

XXVI

**ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ,
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И
СПОРТ
В ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ**



**Коломна
2016**

XXVI

**HUMAN, HEALTH,
PHYSICAL CULTURE AND
SPORT
IN A CHANGING WORLD**



**Kolomna
2016**

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет»

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
ФГБНУ «Институт возрастной физиологии»

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта»

**XXVI МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
ПО ПРОБЛЕМАМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ
«ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В
ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ»
(МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ)**

**«HUMAN, HEALTH,
PHYSICAL CULTURE AND SPORT
IN A CHANGING WORLD»**

**Коломна
2016**

УДК 796 (063)
ББК 75 я 431
Ч-39

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом «Государственного социально-гуманитарного университета»

Рецензенты:

Железняк Ю.Д. – доктор пед. наук, профессор,
Петунин О.В. – доктор пед. наук, профессор.

Ч-39 XXVI Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире» (Материалы конференции) / Министерство образования Московской области ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет» [и др.] - Коломна: ГСГУ, 2016. – 608 с.
ISSN 2500-2503

В настоящий сборник вошли материалы научных исследований, присланные на научно-практическую конференцию по проблемам состояния здоровья и физического воспитания учащихся школ, средних учебных заведений, Вузов и рассмотренные редакционной комиссией. В прошедших конкурсах работ отражается сегодняшнее состояние науки о физическом воспитании и спорте в РФ и анализируются пути совершенствования двигательной сферы детей, подростков, молодежи, улучшения состояния их здоровья. Конференция проходила с 23 сентября по 25 сентября 2016 года. В её программе работало пять секций, на которых обсуждались следующие вопросы: 1) Аспекты состояния здоровья детей и учащихся; здоровьесберегающие технологии; 2) Физическая культура детей, подростков, учащихся и молодежи в современном мире; 3) Подготовка и переподготовка педагогических кадров по физической культуре; профессионально-прикладная физическая культура; 4) Перспективы подготовки спортивных резервов; 5) Теоретико-практические вопросы общей педагогики и человековедения.

Сборник предназначен для научных работников, учителей и преподавателей физического воспитания, методистов по оздоровительной физической культуре, врачей и специалистов по лечебной физкультуре, тренеров по спорту, студентов педагогических и физкультурных специальных учебных заведений.

Редакционная комиссия:

Отв. редактор: Прокудин Б.Ф.

Редакционная комиссия: Бакланов Л.Н.(Коломна), Голощапов Б.Р. (Москва), Андрианова Н.В.(Коломна), Ефремова Е.В. (Коломна), Весёлкин М.С. (Коломна), Комаров А.В. (Москва), Прокудина А.А. (Германия), Квашук П.В. (Москва), Лях В.И. (Польша), Максименко Г.Н.(Украина), Никитушкин В.Г. (Москва), Соськин В.Д. (Москва), Тарасова Л.В. (Москва), Усманходжаев Т.С. (Узбекистан), Чепулинес А.(Литва), Босенко А.И. (Одесса), Швец Г.В. (Коломна).

ISSN 2500-2503

© Государственный
социально-гуманитарный университет

3. Guba V.P. Struktura i komponenty sorevnovatel'noy deyatelnosti voleybolistov studencheskikh komand (Struktur's lip and components of competitive activities of volleyball players of college teams) / V.P. Guba, P.V. Pustoshilo // Universitetskiy vestnik, 2015. – №2 (16). – S. 79-83.

4. Ivoylov A.V. Voleybol (Volleyball): uchebnik dlya studentov institutov fiz. kul'tury / pod red. A.V. Ivoylova. - Minsk: Vysheyshayashkola, 2007. – 260 s.

5. Rodin A.V. Sovremennyy podkhod k sovershenstvovaniyu dvigatel'nykh deystviy v sportivnykh igrakh (Modern approach to enhancement of physical actions in sports) / A.V. Rodin // Zdorov'ye dlya vsekh. - 2015. - №2. – S. 26-29.

6. Shikhovtsov Yu.V. Optimizatsiya takticheskikh deystviy voleybolistok v zashchite na osnove matematicheskogo modelirovaniya (Optimization of tactical actions of volleyball players in protection on the basis of mathematical modeling): dis...kand. ped. nauk / Yu.V. Shikhovtsov. – SPb, 1995. – 221 s.

7. Shulyatyev V.M. Studencheskiy voleybol (Student's volleyball): ucheb. posobie / V.M. Shulyatyev. – M, 2011. – 195 s.

УДК 796.035

**ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ ВНЕДРЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ**

Кузнецова Е.Т.¹ – Кандидат наук по физической культуре и спорту, доцент

¹Национальный университет водного хозяйства и природоиспользования,
Ровно, Украина

**ORGANIZATIONAL ASPECTS OF MODERN HEALTH TECHNOLOGIES
IMPLEMENTATION IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS
IN SPECIAL EDUCATIONAL DEPARTMENTS**

Kuznetsova E.T.¹ – PhD, Associate Professor

¹National University of Water and Environmental Engineering, Rivne, Ukraine
e-mail: kuz_lena@ukr.net

Аннотация. Статья посвящена проблеме использования современных оздоровительных технологий в процессе физического воспитания со студентами специального учебного отделения. Цель исследования – выявить преимущества и сложности реализации и оценить перспективы применения оздоровительных технологий со студентами специального учебного отделения. Работа основывается на экспериментальных исследованиях автора, а также на материалах опросов студентов.

Annotation. The article deals with the use of modern health technologies in the process of physical education of students in special educational departments. The research purpose is to expose advantages and problems of implementation and to assess the prospects of modern health technologies application with students in special educational departments. The research work is based on author's experimental researches, and also on materials of students' questioning.

Ключевые слова: студенты, физическое воспитание, специальное учебное отделение, оздоровительные технологии.

Keywords: students, physical education, special educational department, health technologies.

Введение. Процесс физического воспитания студентов специального учебного отделения должен быть направлен на укрепление здоровья и нивелирование последствий перенесенных заболеваний, коррекцию функциональных и двигательных нарушений, содействие правильному физическому развитию и закаливанию организма, повышение двигательной активности, формирование основных (в первую очередь, жизненно необходимых) двигательных умений и навыков, коррекцию осанки, обучение правильному

дыханию и др. [1, 2, 3, 4, 5]. Решение перечисленных задач требует поиска и творческого использования современных систем физкультурно-оздоровительных занятий, адекватных состоянию здоровья, уровню физической и функциональной подготовленности, а также характеру интересов и потребностей молодежи.

Особую роль в стимулировании и мотивации студентов на активные и систематические занятия физической культурой и спортом в высших учебных заведениях играют современные оздоровительные технологии [6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]. Оздоровительные технологии – это педагогические технологии, представляющие динамично развитую педагогическую, научную, теоретически и методически обоснованную систему занятий оздоровительной направленности, тактику реализации этой системы в здоровьесохраняющем образовательном пространстве вуза, которая предназначена для поддержания, сохранения и улучшения физического здоровья, психического состояния, профилактики болезней и подготовку к будущей профессиональной деятельности, а также приобретение навыков здорового образа жизни.

Несмотря на определенную разработанность современных подходов по применению оздоровительных технологий в учебном процессе по физическому воспитанию, на практике не наблюдается действительных эффектов от их внедрения [12, 14]. При этом обделены вниманием вопросы решения этой проблемы в условиях реорганизации традиционной системы физического воспитания в высших учебных заведениях Украины. По нашему мнению, это обусловлено сложностью организации работы и не сформированностью ценностных ориентаций на здоровый стиль жизни.

В зарубежной литературе в последние годы проблема проектирования инновационной деятельности в сфере оздоровительного фитнеса стала рассматриваться как одна из самых актуальных (А.М. Ludovici-Connolly 2010; В. Sharkey, 2011). Важность научного поиска различных аспектов внедрения фитнес-технологий отмечают такие авторы, как Э. Хоули, Б.Дон Фрэнкс (2003), Томас Р. Бехл, Роджер В. Эрл (2011) и др.

