гонщиков в условиях среднегорья на спортивный результат.....	244
Охлопков П.П., Захаров Г.К., Ядреев В.В., Кудрин Е.П. Физкультурное движение и организация спортивных игр «Дети Азии».....	245
Платонова Л.Л. Самостоятельные занятия как форма повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов.....	249
Пристинский В.Н., Пристинская Т.Н., Некрасова Е.В. Взаимосвязь духовного и физического воспитания как социально-педагогическое условие формирования здоровьесберегающего пространства университета.....	250
Прядезникова А.Г. Формирование морально-волевых качеств у юных волейболистов .....	253
Рахлеев С.Р., Тарасов А.Е. Анализ и профилактика травматизма в волейболе.....	254
Сабарайкин С.В. Анализ сдачи абитуриентов вступительного экзамена по общей физической подготовке.....	257
Свешников И.И., Сабарайкин С.В. Анализ тактических действий волейбольных команд в нападении.....	259
Скрябин С.П. Влияние занятий футболом на формирование личностных качества игроков.....	260
Соловьев Л.А. Авторская спортивная игра «Волейфут».....	262
Старостин В.Г. Морфофункциональные особенности юношей монголоидной расы в зависимости от двигательной активности.....	263
Тарасов А.Е., Платонов Д.Н., Попов С.А. Цели и задачи Саха студенческого спортивного союза.....	265
Тарасов А.Е. Проблемы и перспективы развития игровых видов спорта в СВФУ и Республике Саха (Якутия).....	266
Толстенков А.Н. Сравнительный анализ показателей в беговых тестах у первокурсников экономического факультета УО «ГГУ им. Ф.Скорины».....	269
Уваров В.П., Кожуров М.Г., Торговкин В.Г. Спортивные традиции региона как средство патриотического воспитания детей и подростков.....	270
Умаров М.Н., Бабина Е.В. Экспериментальное обоснование системы «Постизометрической релаксации мышц».....	272
Филатов П.С., Захаров А.А., Захарова Я.Ю. Содержание мотивации спортсменов занимающихся мас-рестлингом.....	274
Хорошева Т.А. Влияние занятий спортом на адаптацию девушек к обучению в вузе.....	276
Хусаинов Б.А., Саутов Р.Т. Прогностические аспекты повышения у студентов мотивационно-ценностного отношения к физической культуре.....	279
Чупрун Н.Ф. Формирование координационных способностей у младших школьников в процессе занятий хореографией.....	284
Швецов М. Е., Тарасов А.Е. Использование специальных упражнений направленных на развитии прыгучести баскетболистов.....	286
Щанкина И.В. Организация и методика физкультурно-оздоровительных занятий по волейболу для женщин среднего возраста.....	288
Яковлев Г.Г., Колодезникова С.И. Проблемы управления и организации спортивно-массовой и оздоровительной работы со студентами.....	291

### **СЕКЦИЯ 3. ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ SECTION 3.**

Акинфеев И.В. Техническая подготовка вратарей в футболе на основе использования специальных тренажерных устройств и учета параметров развития зрительной сенсорной системы.....	293
Акимова О.Г., Кутергина Н.В. Комплексный медико-биологический контроль на этапе базовой подготовки высококвалифицированных лыжников-гонщиков.....	295
Антоненко М.Н., Зотин В.В., Мансурова Н.И. Инновационные технологии в системе спортивной подготовки.....	298
Бараксанова Е.А., Бараксанов В.П., Макаров Д.И. Разработка электронного учебно-методического комплекса по интеллектуальным играм на основе интернет-технологии.....	300
Бекембетова Р.А., Маженов С.Т. Влияние условий среднегорья на анаэробные возможности лыжников-гонщиков высокой квалификации.....	303

