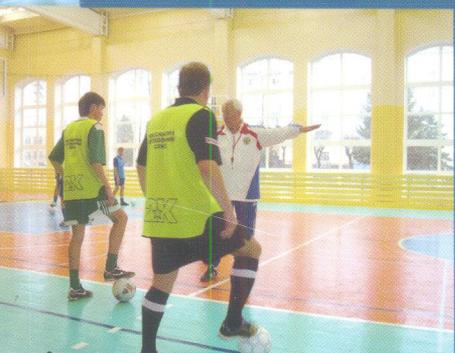


ИННОВАЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ



**Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
Главное управление по физической культуре и спорту Смоленской области
НОУ ВПО Смоленский гуманитарный университет
ФГОУ СПО Смоленское государственное училище олимпийского резерва**

**ИННОВАЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В
СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

Смоленск 2009

ББК 67
Ч 546

Главные редакторы:
Н.Е. Мажар, В.П. Губа

Редакционная коллегия:
С.О. Авчинникова, В.А. Ермаков, Э.М. Заенчковский, А.П. Катровский,
П.В. Квашук, В.Г. Никитушкин, А.В. Родин, А.Н. Хорунжий

*Печатается по решению
редакционно-издательского совета СГУ*

Ч 546 Инновации и перспективы развития физической культуры и спорта в современных условиях. XV Кирилло-Мефодиевские чтения: Материалы научно-практической конференции (Смоленск, 23 мая 2009 г.). – Смоленск: Издательство Принт-Экспресс, 2009. – 136 С.

В данный сборник вошли материалы, посвященные актуальным вопросам здоровья и здорового образа жизни, теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки, медико-биологическим и психологическим основам физической культуры и спорта.

Сборник статей адресован студентам, аспирантам, преподавателям учебных заведений и лицам, интересующимся проблемами физической культуры и спорта.

- © НОУ ВПО Смоленский гуманитарный университет
- © ФГОУ СПО Смоленское государственное училище олимпийского резерва
- © Оформление, «Принт-Экспресс», 2009

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ОЦЕНКЕ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Маринич В.В., Косенкова Т.В.

Смоленский гуманитарный университет, Смоленск

Проблема физического, нравственного и духовного здоровья подрастающего поколения уже давно привлекает внимание мировой научной, медицинской и педагогической общественности. Многие структуры образования и здравоохранения озабочены стабильно ухудшающимися физическими и нравственными кондициями молодежи. Все это происходит на фоне негативных тенденций роста экологических и эпидемиологических угроз.

Индивидуальный подход в рамках базовой программы функционально-диагностических и лабораторных исследований предполагает изучение: данных анамнеза развития ребенка; соматоскопическое и антропометрическое обследование, диагностика функционального состояния и резервных возможностей сердечно-сосудистой системы: ЭКГ в покое и после физической нагрузки, оценка общей физической работоспособности по PWC170-тесту, эхокардиография; оценка исходного вегетативного тонуса, вегетативной реактивности и вегетативного обеспечения деятельности. Диагностика функционального состояния и резервных возможностей дыхательной системы: ФВД в покое, после физической нагрузки (ЖЕЛ, ФЖЕЛ, ОФВ 0,5-1,0, ПСВ, МОС); проба с бронходилататором; бодиплетизмографию. Диагностика личностных особенностей, психического статуса: 16-факторный опросник Кеттелла, шкала мотивационного состояния, шкала ситуативной и личностной тревожности (методика Спилбергера-Ханина), тест Тулуз-Пьерона, цветовой тест М.Люшера, шкала субъективных

оценок психических актуальных состояний, тест незаконченных предложений.

Иммунная система ребенка, находясь под влиянием сложных нейроэндокринных и гуморальных воздействий, обеспечивает поддержание гомеостаза и устанавливает оптимальный баланс во взаимоотношениях с окружающей средой. Индивидуальные особенности иммунологической реактивности, определяются морфологическим и функциональным полиморфизмом генов, клеток, тканей, ферментов, иммуноглобулинов наряду с другими свойствами организма (тип нервной деятельности, функция эндокринных желез). Поэтому при изучении иммунологической эффективности важно оценить не только объем той или иной клеточной субпопуляции, но и показатели их функциональной активности, предусматривающие применение нагрузочных тестов (*in vivo*, *in vitro*) или изучение кинетики иммунологических реакций

Влияние генетических вариантов иммунного ответа на динамику показателей функционального состояния иммунной системы.