По результатам научных исследований систематизированы средства оздоровительного фитнеса с учетом использования различных видов двигательной активности (Н.В. Деобальд 2010; Ю.А. Усачев, 2008–2011; А.Д. Дубогай, М.В. Евтушок, 2012; Ж.В. Малахова 2013; С.И. Присяжнюк 2013; В.Г. Арефьев, 2015; Г.П. Грибан, 2009–2016). Обоснованы теоретико-методические основы конструирования инновационных оздоровительных технологий с использованием средств оздоровительного фитнеса для студентов высших учебных заведений (Н.Н. Венгерова, 2009–2011; А.А. Горелов, О.Г. Румба, В.Л. Кондаков, 2010–2013). Рекомендовано использование в учебном процессе педагогических технологий, содержащих нетрадиционные средства физической культуры (А. Руденко, 2013). Обзор научной литературы подтверждает наличие разнообразия авторских подходов по совершенствованию физического воспитания студентов специальных медицинских групп с функциональными нарушениями различных органов и систем: ограниченными возможностями опорно-двигательного аппарата (Ж.А. Беликова, 2012; А.Д. Дубогай, М.В. Евтушок, 2012; Ж.В. Малахова 2013; В.А. Кашуба, 2016); заболеваниями кардиореспираторной системы (О.Г. Румба 2011; Н.Н. Венгерова, 2011); нарушениями зрения (Ж.В. Малахова 2013) и др.

Анализ научных публикаций свидетельствует, что, несмотря на многочисленные научные достижения в конструировании и использовании оздоровительных технологий в образовательном пространстве вуза, остаются не решенными вопросы обоснования организационно-управленческих механизмов обеспечения процессов разработки и эффективного внедрения оздоровительных технологий с использованием внеурочной (по месту проживания студентов в общежитиях, в каникулярный период) и дистанционной форм, направленных на создание условий для привлечения широких слоев студенческой молодежи к оздоровительным программам, стимулирование интереса к занятиям физическими упражнениями, восстановление после учебных и производственных занятий, содействие в удовлетворении мотивов и интересов личности под время досуга.

В связи с этим, **целью нашего исследования** было определение преимуществ и сложностей реализации и оценка перспектив применения современных оздоровительных технологий со студентами специальных медицинских групп.

Задачи исследования:

1. Проанализировать степень научной разработки подходов к использованию оздоровительных технологий в физическом воспитании студенческой молодежи.
2. Изучить мотивационные приоритеты в оздоровительной двигательной активности студентов специального учебного отделения.
3. Определить предпосылки и особенности внедрения оздоровительных технологий в процесс физического воспитания студенческой молодежи.

Для достижения поставленной цели использовались следующие **методы исследования**: теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы, информационных ресурсов сети Интернет и документальных материалов, социологические методы (опрос, анкетирование), метод сравнения и сопоставления.

Результаты исследования. Как показали результаты анкетирования 468 студентов I–IV курсов специального учебного отделения, наибольшей популярностью пользуются следующие виды двигательной активности: велопогулки (45,09%), оздоровительное плавание (43,59%), аэробика (25,00%), оздоровительная ходьба, бег (20,94%), атлетическая гимнастика (16,02%), туризм (8,97%), настольный теннис (5,34%), волейбол (3,42%), фитнес-йога (3,21%), баскетбол (2,14%), верховая езда (1,49%), футбол (1,28%) и др. Существуют различия в выборе студентами видов двигательной активности по гендерному признаку. К числу приоритетных относятся не все виды физической культуры и спорта, которые составляют основу курса учебной дисциплины «Физическое воспитание». То есть содержание учебного процесса соответствует интересам студентов частично.

Популярность (востребованность) современных оздоровительных технологий у студентов специальных медицинских групп обусловлена тем, что каждая из них способствует решению тех или иных задач, удовлетворению различных потребностей, существенно значимых для занимающихся. Основная их цель – способствовать стремлению студентов к улучшению здоровья, физическому и психическому благополучию с помощью оздоровительной тренировки. В то же время, как показывает опыт специалистов [3, 4, 8, 11, 13, 15, 16] и собственный, использование современных оздоровительных технологий с данным контингентом студентов имеет не только преимущества, но и целый ряд проблем и трудностей.

Решая задачу эффективности применения инновационных оздоровительных технологий в учебном процессе вуза, в течение одного семестра было организовано исследование, в ходе которого изучалась эффективность оздоровительных технологий с использованием дозированной оздоровительной ходьбы и бега, дыхательной гимнастики по системе А.Н. Стрельниковой, атлетической гимнастики, классической аэробики К. Купера, подвижных и спортивных игр.

Студенты были разделены на экспериментальные группы (ЭГ) – 3 группы (1 мужчин, 2 – женщин) студентов I курса и столько же групп студентов II курса; контрольные группы (КГ) – 4 группы (женщины и мужчины) студентов I и II курса. Таким образом, было сформировано 10 относительно однородных групп из числа студентов I–II курсов (6 экспериментальных и 4 контрольные). С группами мужчин занятия проводила автор, с группами женщин – два преподавателя кафедры, которые постоянно работают с данным контингентом студенток. Медицинское сопровождение осуществляла (по договоренности) врач медпункта университета. Условием распределения студентов по группам являлось их желание заниматься тем или иным видом спорта, уровень физического здоровья, нозологии заболеваний, функциональная способность материальной базы и организация учебного процесса в университете в две смены. Занятия проводились два раза в неделю по 90 мин, студенты II курса занимались в отведенное учебным расписанием университета время, студенты I курса – во время, свободное от учебных занятий. Между тем, студентам I курса,

и женщинам, и мужчинам, в зависимости от изменения учебных занятий в университете, было предложено посещение занятий (по согласованию с расписанием преподавателя) в удобное для них время. В КГ занятия проводились по стандартной программе по физическому воспитанию, планирующей прохождение базовых видов физкультурно-оздоровительной деятельности. Каждое занятие состояло из подготовительной, основной и заключительной частей; продолжительность, содержание, объем и интенсивность физической нагрузки в подготовительной и заключительных частях были одинаковыми для всех экспериментальных и контрольных групп, принимавших участие в исследовании; экспериментальные программы включались только в основную часть занятия, расчет объема и интенсивности физических нагрузок в каждой группе подчинялся единым требованиям.

Во время проведения эксперимента осуществлялось необходимое наблюдение за функциональными реакциями кардио-респираторной системы на нагрузку, в результате которого можно выявить отклонения со стороны сердечно-сосудистой системы, не обнаруженные во время медицинского осмотра в начале учебного года. Подобные ответные реакции организма требовали дополнительного медицинского обследования (Г.П. Грибан, 2012). Учитывая опыт специалистов [15, с. 502–504], обращали внимание на то, что после некоторых инфекционных заболеваний занятия разрешены только при надлежащих функциональных пробах кардиореспираторной системы. В таком случае все изменения функциональных показателей дублировались в кафедральной информационной базе данных уровня соматического здоровья, что облегчало контроль за состоянием физического здоровья и учитывалось для назначения адекватной физической нагрузки. Результаты собственного исследования подтвердили данные специалистов (А. Горелов, В.Л. Кондаков, 2013), что оздоровительная технология применения закаливающих процедур может быть использована только, как сопутствующее средство на учебно-тренировочных занятиях для студентов специального учебного отделения. По гендерному признаку такие занятия одинаково эффективны как для мужчин, так и для женщин [11].