Беляева А.В. Национальные виды спорта как средство подготовки боксеров-новичков.....	306
Борохин М.И., Федоров М.А. Специальные упражнения для обучения технике приема «тяга в стойке» в мас-рестлинге.....	308
Винокурова О.А., Винокурова Н.А. Особенности организации учебно-тренировочного процесса лыжника-гонщика в условиях сельской местности.....	310
Винокурова О.А., Винокурова Н.А. Применение национальных видов спорта и народных игр на уроках физической культуры.....	311
Врублевский Е.П. Индивидуализация подготовки квалифицированных спортсменов специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики.....	313
Гаськов А.В., Кузьмин В.А. Современные тенденции построения тренировки в боксе.....	315
Гизатов Б.Ф., Абжаков А.Д., Дуанаев Т.С. Состояния связанные с оценкой результатов спортивной деятельности.....	319
Голокова В.С., Захарова Ф.А. Оценка функционального состояния единоборцев на основе системы комплексного компьютерного исследования «ОМЕГА-С».....	321
Гомбодорж Д., Торговкин В.Г. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса студентов-дзюдоистов.....	323
Готовцев И.И. Научные исследования и разработки в системе спортивной подготовки.....	325
Данилов М.В., Дьячковский А.Г. Влияние условий среднегорья на подготовку лыжников-гонщиков.....	328
Данилова М.П. Обучение технике приемов дзюдо в стойке.....	330
Дейкина Н.А., Колокольцев М.М. Влияние состояния тревожности на эффективность учебно-тренировочного процесса у лыжников-гонщиков.....	332
Денисенко Ю.П., Высочин Ю.В., Яценко Л.Г. Миорелаксация в системе спортивной подготовки.....	335
Джафаров Г.М. Исследования личностных особенностей игроков занимающихся интеллектуальными видами спорта.....	338
Дмитриев Н.А., Филиппов В.В. Совершенствование технико-тактического мастерства боксеров.....	340
Добровольский С.С. Технология оптимизации тренировочного процесса спортсменов-ветеранов.....	342
Доржиева О.С. Методика применения элементов аэробики на начальном этапе подготовки волейболистов.....	344
Дуанаев Т.С., Бельгибекова Г.К., Саутов Р.Т. Психологическая подготовка квалифицированных борцов Ефремов З.Е. Начальная подготовка детей по якутским прыжкам.....	347
Зырянов И.И. Колодезникова С.И. Организационно-управленческие аспекты развития профессионального бокса в Республике Саха (Якутия).....	349
Ильин С.С., Колодезникова С.И. Проблемы психического стресса и тревоги в спорте.....	351
Исаева З.В., Колодезников К.С. Формирование индивидуального стиля боксеров-женщин.....	353
Карамзин А.Д., Торговкин В.Г. Пути совершенствования технико-тактических действий борцов-подростков на основе применения тренажеров.....	355
Клепцова Т.Н. Социально-экономические аспекты развития физической культуры и спорта в СИБГАУ.....	358
Колокольцев М.М. Сравнительная антропометрическая характеристика девушек юношеского возраста Иркутской области.....	360
Лигута В.Ф., Паршин В.Г., Подгорный А.В. Проблемы планирования, управления и развития физической культуры и спорта на муниципальном уровне.....	363
Майоров М.Н., Колодезникова С.И. Применение инновационных технологий в системе спортивной подготовки.....	366
Максачук Е.П. Изучение мотивации к тренировочным занятиям юных спортсменов.....	368
Неверкович С.Д. Роль и функции психологии в спорте.....	369
Никоноров А.Е., Винокурова Н.А. Влияние учебно-тренировочного процесса лыжников-гонщиков в условиях среднегорья на спортивный результат.....	367
Охлопков П.П., Ядреев В.В., Черкашин И.А., Васильев Г.Ф. Некоторые психологические компоненты нокаутирующего удара и приемы их совершенствования.....	377
Охлопков П.П., Ядреев В.В., Черкашин И.А., Васильев Г.Ф. Биодинамические особенности выполнения нокаутирующих ударов в боксе.....	379
Оконешникова М.А. Скоростно-силовая подготовка спринтеров в условиях Крайнего Севера.....	382
Пастушек Г.П. Использование элементов традиционных китайских оздоровительных систем в современном физическом воспитании.....	384
Протопопов В.В., Гоголев Н.Е. Разработка тренажера для развития силы хвата.....	386
Романов Р.В., Колодезникова С.И. Инновационная технология развития двигательных координаций у боксеров.....	387
Saman Hamad Suleiman. Effect of consuming fatty acid OMIGA 3 on some hormonal responses and enzymatic activity GPT-GOT and some physical and biochemical variables in the blood serum of football players.....	389