I вариант иммунного ответа: низкое содержание абсолютного количества лейкоцитов периферической крови; высокие показатели содержания сегментоядерных нейтрофилов при самых низких значениях лимфоцитов; эозинофилия; низкий процент клеток, несущих CD2 маркеры при высоком содержании супрессорно-киллерной субпопуляции Т-лимфоцитов (CD8); дисбаланс гуморального звена иммунитета (низкий процент клеток с маркерами В-лимфоцитов (CD20) при высоком содержании активированных В-лимфоцитов (CD23) и низкая сывороточная концентрация IgA и IgG); достаточная функциональная активность фагоцитарного звена иммунитета; состояние системы комплемента характеризовалось высокой скоростью активации в классическом каскаде.

II вариант иммунного ответа: средние значения показателей гемограммы при сниженном содержании эозинофилов; среднее содержание клеток, несущих CD2 маркеры; низкое процентное содержание киллеро-супрессоров (CD8) и активированных В-лимфоцитов (CD23) при высоком содержании Т-лимфоцитов; самая высокая сывороточная концентрация IgA и IgG.

III вариант иммунного ответа: высокие абсолютные значения лейкоцитов периферической крови, при низком процентном содержании сегментоядерных нейтрофилов и высоком лимфоцитов; высокий процент фагоцитирующих клеток, обладавших сниженной поглотительной и переваривающей способностью, низкая скорость активации системы комплемента; низкая сывороточная концентрация IgA и IgG, низкий процент клеток с маркерами В-лимфоцитов (CD20), активированных В-лимфоцитов (CD23); высокий процент клеток, несущих CD2 маркеры, хелперно-индукторной (CD4) и киллерно-супрессорной (CD8) субпопуляций;

С позиций иммунологической характеристики вариантов иммунного ответа вполне объяснима более ВЫСОКАЯ РЕЗИСТЕНТНОСТЬ (низкая заболеваемость острыми инфекциями) детей с I вариантом иммунного

ответа, для которых были характерны: высокая функциональная активность фагоцитарного звена, высокая скорость активации системы комплемента и высокий процент активированных В-лимфоцитов

НИЗКАЯ РЕЗИСТЕНТНОСТЬ (повышенная заболеваемость) детей с III вариантом иммунного ответа может быть связана с наличием у них: низких резервных возможностей фагоцитарного звена иммунитета; низкой скорости активации системы комплемента; недостаточной активностью гуморального звена иммунитета, обусловленной низким процентным содержанием В-лимфоцитов, продуцирующих сниженное количество иммуноглобулинов классов А и G.

Таким образом, на основании проведенных исследований рекомендуется четырехуровневая система оценки состояния здоровья.

- >1 уровень: клиничко-anamнестический.
- >2 уровень: инструментальный и лабораторный.
- >3 уровень: иммуно-эндокринологический.
- >4 уровень: психологический.

В процессе спортивной тренировки главный акцент правомерно и обосновано необходимо уделить фактору разумного «эксплуатирования» адаптационных возможностей организма человека и его резерва, что отражается на состоянии здоровья и росте спортивного мастерства.

Прикладная информация, полученная в различных областях науки: медицине, педагогике, психологии является весьма своевременной и, без сомнения, привлечет пристальное внимание специалистов, преподавателей, тренеров.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Алиев Э.Г., Андреев О.С., Левин В.С. Подготовка резерва – важная функция мини-футбольных клубов	6
Антипов А.В., Ефимов С.Д., Маринич В.В. Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой системы юных футболистов	9
Афонская А.О. Применение оздоровительной аэробики в образовательном процессе студентов по физическому воспитанию	12
Васильев Г.Ф., Губа В.П., Овакян М.А. Принципиальные направления скоростно-силовой тренировки в спорте	15
Васильев Г.Ф., Худадов Н.А., Губа Д.В. Систематизированное применение тренировочных нагрузок в спортивной практике	19
Введенский К.В., Зайцев А.А. Содержание физических упражнений для совершенствования скоростно-силовых способностей спринтеров 14-15 лет.....	22
Госн Валид Функциональные особенности мужчин среднего возраста, в процессе физкультурно-оздоровительных занятий.....	25
Губа В.П., Андреев С.Н., Власов А.Е. Система реализации проекта «Мини-футбол - в школу» в г. Смоленске	27
Губа Д.В. Скоростно-силовая подготовленность мальчиков 12 лет, занимающихся баскетболом.....	30
Губернаторов А.А. Динамика морфофункциональных показателей и физической подготовленности студентов СмолГУ	32
Демченская Л.Г. Внедрение инновационных образовательных технологий в систему подготовки специалистов в области физической культуры и спорта	37
Деревлева Е.Б., Михайлова Э.И. Требования артистичности к составлению композиции в спортивной аэробике.....	39
Долгачева А.В., Чернова В.Н. Эффективность комплексных технологий дифференцированного применения физических упражнений для оздоровления и социализации детей с задержкой психического развития, проживающих в школах-интернатах	40
Домнина А.В. Обоснование и разработка методики развития координационных способностей у студентов гуманитарных вузов.....	43
Дорохов С.И., Филатов К.В. Влияние технико-тактической подготовленности баскетболистов при игре в защите на эффективность игровой деятельности команды (по данным имитационного моделирования)	46
Забелина Л.Н., Солонкин А.А. Приоритетные мотивы и интересы студентов в процессе занятий физической культурой в вузе	48
Заенчковский Э.М. Организационная и нормативно-правовая деятельность Главного управления по физической культуре и спорту Смоленской области.....	51