В содержании существующей рабочей программы для студентов специального учебного отделения кафедры физического воспитания не предусмотрены теоретико-методические особенности контроля. Поэтому для улучшения подготовки студентов включены в учебный процесс инновационные технологии оценки уровня теоретических знаний, которые способствовали снижению нагрузки на психику студента и сокращению фактического времени для проверки их теоретической подготовленности по дисциплине «Физическое воспитание». Нами была внедрена система базовых тестовых заданий для текущего и итогового (семестрового) контроля, которая соответствовала содержанию модулей по семестрам и годам обучения. Разработаны 260 тестовых заданий закрытой формы по 13-и темам, которые сопровождаются одной инструкцией по их выполнению. Прогрессирующие методы инновационного обучения требуют перехода именно на электронные носители информации. Поэтому, были разработаны и внедрены в учебный процесс компьютерные программы тестового контроля. Для информационного обеспечения учебного процесса на этом этапе являлось целесообразным создание электронного каталога литературы физкультурного профиля. В информационную базу введена учебная литература, которая существовала в фондах научной библиотеки университета, благодаря чему студенты имели возможность быстро находить ответы на вопросы, которые их интересуют. Каталог включен в учебно-методический комплекс кафедры и внесен во вторую версию компьютерной программы тестового контроля.

Таким образом, в ЭГ, кроме лекционных и практических занятий, осуществлялась информационная ориентация студента за счет активного использования в теоретическом разделе программы вариативного компонента. Занятия были направлены на усвоение студентами методик определения собственного физического состояния, здоровья, психокоррекции и совершенствования организационно-педагогической деятельности преподавателя. Учебный материал был представлен посредством взаимодействия педагога

и студента и выкладывался в виде специализированного курса лекций, лекций-бесед, диспутов, встреч, посвященных основам здорового образа жизни. Были созданы электронные версии лекций, слайдпрезентации, выпущенные методические рекомендации. Эффективность усвоения объема информации студентами КГ и ЭГ определялась с помощью компьютерного тестирования. Для определения достоверности различий между полученными результатами в ЭГ и КГ был применен метод t-критерия Стьюдента. Статистические данные проведенных исследований показали, что у студентов ЭГ выявлена более высокая успеваемость, которая достоверно ($p < 0,05$) отличается от показателей студентов КГ. Тестирование студентов ЭГ определило большее количество правильных ответов на поставленные вопросы, чем студентов КГ и доказало, что использование информационных средств помогает усваивать материал более эффективно. Полученные результаты совпадают с данными исследований Т.В. Иваненко, 2011; Н.Н. Завыдивской, 2013; С.М. Фурорния, 2015 [17] и свидетельствуют о том, что изучение теоретического курса усиливает образовательную направленность физической культуры, информирует студентов о здоровье, формирует уверенность в необходимости систематических физкультурно-оздоровительных занятий.

Таблица 1 – Посещение занятий по физическому воспитанию студентов экспериментальных групп, %

Пол	Экспериментальные группы				Контрольные группы			
	I курс		II курс		I курс		II курс	
	Начало экспер им.	Конец экспер им.	Начало экспер им.	Конец экспер им.	Начало экспер им.	Конец экспер им.	Начало экспер им.	Конец экспер им.
М.	78,32	62,48	87,25	89,93	63,65	49,43	86,12	87,08
Ж.	76,08	58,24	86,76	90,01	64,83	51,48	85,67	86,28

По результатам проведенного исследования можно сделать выводы, что в настоящее время насчитывается достаточно большое количество оздоровительных технологий, с помощью которых можно разнообразить процесс физического воспитания студентов специального учебного отделения в соответствии с интересами молодого поколения, но они не вписываются в образовательное пространство современного учебного заведения, содержат общие подходы без дифференциации учебного материала, не способствуют комплексному решению оздоровительных задач в условиях негативного влияния ряда факторов.

Трудности в планировании и организации обязательных занятий под руководством преподавателя. Собственное мнение, закрепленное авторитетными взглядами ученых, о переводе студентов с обязательных на факультативные и самостоятельные занятия по физическому воспитанию, мы изложили в научных статьях. На время проведения исследования планирование и организация учебного процесса по дисциплине предусматривала, что студенты второго курса, и ЭГ и КГ, посещают плановые обязательные занятия по дисциплине «Физическое воспитание», которые включены в расписание занятий, а студенты первых курсов – факультативные, и соответственно регулярность посещения занятий у них разная (табл. 1). Возникает необходимость организации физического воспитания во всех доступных для студентов формах и формирование у них сознательного отношения к личному здоровью, потребности к здоровому образу жизни, культуры поведения и здоровьесохраняющей деятельности

Не регулярность посещения занятий студентами первых курсов делает необходимым применение стимулов для активного участия студентов дневной формы обучения в различных формах специально организованной двигательной активности.

Отсутствие надлежащего материально-технического обеспечения кафедры физического воспитания не позволило включить в программу эксперимента применения в процессе учебных занятий технологий с использованием оздоровительного плавания и велопрогулок. По результатам проведенного анкетирования выяснилась необходимость их использования во внеурочной форме регулярных занятий. Во-первых, выше упомянутые оздоровительные технологии занимают лидирующее место среди наиболее популярных видов двигательной активности у студентов специального учебного отделения. Во-вторых, наилучшими оздоровительными средствами при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, по мнению специалистов, характеризуются гимнастика, плавание, массаж (Т.Ю. Круцевич, 2003; В.Л. Кондаков 2011; Ж.А. Беликова, 2012; А. Д. Дубогай, М.В. Евтушок, 2012; А.В. Проценко, 2016). Данные патологии занимают второе место из всех классов заболеваний студентов университета – 18,27 % студентов специальной медицинской группы в 2015/16 учебном году. Из разновидностей гимнастики со студентами, имеющими функциональные нарушения осанки, во время эксперимента использовались оздоровительные технологии гимнастики по системе Пилатеса, хатха-йоги, а занятия по плаванию не проводились даже во внеурочное время. В-третьих, в оценке владения навыками по плаванию почти четверть женщин (24,45 %) в ответе на вопрос анкеты указали, что совсем не держатся на воде, поэтому естественно их желание научиться плавать (табл. 2).

Как утверждают ведущие специалисты (Г.П. Грибан, 2012; Ж.В. Малахова 2013, С. М. Фурорный, 2015 и др.), на эффективность занятий физическими упражнениями существенно влияют предложенные студентам формы занятий. Результаты исследования дают основания полагать, что дидактическими компонентами обновленной методической системы применения оздоровительных технологий наряду с обязательными учебными занятиями должны быть самостоятельные и дистанционные формы физкультурно-оздоровительной деятельности, оснащенные информационно-коммуникационным обеспечением. Они являются основными составляющими процесса физического воспитания в вузе на современном этапе модернизации образования в Украине.

Большинство оздоровительных технологий, используемых в ходе эксперимента (за исключением тех, которые содержат двигательные действия аэробного характера) способствуют укреплению здоровья и закаливанию организма студентов, однако, не решают задачи всестороннего физического развития личности по причине отсутствия адекватных по интенсивности физических нагрузок. По утверждению ученых (Ю. Усачев, 2015), важнейшим условием определения оптимальных параметров объема, интенсивности, а также преимущественного направления физических упражнений является анализ всесторонних показателей и уровня физической подготовленности студентов. Поэтому обновленное научно-методическое обеспечение кафедр физического воспитания должно включать разработку критериев оценки физической подготовленности в контексте с индивидуальными возможностями студентов (с использованием тех контрольных упражнений, которые не противопоказаны при определенных заболеваниях) [12, с. 5], более качественной подготовки преподавателей к работе в специальных учебных отделениях, определение форм и содержания оздоровительной деятельности и эффективных средств контроля за состоянием здоровья данного контингента студентов.

Слабый уровень теоретических знаний студентов не позволяет обеспечить методическую подготовку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями во внеурочное время, в период каникул и их дальнейшего использования в жизнедеятельности. Исходя из того, что физическое воспитание в вузе со студентами, которые относятся к специальной медицинской группе, направлено на повышение уровня соматического здоровья, оно является идеальным вариантом первичной профилактики хронических

соматических заболеваний [12, с. 9]. Оздоровительные технологии, в данном случае, направленные на увеличение функциональных резервов, профилактику заболеваний и их осложнений, восстановление сниженных функций организма, предполагают овладение систематизированными теоретическими знаниями из смежных дисциплин (анатомии, физиологии, биохимии, биомеханики, валеологии, гигиены, травматологии и лечебной физической культуры, психологии, педагогики и т.д.), физическими упражнениями и видами спорта, способами их организованного и самостоятельного выполнения в течение жизнедеятельности. Возникает необходимость создания такой методической системы применения оздоровительных технологий, которая обеспечит выполнение этих сложных задач.