Соболевский Д.Л. Инновационная система подготовки тренеров-преподавателей и спортсменов по тхэквондо.....	391
Степанов Д.Р., Колодезника С.И. Проблемы организации тренировки бегунов на длинные дистанции в условиях высокогорья.....	395
Томилин К.Г. Роль «установки» при управлении биомеханическими параметрами спортивного движения.....	396
Умаров М.Н., Хасанова Г.М. Исследование взаимосвязи интегральных показателей специально-физической и технической подготовленности юных гимнасток.....	398
Ушканова С.Г.. Национальные виды спорта как средство выявления этногенных предрасположенностей спортсменов высокой квалификации.....	400
Ушканова С. Г., Протодьяконова М.Н., Бугаева Л.П. Состояние здоровья и физического развития студентов высших учебных заведений.....	404
Федоров М.А., Борохин М.И. Инновационные технологии в образовательном процессе Института физической культуры и спорта СВФУ.....	406
Фёдоров А.П., Сидельников Д.П. Влияние индивидуально-психологических особенностей и личностных качеств футболиста в его профессиональной деятельности.....	408
Хасанова Г.М. Сравнительный анализ специально-технической подготовленности юных гимнасток на этапе спортивного совершенствования.....	412
Шадрина О.В. Морфофункциональные особенности студентов занимающихся борьбой вольного стиля.....	413
Черкашин А.В., Кудрин Е.П. Инновационные технологии в системе спортивной подготовки.....	415

#### **СЕКЦИЯ 4. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И АДАПТИВНОГО СПОРТА**

Алексеева А.И., Степанов А.В., Винокурова И.А., Моедо С. Е., Ефремова В.П. Лечебная физическая культура при сколиозе.....	471
Анисимов А.А. Проблемы развития адаптивного спорта.....	419
Афанасьев Е.Г., Карпов И.И., Никитина А.Е. Физическая культура и спорт как фактор социальной адаптации инвалидов.....	423
Бубякина Е.В., Бугаева Л.П. Личностно-ориентированный подход к обучающимся в процессе физического воспитания.....	424
Винокуров И.А., Кривошапкин П.И. Подготовка специалистов по адаптивной физической культуре.....	426
Власова А.О., Оегостурова З.Н. Взаимодействие семьи и школы в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста.....	428
Гелецкая Г.Н., Бирдигулова И.Ю., Коновалова Р.И., Васильев В.К. Адаптивная физическая культура в сфере реабилитации инвалидов.....	429
Горелик В.В. Особенности адаптационных показателей кардиореспираторной системы школьников занимающихся физической культурой.....	431
Гылыков В. П. Развитие интереса к спорту как альтернативный способ социальной адаптации и самореализации детей с нарушением интеллекта.....	435
Данилов Н.В., Оегостурова З.Н. Простейшие физических упражнений как средство самостоятельных занятий.....	439
Ефремова В.П. Адаптивная физическая культура как средство социализации детей-инвалидов.....	441
Иванова Е.А., Васильева Н.П. Формирование адаптации студентов к условиям профессионального образования ценностно-значимыми средствами физической культуры.....	443
Иванова Н.Н. Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в условиях специальной (коррекционной) школы VIII вида.....	447
Курамшин Ю.Ф., Круглик И.П. К проблеме нарушения осанки низкого уровня гибкости и силовой выносливости у детей 11–12 лет.....	449
Карелина К.М., Сентизова М.И. Особенности адаптивной физической культуры как средство интеграции инвалидов в общество.....	451
Колодезника С.И. Модульно-проективная технология в обучении менеджменту.....	453
Лебедев В.А., Саввинов С.С., Аммосова Л.И. Социокультурное сопровождение лиц с особыми образовательными потребностями.....	455
Макеева Ю.С., Саввинова В.А., Кривошапкин П.И. Значение оказания ранней помощи для повышения качества жизни детей с ограниченными возможностями.....	457
Миронова И.К., Аммосова Л.И. Фонетическая ритмика как средство физической реабилитации детей с нарушениями слуха и речи на основе верботонального метода.....	459