Захаров П.С. Техническая подготовленность студентов-баскетболистов различного игрового амплуа	52
Ежов П.Ф. Планирование тренировочных нагрузок подготовительного периода спортсменов, специализирующихся в мини-футболе	55
Каймин М.А. Сравнительный анализ техники бега женщин на средние дистанции спортсменов разной квалификации.....	58
Кириенкова Е.А., Писаренкова Е.П. Формирования потребностей к занятиям физической культурой у женщин	60
Ковалев В.И. Практика педагогического управления развитием потенциальных специалистов физической культуры.....	63
Левин В.С., Шашков К.А. Динамика физической и технической подготовленности детей 11-13 лет, занимающихся мини-футболом	66
Леонтьева М.С., Гущина Ю.А., Курбатова А.В. Методика применения средств художественной гимнастики для оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста	69
Мазурина А.В. Физическая культура и спорт в режиме свободного времени студентов железнодорожного техникума.....	73
Макаров В.С. Факторная модель специальной подготовленности студентов института физической культуры, специализирующихся в футболе	75
Маринич В.В., Косенкова Т.В. Индивидуальный подход в оценке состояния здоровья юных спортсменов.....	77
Матвеева Т.В., Илюхин В.А. Оздоровительное значение плавания в системе реабилитационных мероприятий	79
Михайлов Н.Г. Оздоровление детей средствами физической культуры в ГОУ «Начальная школа – детский сад»	84
Морозов О.С., Маринич В.В., Косенкова Т.В., Губа В.П. Особенности показателей функции внешнего дыхания у юных спортсменов	88
Никитушкин В.Г. Ковалев В.И., Совершенствование содержания профильных испытаний для поступающих в педагогический вуз по специальности «физическая культура».....	93
Писаренкова Е.П., Напилкова С.А. Отношение студентов вузов к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту	96
Пресняков В.В. Предпосылки зарождения спортивных клубов в России	99
Пресняков В.В. Физическая культура как компонент здорового образа жизни студентов вузов.....	102
Родин А.В., Пустошило П.В., Богданов Н.Н. Первостепенные морфологические характеристики спортсменов-любителей в игровых видах спорта с учетом игрового амплуа	104
Самойлов А.Б. Дидактические аспекты тактической подготовки теннисистов на этапе начальной специализации	107
Сбитный С.Н. Индивидуализированная методика воспитания специальной выносливости спринтеров 17 – 19 лет с учетом их типологических особенностей	110

Смотрицкий А.Л. Повышение квалификации в национальных системах непрерывного образования государств-участников СНГ	113
Смотрицкий А.Л. Преемственность содержания образования в системе «ВУЗ – ИППК».....	119
Тихомиров Ю.В. Методика контроля за физической и технической подготовленностью футболистов разной квалификации.....	123
Хатанцева Т.Н., Позюбанов Э.П. Особенности скоростно-силовой подготовки женщин-метательниц	127
Хорунжий А.Н. Основные направления построения образовательного процесса в училищах олимпийского резерва при подготовке спортсменов высокого класса	129
Чернова В.Н., Крупенькина Ю.Н. Характеристика морфофункциональных показателей детей 9- 10 лет, имеющих нарушение опорно-двигательного аппарата.....	132
Шукаева А.В. Семейный физкультурно-оздоровительный клуб как форма изменения нравственного потенциала младших школьников.....	134