Таблица 2 – Оценка владения навыками по плаванию студентов специального учебного отделения (% , n = 468)

Оценка владения навыками по плаванию	Пол	Курс				Общий %
		I	II	III	IV	
Смогу проплыть больше 500 м	М.	21,28	34,21	20,51	22,58	23,71
	Ж.	5,45	12,66	13,23	6,94	9,85
	Средн.	12,75	19,66	17,12	11,65	15,60
Смогу проплыть больше 100 м	М.	40,43	28,95	47,44	41,93	41,24
	Ж.	27,27	30,38	29,41	26,39	28,47
	Средн.	33,33	29,91	39,04	31,07	33,76
Держусь на воде до 10 м	М.	21,28	34,21	24,36	29,03	26,29
	Ж.	45,45	39,24	29,41	36,11	37,23
	Средн.	34,31	37,61	26,71	33,98	32,69
Не держусь на воде	М.	17,02	2,63	7,69	6,45	8,76
	Ж.	21,82	17,72	27,94	30,56	24,45
	Средн.	19,61	12,82	17,12	23,30	17,95

Проведенные нами экспериментальные исследования использования оздоровительных технологий выявили особенности динамики психофизических и психоэмоциональных качеств, которые важны для профессиональной деятельности специалистов. Но существующая программа не содержит комплексных средств и методических указаний для развития общих и профессионально-прикладных физических способностей, а также не имеет нормативной базы для оценки профессионально значимых качеств. Поэтому в проектировании и конструировании инновационных оздоровительных технологий в здоровьесохраняющем образовательном пространстве современного вуза необходимо учитывать, что профессиональная деятельность будущих молодых специалистов требует целого комплекса усовершенствованных психофизиологических качеств и специальной физической подготовки.

В научных статьях, опубликованных ранее, мы раскрывали особенности организации физического воспитания студентов университета по месту жительства (Сумы: СумГУ, 2014). Около 3000 тыс. студентов проживают в общежитиях университета, имеют все необходимые условия для самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой: общежития расположены вокруг спортивных сооружений университета, имеют спортивные комнаты, оборудованные спортивным инвентарем, душевые комнаты, собственные спортивные площадки. За каждым из общежитий закреплен преподаватель кафедры физического воспитания и физрук из числа студентов, проживающих в данном общежитии. Ответственные за спортивно-массовую работу в общежитии осуществляют, в основном, административно-контролирующую деятельность и не способствуют более

активному привлечению студентов к самостоятельной оздоровительной работе. Результаты анкетирования только подтверждают наши предположения (табл.3).

Учитывая то, что около 50,00% студентов специального учебного отделения проживают в общежитиях, то вопросы конструирования и внедрения инновационных оздоровительных технологий, направленных на стимулирование интереса к занятиям физическими упражнениями, восстановление после учебных и производственных занятий, содействие в удовлетворении мотивов и интересов личности во время досуга очень актуальны в настоящее время.

Таблица 3 – Регулярность проведения студентами специального учебного отделения утренней (или вечерней) гигиенической гимнастики (% , n = 468)

Количество занятий	Пол	Курс				Общий %
		I	II	III	IV	
Ежедневно по 10–15 хв	М.	2,13	23,68	10,26	9,68	10,82
	Ж.	12,73	18,99	16,18	8,33	14,23
	Средн.	7,84	20,51	13,01	8,74	12,82
1–2 раза в неделю	М.	63,83	52,63	56,41	58,06	57,73
	Ж.	72,73	56,96	63,23	59,72	62,41
	Средн.	68,63	55,55	59,59	59,22	60,47
Не делаю	М.	34,04	23,68	33,33	32,26	31,44
	Ж.	14,55	24,05	20,59	31,94	23,36
	Средн.	23,53	23,93	27,39	32,04	26,71

Выводы. Физические и эмоциональные нагрузки в виде оздоровительно-тренировочных занятий с использованием средств оздоровительной физической культуры является фактором, препятствующим повышению психоэмоционального напряжения, усталости, ухудшению умственных возможностей студентов и выражается в повышении возможностей организма и его функциональных систем и высокой работоспособности. В то же время, как показывают исследования ученых и собственные, существует ряд недостатков и ограничений в их использовании в процессе физического воспитания студентов высших учебных заведений.

Анализ научно-методической литературы и результаты экспериментального исследования свидетельствует о том, что методология физического воспитания и оздоровления студентов специального учебного отделения до настоящего времени не всегда позволяет в полной мере осуществлять поставленные перед ней задачи. Игнорируется применение разработанных оздоровительных технологий физического воспитания студентов, относящихся к специальной медицинской группе, учитывающей индивидуальные особенности занимающихся и предусматривающей четкое дозирование физической нагрузки относительно поставленного диагноза.

Перспективным решением данной проблемы является разработка алгоритма внедрения оздоровительных технологий в учебный процесс студентов специального учебного отделения с помощью различных форм занятий по физическому воспитанию (обязательные, факультативные, самостоятельные, дистанционные), а также оценка их оздоровительного потенциала.

Литература

1. Беликова Ж.А. Упражнения хатха-йоги как средство коррекции деформации позвоночника студентов специальных медицинских групп с нарушениями осанки. Автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. – Белгород, 2012. – 23 с.
2. Ковалева М.В. Применение подвижных и элементов спортивных игр на занятиях со студентками с ограниченными возможностями сердечно-сосудистой системы : монография / М.В. Ковалева, О.Г. Румба. – Белгород, 2012. – 170 с.
3. Румба О.Г. Система педагогического регулирования двигательной активности студентов специальных медицинских групп : автореф. дис. ... докт. пед. наук. – СПб., 2011. – 51 с.
4. Степанова О.Н. Современные системы физкультурно-оздоровительных занятий со студентками специальных медицинских групп, их преимущества и недостатки / О.Н. Степанова, Е.А. Осокина, С.В. Савин, О.В. Бордулина // Вестник МГОУ. – Серия «Педагогика», 2014 / № 2. – С. 136–141.
5. Титов С.В. Физическое воспитание студенток специальных медицинских групп на основе комплексного применения силовых упражнений : автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Набережные Челны, 2013. – 23 с.
6. Булатова М.М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні / М.М. Булатова, Ю.О. Усачов // Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т.Ю. Круцевич. – К., 2012. – Т. 2. – С. 320–353.
7. Венгерова Н.Н. Физкультурно-оздоровительные технологии для студенток высшей школы : монография / Н.Н. Венгерова. – СПб., 2011. – 216 с.
8. Венгерова Н.Н. Место современных оздоровительных технологий в учебном процессе по физической культуре в вузе / Н.Н. Венгерова, И.В. Зайцев // Физическая культура и спорт : проектирование, реализация, эффективность : Сб. матер. Всерос. научно-практ. конф., посв. 70-летию А.А. Нестерова. – СПб., 2005. – С. 118–120.
9. Губарева Е.С. Развитие педагогической технологии в оздоровительных видах гимнастики: Автореф. дис... канд. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.02. – НУФВС України, Київ, 2001. – 21 с.
10. Жерносек А.М. Технология применения занятий степ-аэробикой в оздоровительной тренировке : Автореф. дис... канд. пед. наук : 13.00.04. – М., 2007. – 24 с.
11. Кондаков В.Л. Системные механизмы конструирования физкультурно-оздоровительных технологий в образовательном пространстве современного вуза : монография / В.Л. Кондаков. – Белгород, 2013. – 454 с.
12. Малахова Ж. В. Здоров'яформуючі технології в процесі фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп. – Автореф. дис...к. н. з ф. в. і сп. за спец. 24.00.02. – НУФВіС України, Київ, 2013. – 24 с.
13. Heikkinen E. Experimental studiea on the physical fitness of first year university students / E. Heikkinen, J. M. Vuori // Scand. I. clin. Lai. Invest. – 1967. – V. 19. – P. 66–95.
14. Futorny S. Actual issues of improving the process of student`s physical education through the application of modern health-saving technologies / Sergii Futorny // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського нац. ун-ту ім. Л. Українки. — Луцьк, 2014. — Вип. 14. — С. 26–30.
15. Грибан Г.П. Безпека життєдіяльності у фізичній культурі і спорті: навч. посіб./ Г.П. Грибан, В.Г. Гамов, В.Р. Зорнік; за ред. Г.П. Грибана. – Житомир: Вид-во «Рута», 2012. – 536 с.
16. Deobald N. V. Development of modern health technologies and integrated program improvement // Вектор науки ТГУ. – № 2 (2), 2010. – С. 36–38.
17. Futorny S. An Increased Level Students Theoretical Knowledges for Building a Physical Fitness in the Process of Physical Education / Sergii Futorny // Молодіжний науковий вісник Волинського нац. ун-ту ім. Л. Українки. — Луцьк, 2012. — Вип. 8. — С. 25–27.