Назарова С.Н., Жданова Е.А.. Комплексная методика коррекции и профилактики ожирения у женщин репродуктивного возраста.....	461
Наумов А.А., Сентизова М.И.. Адаптивная физическая культура в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов.....	464
Оегостурова З.Н., Афанасьев К.А.. Профилактика здоровья людей преклонного возраста.....	467
Олесова Л.Д., Томский М.И., Кривошапкина З.Н., Семенова Е.И., Охлопкова Е.Д., Константинова Л.И., Миронова Г.Е.. Фундаментальные исследования состояния здоровья спортсменов Республики (Саха Якутия).....	469
Оленова А.А.. Специфика методов обучения двигательным действиям детей с нарушением зрения.....	472
Парников Я.Н., Михайлов И.А.. Современное состояние инклюзивного образования в Республике Саха (Якутия).....	475
Петрова А.Ю., Ядрев В.В., Захаров Г.К., Черкашин И.А.. Влияние физических упражнений на формирование правильной осанки.....	477
Петрова И.И.. Модульно-кейсовая технология как средство формирования профессиональных универсальных учебных действий у студентов по адаптивной физической культуре.....	479
Семёнова Е.И., Томский М.И., Миронова Г.Е., Кривошапкина З.Н., Олесова Л.Д.. Морфологические показатели периферической крови спортсменов-единоборцев Якутии.....	482
Слободчиков Э.В., Жданова Е.А.. Современные подходы к физической реабилитации военнослужащих страдающих остеохондрозом пояснично-крестцового отдела позвоночника.....	484
Степанова Н.Г.. Роль лечебной физической культуры в системе восстановительных мероприятий.....	487
Стрекаловский В.Я., Ильин А. И., Аммосова Л.И.. Характер социальной адаптации студентов с проблемами слуха в условиях университета.....	489
Троев Г.Я., Никитина А.Е.. Режимы двигательной активности глухих и слабослышащих детей, обучающихся в специнтернате.....	492
Уйгуров В.В.. Элементы борьбы хапсагай в учебно-тренировочном процессе борцов вольного стиля с проблемами слуха.....	495
Федорова А.С., Сентизова М.И.. Адаптивный спорт как направление интеграции людей с ограниченными возможностями в общество.....	498
Федоров Н.Н., Прокопьев А.Т.. Расширение двигательной активности школьников с нарушенным интеллектом на основе плавания.....	500
Федоров М.И., Кривошапкин П.И.. Экспериментальная программа подготовки юных бегунов на короткие дистанции.....	502
Шелков О.М., Коротков К.Г., Чурганов О.А.. Система подготовки спортивного резерва в паралимпийском движении.....	503
Щербачков В.Е., Никитина А.Е.. Воспитание физических качеств средствами тхэквондо у лиц с нарушением слуха.....	507
Ядрев В.В., Петрова А.Ю., Охлопков П.П., Захаров Г.К.. Влияние физических упражнений на состояние осанки младших школьников, занимающихся в группе продленного дня.....	510
Яковлев А.Н.. Телесно-ориентированные упражнения в системе оценки физического здоровья школьников.....	512