References

1. Belikova Zh.A. Uprazhneniya hatha-yogi kak sredstvo korrektsii deformatsii pozvonochnika studentov spetsialnykh meditsinskih grupp s narusheniyami osanki (The exercises of hatha yoga as a means of correction of the deformity of the spine of students of special medical groups with impaired posture). Avtoref. dis... kand. ped. nauk : 13.00.04. – Belgorod, 2012. – 23 s.
2. Kovaleva M.V. Primenenie podvizhnykh i elementov sportivnykh igr na zanyatiyah so studentkami s ogranichennyimi vozmozhnostyami serdechno-sosudistoy sistemy : monografiya (The use of mobile elements and sports games in the classroom with students with disabilities the cardiovascular system: monograph)/ M.V. Kovaleva, O.G. Rumba. – Belgorod, 2012. – 170 s.
3. Rumba O.G. Sistema pedagogicheskogo regulirovaniya dvigatelnoy aktivnosti studentov spetsialnykh meditsinskih grupp (System of pedagogical regulation of motor activity of students of special medical groups): avtoref. dis. ... dokt. ped. nauk. – SPb., 2011. – 51 s.
4. Stepanova O.N. Sovremennyye sistemy fizkulturno-ozdorovitelnykh zanyatiy so studentkami spetsialnykh meditsinskih grupp, ih preimuschestva i nedostatki (Modern systems of health and fitness classes with students of special medical groups, their advantages and disadvantages)/ O.N. Stepanova, E.A. Osokina, S.V. Savin, O.V. Bordulina // Vestnik MGOU. – Seriya «Pedagogika», 2014 / # 2. – S. 136–141.
5. Titov S.V. Fizicheskoe vospitanie studentok spetsialnykh meditsinskih grupp na osnove kompleksnogo primeneniya silovykh uprazhneniy (Physical training of students of special medical groups, based on the integrated application of power exercises): avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. – Naberezhnyye Chelny, 2013. – 23 s.
6. Bulatova M.M. Suchasni flzkulturno-ozdorovchi tehnologiiYi u flzichnomu viovanni (Modern sports and wellness technology in physical education) / M.M. Bulatova, Yu.O. Usachov // Teoriya i metodika flzichnogo viovannya / za red. T.Yu. Krutsevich.– K., 2012. – T. 2. – S. 320–353.
7. Vengerova N.N. Fizkulturno-ozdorovitelnyie tehnologii dlya studentok vysshey shkolyi : monografiya (Sport and health technology for students Higher School: monograph) / N.N. Vengerova. – SPb., 2011. – 216 s.
8. Vengerova N.N. Mesto sovremennykh ozdorovitelnykh tehnologiy v uchebnom protsesse po fizicheskoy kulture v vuze (Place modern health technologies in the educational process on physical training in high school) / N.N. Vengerova, I.V. Zaytsev // Fizicheskaya kultura i sport : proektirovanie, realizatsiya, effektivnost : Sb. mater. Vseros. nauchno-prakt. konf., posv. 70-letiyu A.A. Nesterova. – SPb., 2005. – S. 118–120.
9. Gubareva E.S. Razvitie pedagogicheskoy tehnologii v ozdorovitelnykh vidakh gimnastiki (Development of educational technology in improving kinds of gymnastics): Avtoref. dis... kand. nauk po fiz. vospitaniyu i sportu : 24.00.02. – NUFVS UkraYini, KiYiv, 2001. – 21 s.
10. Zhernosek A.M. Tehnologiya primeneniya zanyatiy step-aerobikoy v ozdorovitelnoy trenirovke (The technology application classes in step aerobics fitness training): Avtoref. dis... kand. ped. nauk : 13.00.04. – M., 2007. – 24 s.
11. Kondakov V.L. Sistemnyie mehanizmyi konstruirovaniya fizkulturno-ozdorovitelnykh tehnologiy v obrazovatelnom prostranstve sovremennogo vuza : monografiya (System design mechanisms of health and fitness technologies in the educational space of the modern university: monograph) / V.L. Kondakov. – Belgorod, 2013. – 454 s.
12. Malahova Zh. V. Zdorovyafarmuyuchi tehnologii v protsesi fizichnogo viovannya studentiv spetsialnih medichnih grup (Zdorovyafarmuyuchi technologies in physical training of students of special medical groups) – Avtoref. dis... k. n. z f. v. i sp. za spets. 24.00.02. – NUFVIS UkraYini, KiYiv, 2013. – 24 s.
13. Heikkinen E. Experimental studiea on the physical fitness of first year university students / E. Heikkinen, J. M. Vuori // Scand. I. clin. Lai. Invest. – 1967. – V. 19. – P. 66–95.
14. Futorny S. Actual issues of improving the process of student's physical education through the application of modern health-saving technologies / Sergii Futorny // Молодіжний

науковий вісник Східноєвропейського нац. ун-ту ім. Л. Українки. — Луцьк, 2014. — Вип. 14. — С. 26–30.

15. Griban G.P. Bezpeka zhittediyalnosti u fizichniy kulturi i sporti: navch. posib. (Safety in physical culture and sport, teach guidances). / G.P. Griban, V.G. Gamov, V.R. Zornik; za red. G.P. Gribana. – Zhitomir: Vid-vo «Ruta», 2012. – 536 s.

16. Deobald N.V. Development of modern health technologies and integrated program improvement // Вектор науки ТГУ. – № 2 (2), 2010. – С. 36–38.

17. Futornyi S. An Increased Level Students Theoretical Knowledges for Building a Physical Fitness in the Process of Physical Education / Sergii Futornyi // Молодіжний науковий вісник Волинського нац. ун-ту ім. Л. Українки. — Луцьк, 2012. — Вип. 8. — С. 25–27.

УДК 796.32

**ТЕХНОЛОГИЯ ЭТАПНОГО ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО-СОПРЯЖЕННОГО
РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ
БАСКЕТБОЛОМ В ВУЗЕ**

Кузьмина О.И.¹ – кандидат педагогических наук, доцент

Леньшина М.В.² – кандидат педагогических наук, доцент

Андрянова Р.И.³ – аспирант

¹Иркутский национальный исследовательский технический университет, Иркутск

²Воронежский государственный институт физической культуры, Воронеж

³Московский городской педагогический университет, Москва

**STEP-BY-STEP CONSISTENTLY ASSOCIATED TECHNOLOGY OF PHYSICAL
DEVELOPMENT AND TECHNICAL FORMATION
OF FIRST-YEAR STUDENTS' READINESS AT BASKETBALL LESSONS
IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS**

Kuzmina O.I.¹ – PhD, Associate Professor

Lenshina M.V.² – PhD, Associate Professor

Andrianova R.I.³ – Postgraduate

¹Irkutsk national research technical university, Irkutsk

²Voronezh state institute of physical culture, Voronezh

³Moscow city pedagogical university, Moscow

e-mail: arina.ru@mail.ru

Аннотация. Анализ дидактических возможностей блочно-модульного обучения студентов предмету «физическая культура» с уверенностью показывает, что применение модульной технологии в подготовке начинающих баскетболистов-студентов 1 курса основного отделения может быть признано наиболее эффективным, поскольку создаются условия для более результативного освоения учебного материала за счет пошагового изучения автономных по содержанию модулей. Модульный курс обучения имеет гибкую структуру и позволяет последовательно развивать компоненты физической и технической подготовленности начинающих баскетболистов-студентов.

Annotation. The analysis of didactic capacity of block and modular training of students on the subject "physical education" proves that modular technology application in training of beginning basketball players, the first-year students of the main department can be acknowledged the most effective due to the conditions for more productive learning of training material because of step-by-step studying of autonomous modules. The modular training course has a flexible structure and allows to develop consistently components of physical and technical fitness of students - beginning basketball players.

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I «АСПЕКТЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, УЧАЩИХСЯ; ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ»

Адамовская О.Н., Ермакова И.В. – Особенности вегетативной нервной регуляции сердечного ритма и психоэмоционального состояния подростков на IV-V стадии пубертата (Москва).....	5
Арансон М.В., Озолин Э.С., Шустин Б.Н. – Тенденции научных исследований в легкой атлетике (Москва).....	8
Арансон М.В., Овчаренко Л.Н., Озолин Э.С., Шустин Б.Н. – Научные исследования по подготовке женщин в циклических видах спорта за рубежом (Москва).....	12
Арансон М.В., Озолин Э.С., Шустин Б.Н. – Тенденции научных исследований в фигурном катании (Москва).....	16
Баранцев С.А., Герасимова А.А., Жадько А.В. – Специфичность долговременных эффектов влияния мышечных нагрузок на физические кондиции школьников (Москва).....	19
Бугаевский К.А. – Морфологические и анатомо-антропометрические особенности таза по классификации Дж. Таннера у студенток специальной медицинской группы (Запорожье, Украина).....	23
Васильева В.А., Павлычева Л.А., Шумейко Н.С. – Особенности развития волокнистых структур в двигательной, зрительной и задней ассоциативной областях коры большого мозга подростков (Москва).....	30
Герасимов М.М., Полянская Н.В. – Влияние физических нагрузок и комплекса средств регуляции стресса на функциональное состояние тревожных подростков 12-14 лет (Москва).....	35
Герасимова А.А., Чернова М.Б., Герасимов М.М. Копылов Ю.А. – Информационные показатели, определяющие структуру физического состояния детей 5-6 лет (Москва).....	42
Голова Е.В. – Средства профилактики формирования остеохондроза шейного отдела позвоночника у студенток (Москва).....	46
Гурова О.А. – Состояние сердечно-сосудистой системы у иностранных студентов-первокурсников (Москва).....	50
Журавлев А.К., Голубев Ю.Ю. – Раннее проявление болезней старения, возможности классической и традиционной восточной медицины в профилактике и реабилитации (Москва).....	55
Захарьева Н.Н., Ханды Т.М. – Влияние физических нагрузок различной направленности на умственную работоспособность подростков-учащихся физико-математического лицея города Москвы (Москва, Якутск).....	58
Криволапчук И.А., Зайцева Г.А., Бондарева С.А., Кузнецов Б.Ю. – Объем физической нагрузки аэробного характера как фактор оптимизации психофизиологической реактивности детей 8-10 лет (Москва).....	68
Криволапчук И.А., Чернова М.Б. – Особенности структуры функционального состояния школьников в начальный период адаптации к образовательной среде (Москва).....	72
Криволапчук И.А., Герасимова А.А. – Рациональное соотношение физиологической интенсивности и продолжительности физической нагрузки у детей 6-7 лет с разным уровнем работоспособности (Москва).....	77

Легостаев Г.Н. – Опыт и перспективы изучения на факультете физической культуры и спорта физиологической роли двигательной активности в сохранении и укреплении здоровья человека (Коломна).....	82
Лезжова Г.Н., Лукьянец Г.Н., Макарова Л.В., Параничева Т.М., Орлов К.В., Тюрина Е.В., Новолодская Г.В. – Состояние здоровья школьников 13-14 лет города Москвы (Москва).....	88
Мельников С.В., Нарский А.Г. – Использование эргоспирометрии как средства этапного контроля в спортивном плавании (Гомель, Республика Беларусь).....	95
Орлова Н.И., Пронина Т.С., Соськин В.Д., Войтенко Ю.Л., Колесов А.Д., Комкова М.Д. – Возрастные особенности суточной динамики температуры кожи и физического развития у девочек 12–13 лет, занимающихся и не занимающихся спортивным плаванием (Москва).....	100
Панфилов О.П., Дубровин В.А., Руднева Л. В. – Актуальные проблемы подготовки специалиста по адаптивной физической культуре (Тула, Норильск).....	105
Перова Г.М. – Организация физкультурных занятий студентов с ослабленным здоровьем (Коломна).....	109
Тамбовцева Р.В. – Тенденции метаболических преобразований энергетики мышечной деятельности подростков и юношей (Москва).....	112
Толстых С.С., Володин А.А. – Способы оценки функционального состояния спортсменов восточных боевых единоборств (Москва).....	115
Тулякова О. В., Юрчук-Зуляр О. А. – Гендерные особенности заболеваемости детей в условиях аэротехногенного загрязнения (Киров).....	121
Храмцов П.И. – Оценка функционального состояния мышц – необходимое условие оптимизации физкультурно-спортивной деятельности обучающихся (Москва).....	126
Цехмистренко Т.А. – Нейроморфологические основы произвольной регуляции движений у детей и подростков (Москва).....	131
Чернова М.Б., Сухецкий В.К., Герасимов М.М. – Физические кондиции подростков с разными стадиями полового созревания (Москва, Гродно, Республика Беларусь).....	136
Ширковец Е.А. – Система информационного обеспечения тренировки квалифицированных спортсменов (Москва).....	140

РАЗДЕЛ II. "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ, УЧАЩИХСЯ И МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ"

Антипова Е.В., Антипов В.А. – Организационно-педагогические условия применения экспертных систем в дополнительном образовании физкультурно-спортивной направленности школьников (Санкт-Петербург).....	144
Боброва Г.В. – Роль физической культуры в структуре профильно-ориентированного образования воспитанников кадетского училища (Оренбург).....	150
Бутузова М.В., Цинкер В.М. – Формирование социальной интеграции слабовидящих и незрячих детей школы-интернат (Иркутск, Улан-Удэ).....	154
Васенин Г.А., Германов Г.Н., Машошина И.В. – Процесс непрерывной организации физического воспитания в школе «полного дня» на основе системного чередования больших и малых форм занятий (Москва, Воронеж).....	158
Вышкварко М.П. – Использование элементов психофизической тренировки в образовательном процессе дошкольников старшего возраста (Ногинск).....	162
Золотова М.Ю. – Использование фитболов в системе физкультурно-оздоровительной работы в детском саду (Коломна).....	167
Копылов Ю.А., Кокова Е.И., Ивашина И.В. – Двигательные качества учащихся 13-14 лет с разным уровнем быстроты движений (Москва, Красноярск).....	172

Купчинов Р.И. – Современные подходы в физическом воспитании учащихся и студентов, имеющих отклонение в состоянии здоровья (Минск, Республика Беларусь).....	176
Михайлова Э.И., Михайлов Н.Г., Деревлёва Е.Б. – Учителя о возможностях использования аэробных упражнений на уроке физической культуры (Москва).....	180
Нечасв А.В., Нечаева Е.А. – Подвижные игры как основное средство физического воспитания детей младшего школьного возраста (Коломна).....	186
Полунина Т.И. – Инновационное проектирование физической культуры дошкольников (Коломна).....	189
Пономарев А.К. – Формирование универсальных учебных действий (УУД) в физическом воспитании учащихся младшего школьного возраста (Ногинский р-н)....	190
Приешкина А.Н., Седымов А.В. – Формирование здорового образа жизни у обучающихся средних классов (Омск).....	195
Приешкина А.Н., Юлбаева И.В. – Программа совершенствования качества организации школьного питания (Омск, Надым).....	201
Седова А.С. – Двигательная активность в структуре досуговой деятельности детей (Москва).....	204
Фирсин С.А., Маскаева Т.Ю. – Инновационная гуманистическая программа «ГТО-НИКА» как сбалансированная система физического воспитания детей и молодежи (Москва).....	207
Черенкова Е.С., Романкова Н.В. – Психологическая и физическая подготовленность детей 6-7 лет, занимающихся спортивной акробатикой (Смоленск, Москва).....	211
Швец Г.В., Столярова И.Н. – Интеграция познавательной деятельности и двигательной активности детей дошкольного возраста на занятиях по физическому воспитанию в ДОУ (Коломна).....	213

РАЗДЕЛ III. "ПОДГОТОВКА И ПЕРЕПОДГОТОВКА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ; ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"

Алексеев Н.И., Борисова О.А. – Особенности построения работы со студентами СМГ в вузе (Москва).....	218
Антипов А.В., Кулишенко И.В. – Интеграция информационных технологий в образовательный процесс непрофильного вуза по дисциплине «футбол» (Москва)....	221
Арпентьева М.Р. – Психологическая подготовка кадров по физической культуре (Калуга).....	224
Баранцев С.А., Качалов С.Б., Носонов В.В. – Спортивно-техническая подготовленность юношей и девушек 1-3 курсов основного отделения групп ОФП со спортивной направленностью (настольный теннис) (Москва).....	234
Боброва Г.В. – Роль физической культуры в структуре профильно-ориентированного образования воспитанников кадетского училища (Оренбург).....	237
Бородаенко В.Н., Туревский И.М., Крайнов А.Н. – Особенности подготовки студентов юридических вузов к сдаче норм комплекса ГТО (Тула).....	241
Германов Г.Н. – Ситуация и задача действия как целеполагающие структурные компоненты двигательной деятельности (Москва).....	246
Григоренко Г.В. – Условия эффективного формирования индивидуального педагогического мастерства у студентов факультета физического воспитания (Славянск, Украина).....	255
Дубовой А.В. – Отличия недельной тренировочной программы в силовом экстриме и пауэрлифтинге (Северодонецк, Украина).....	259

Ермаков В.А., Шелиспанская Э.В. – Характеристика программы по воспитанию основ здорового образа жизни (Тула).....	264
Золотова М.Ю. – Моделирование методики подготовки специалистов в области дошкольного образования по предмету физическая культура (Коломна).....	269
Исмаилова С.И. – Спортивно ориентированное физическое воспитание в вузе как модель формирования спортивной культуры студентов (Кокшетау, Республика Казахстан).....	273
Карева Ю.Ю. – Особенности обучения и совершенствования двигательных действий на занятиях по волейболу в университете (Смоленск).....	276
Кузнецова Е.Т. – Организационные аспекты внедрения современных оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов специальных учебных отделений (Ровно, Украина).....	281
Кузьмина О.И., Леньшина М.В., Андрианова Р.И. – Технология этапного последовательно-сопряженного развития физической и формирования технической подготовленности студентов-первокурсников на занятиях баскетболом в вузе (Иркутск, Воронеж, Москва).....	291
Легостаев Г.Н. – Актуализация рабочих программ медико-биологических дисциплин учебного плана факультета физической культуры и спорта в соответствии с новым федеральным государственным образовательным стандартом и профессиональным стандартом педагога (Коломна).....	296
Михайлова Т.В., Епифанов К.Н. – Технология социальных установок в системе подготовки тренеров (Москва).....	303
Никитушкина Н.Н., Брюханов А.М. – Организация досуга спортсменов (Москва)..	308
Перова Г.М. – Влияние упражнений силовой направленности на уровень физической подготовленности студенток экономического профиля (Коломна).....	314
Рязанцев А.А. – Самостоятельные занятия физической культурой для совершенствования исполнительской техники музыканта-ударника (Астрахань).....	318
Сморчков В.А., Корольков А.Н. – Классификация курсантов и спортсменов института ГПС МЧС в пространстве мотивационных и психологических факторов (Воронеж, Москва).....	325
Суллов С.И. – Этапы реализации метода противодействия в обучении студентов-футболистов удару по воротам (Тула).....	330
Тарабрина Н.Ю., Тарабрина В.А., Лялина Т.Д. – Динамика изменений физического состояния студентов с избыточным весом под влиянием ритмической гимнастики на занятиях по физическому воспитанию в вузе (Симферополь, Санкт-Петербург).....	334
Усков В.М., Шуткин С.Н., Кузнецов Б.В., Ипполитов В.В. – Условия построения логической модели восстановления психических и физических адаптационных ресурсов в процессе обучения в высших учебных заведениях силовых структур (Воронеж).....	339
Чайченко М.В., Галанова Л.В., Галанов В.Ф. – Организационно-методические основы проведения физкультурных занятий в вузе (Коломна).....	343

РАЗДЕЛ IV "ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА"

Алхасов Д.С. – Концепция «упорядочения технико – тактической подготовки борцов в аспекте возрастного развития и совершенствования физических качеств» в традиционных и восточных видах единоборств (Ногинск).....	347
Андрианова Р.И. – Анализ выступления женских сборных команд России (СССР) по баскетболу на чемпионатах и первенствах Европы в период с 1985 по 2016 год (Москва).....	350
Арпентьева М.Р. – Направления работы спортивного психолога (Калуга).....	355

Беляева Н.А., Гусаров А.В. – Развитие силовых способностей полиатлонистов (зимнее троеборье) (Малаховка, Москва).....	362
Берулава К.М. – Индивидуально-типологические свойства личности слабослышащих и здоровых борцов высокой квалификации (Москва).....	365
Германов Г.Н. – Психология общих и специальных способностей в двигательной деятельности человека (Москва).....	368
Горностаева Ю.В., Цуканова Е.Г. – Приоритет спринтерской подготовки в тренировочном процессе легкоатлетов-барьеристов, специализирующихся на дистанциях 100(110) и 400 метров (Москва).....	374
Дунаев К.С., Скалиш В.И. – Особенности подготовки юношей биатлонистов в годичном цикле тренировки (Малаховка).....	379
Киселева И.В., Киселев А.В. – Комплексный подход к процессу начального отбора в ДЮСШ по волейболу (Москва).....	382
Колдашов А.И. – Анализ соревновательной деятельности биатлонистов 17-19 лет (Москва).....	386
Кузнецов Р.Р., Губа Д.В. – Разработка технологии оптимизации тренировочной нагрузки в процессе годичного цикла подготовки юных футболистов 14-15 лет (Смоленск).....	388
Лагутина П.М., Лагутин М.П. – Методы и средства профилактики снижения высоты продольного свода у спортсменок 18-20 лет (Волгоград).....	391
Ложечка М.В. – Сравнительные данные показателей физического здоровья детей младшего школьного возраста, которые не занимаются спортом и их одноклассников-сумоистов (Самара).....	393
Мазуров А.Б., Кирюшин В.А., Ильичева И.М., Коптюбенко С.А., Тяптина Е.В. – К вопросу реализации концепции духовно-нравственного воспитания студентов ГСГУ (Коломна).....	396
Нечаев А.В. – Концепция специальной силовой подготовленности гребцов-академистов на этапе углубленной тренировки (Коломна).....	399
Никитюшкин В.Г., Алхасов Д.С. – Тренировочные нагрузки в многолетнем плане в традиционных и восточных видах единоборств (Москва, Ногинск).....	403
Николаев П.П. – Морфофункциональные особенности студентов, специализирующихся в силовом троеборье (Самара).....	408
Петрова М.А., Еремин М.В., Козьяков Р.В. – Перечень и значимость мотивов к занятиям спортом у людей с нарушением слуха (Москва).....	410
Погребняк П.В. – Современная система построения предсезонного сбора у высококвалифицированных футболистов (Москва).....	413
Погребняк П.В. – Уровень функциональной подготовленности высококвалифицированных футболистов в процессе предсезонного сбора (Москва)..	416
Пресняков В.В., Шевцов В.С., Кругликов Л.В. – Современная система подготовки в легкой атлетике (на примере квалифицированных бегунов на короткие дистанции) (Смоленск).....	419
Родин А.В., Захаров П.С. – Интегральные критерии величины тренировочной нагрузки в спортивных играх (Смоленск).....	423
Саенко В.Г. – Система распределения бюджетных средств в соответствии с единым календарным планом физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий Украины (Харьков, Украина).....	427
Строева И.В. – Использование тренажеров для повышения эффективности силовой подготовки троеборцев 15-17 лет (Смоленск).....	434
Тарасова Л.В., Яшина Е.Р., Абрамова Т.Ф. – Анализ календарного плана спортивной подготовки высококвалифицированных спортсменов, занимающихся пулевой и стендовой стрельбой (Москва).....	436

Тарасова Л.В., Яшина Е.Р., Абрамова Т.Ф. – Оценка морфологического состояния высококвалифицированных спортсменов, занимающихся пулевой и стендовой стрельбой (Москва).....	441
Томилин К.Г. – Подвижные и спортивные игры в физическом воспитании, спорте, рекреации (Сочи).....	443
Чесноков Н.Н., Володькин Д.А., Морозов А.П. – Значение профессиональных стандартов «тренер» и «спортсмен» в системе спорта высших достижений.....	449
Шалагинов В.Д. – Проблемные аспекты в преодолении стометровой полосы препятствий в пожарно-спасательном спорте (Москва).....	451
Штырков И.С. – Теоретико-методическое обоснование методики формирования двигательных действий юных борцов на поясах (Москва).....	454

РАЗДЕЛ V. "ЧЕЛОВЕК И ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЕ"

Андрианов М.В. – Универсальные средства спортивной борьбы в физическом воспитании школьников младших классов (Коломна).....	458
Андрианова Н.В. – Спортивные игры как средство формирования универсальных учебных действий на уроках физической культуры (Коломна).....	463
Арпентьева М.Р. – Нравственные аспекты репродуктивного здоровья и его нарушений (Калуга).....	466
Березуцкий В.И. – Йога как средство физического воспитания школьников (Днепропетровск, Украина).....	471
Борисова Н.Е. – Использование латинизмов при обучении французскому языку (Коломна).....	474
Весёлкин М.С. – Реакции биологических структур организма на процесс многолетних тренировок квалифицированных конькобежцев (Коломна).....	476
Весёлкин М.С. – Неспецифические упражнения на выносливость в годичной структуре подготовки конькобежцев (Коломна).....	480
Воронин Д.М. – Модернизация системы физического воспитания (Орехово-Зуево)...	485
Гасаналиев Р.Ш. – Основные направления воспитания музыкально-слуховых представлений через различные виды деятельности детей младшего школьного возраста (Коломна).....	488
Голощанов Б.Р., Коржуков А.В., Коржукова Т.Ю. – Влияние занятий шахматами на гармоничное развитие обучающихся начальной школы (Москва).....	491
Губа В.П., Пресняков В.В. – Перспективы научно-исследовательских работ в области спорта и физической культуры (Смоленск).....	493
Губа В.П., Пустошило П.В. – Технология оздоровительных программ по спортивным играм в условиях классических университетов (на примере волейбола) (Смоленск).....	497
Губа Д.В., Моисеев А.И. – Особенности физической подготовленности мужчин среднего возраста в процессе применения интегральных средств тайского бокса (Смоленск).....	500
Ефремова Е.В. – Использование концепции челночного бега для определения уровня развития выносливости у школьников (Коломна).....	502
Калинкин Л.А., Зюрин Э.А. – Медицинское, медико-педагогическое и медико-биологическое сопровождение комплекса ГТО (Москва).....	506
Ковачева И.А. – Особенности профессионально-прикладной физической подготовки студентов педагогических направлений (Коломна).....	510
Леонтьева М.С., Соснина О.И. – Теоретические предпосылки разработки методики физического воспитания детей-сирот с интеллектуальными недостатками (Тула).....	514

Митусова Е.Д. – Волонтерское движение в области физической культуры и спорта (Москва).....	517
Михайлова Т.В. – Прикладные аспекты формирования творческого подхода в деятельности тренера (Москва).....	520
Назаров Ю.Н., Мигушов К. А., Федотов Е. В. – Общественная мораль и спортивная этика как духовные основы гуманистической идентичности субъекта физической культуры (Шуя).....	523
Новиков А.В. – Экспериментальное обоснование эффективности совершенствования двигательных способностей студентов, занимающихся боксом (Смоленск).....	526
Панфилов О.П., Борисова В.В., Давиденко В.Н., Титова А. – Региональная детско-юношеская академия «Здоровье, образование, спорт» в структуре антропозкобиоритмологической модели (Тула).....	528
Полунина Т.И., Яковлев В.С. – Систематизация средств гимнастики для занятий на улице (Коломна).....	532
Прокудин Б.Ф., Бакланов Л.Н., Ефремова Е.В. – Методология педагогической науки и методологическое обоснование в теории и методике физической культуры (Коломна).....	534
Прокудин Б.Ф., Морозова Л.В., Бакланов Л.Н., Кириллова Е.И. – Упражнения в ходьбе и беге по лестнице как средства тренировочного процесса и оздоровления (Коломна).....	542
Сергеев А.А. – Дыхательные упражнения и их значения для оздоровления и организации певческого дыхания (Коломна).....	547
Смирнова А.А. – Негативное влияние кибераддикции на эмоциональную сферу подростков (Томск).....	550
Соколов В.Н., Прокудин Б.Ф. – Методика начального обучения плаванию детей младшего школьного возраста при учете естественной плавучести тела с использованием малых бассейнов (Коломна).....	553
Столлов И.И., Филимонова С.И. – К вопросу о правовых коллизиях в пространстве физической культуры и спорте (Москва).....	558
Усманходжаев Т.С., Мелиев Х.А., Тастанов Н.А., Бакиев З.А., Абдуллаев Д.Х. – Педагогические аспекты достижения физического совершенствования детей и молодежи (Ташкент, Джизак, Узбекистан).....	561
Усманходжаев Т.С., Байтураев Э.И., Мирзакулов Ш.А., Тангриев А. – Применение традиционных восточных средств и упражнений для совершенствования силы и силовых способностей у юных спортсменов (Ташкент, Узбекистан).....	564
Усманходжаев Т.С., Умаров Д.Х., Ташназаров Д.Ю. – Формирование здорового образа жизни молодежи средствами народных игр с выходом на массовый спорт (Ташкент, Узбекистан).....	569
Фурсов А.В., Синявский Н.И. – Результаты мониторинга выполнения нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися I-й ступени образовательных организаций (Сургут).....	572
Хомутская Н.И. – Уникальность языка немецкого футбола (Коломна).....	576
Цуканова Е.Г., Бочарова В.Г. – Российский спорт в проекции допинговых скандалов (Москва).....	581
Щербакова Е.В., Малова В.А. – Патриотическая идея в опере М.И. Глинки «Жизнь за царя» (Коломна).....	584
Шилина Е.В., Прокудин Б.Ф. – Методика начального обучения элементам художественной гимнастики детей младшего школьного возраста (Коломна).....	586
Яковлева Т.В. – Критерии сформированности коммуникативных умений у студентов педагогических специальностей (Коломна).....	590