

ЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЕ СПОРТ



Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Забайкальский государственный университет

Экология. Здоровье. Спорт

*Материалы IX Международной
научно-практической конференции*

18–19 мая 2023 г.

г. Чита

Чита
ЗабГУ
2023

УДК 614:796:502/504(082)

ББК 51.1:75.0:20.1я431

Э 40

Рекомендовано к изданию организационным комитетом
научно-практического мероприятия
Забайкальского государственного университета

Рецензенты

А. Р. Акжигитов, зам. министра, Министерство физической культуры и спорта Забайкальского края, г. Чита

С. М. Ли, канд. филос. наук, директор,
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «ДАР» Забайкальского края, г. Чита

Э 40 **Экология. Здоровье. Спорт** : материалы IX Международная научно-практическая конференция / Забайкальский государственный университет ; [ответственный редактор С. Т. Кохан]. – Чита : ЗабГУ, 2023. – 111 с.

ISBN 978-5-9293-3202-9

В сборнике представлены работы авторов из различных регионов Российской Федерации, Белоруссии, Болгарии, Боснии и Герцеговины, Казахстана, Киргизии и Монголии исследовательского, методического и практического характера, отражающие различные аспекты состояния здоровья населения, экологической безопасности, актуальные проблемы экспериментальной и практической медицины, особенности развития физической культуры и спорта.

Издание предназначено для учёных, педагогов, аспирантов, докторантов, студентов и аудитории, интересующейся здоровьем населения.

УДК 614:796:502/504(082)
ББК 51.1:75.0:20.1я431

ISBN 978-5-9293-3202-9

© Забайкальский государственный университет, 2023

УДК 796.015+613.72

Влияние фитнеса на психологическое состояние спортсменов-гребцов на начальном этапе подготовки

Д. О. Лось¹, С. В. Власова²

¹Полесский государственный университет, г. Пинск, Беларусь

²Белорусский государственный медицинский университет,
г. Минск, Беларусь

¹vilenskaya_lo@mail.ru, ²s_v_vlasova@mail.ru

Актуальность: гребля академическая относится к «поздним» видам спорта, где этап подготовки спортсмена из новичка до мастера спорта занимает от 5 до 10 лет. За это время спортсмену необходимо не только совершенствовать физические качества, но и развить психологические установки, необходимые для успешного выступления на соревнованиях высокого ранга. В современных условиях этап начальной подготовки считается самым сложным, но и самым значимым в воспитании будущих чемпионов. Именно начальный этап подготовки становится базой для развития волевых качеств и интереса к избранному виду спорта. Однако интерес к спортивной деятельности у детей на начальном этапе снижается по разным причинам, в том числе из-за монотонности и однотипности тренировочных занятий, определяющих психологическое состояние юных спортсменов. Это становится серьезной проблемой в подготовке спортивного резерва национальных сборных, требующей решения. Одним из перспективных направлений в совершенствовании тренировочного процесса может стать фитнес.

Фитнес представляет собой «...совокупность мероприятий, направленных на улучшение качества жизни человека. В общепринятом смысле – это физическая подготовка человека, включающая развитие функциональных систем организма и физических качеств, таких как гибкость, выносливость, сила, быстрота, координация, гармоничное соотношение мышечной и жировой тканей в организме...». Исследования в области физической культуры доказывают, что фитнес действительно влияет на психоэмоциональный фон занимающихся, что актуализирует вопрос внедрения фитнеса в условия подготовки спортсменов на начальном этапе.

Цель работы: исследование особенностей психоэмоционального статуса спортсменов-ребцов на начальном этапе подготовки в условиях тренировочной детальности.

Материалы и методы исследования: Исследование проводилось на базе Пинской СДЮШОР по гребным и парусным видам спорта. В группу испытуемых вошли 20 человек в возрасте 11–12 лет, занимающихся в группе начальной подготовки более 1 года.

Психофизиологическое тестирование осуществлялось при помощи устройства УПФТ-1/30–«ПСИХОФИЗИОЛОГ». Для оценки психоэмоционального статуса спортсменов использовались Шкала тревожности по Цунгу (ШТЦ) и Самочувствие-Активность-Настроение (САН). Был проведен мониторинг психоэмоциональной реакции гребцов на тренировочную нагрузку и уровень тревожности спортсменов.

Исследование осуществлялось до и после занятий разной направленности (на тренажерах и в процессе занятий фитнесом).

Результаты исследования: проведена оценка психоэмоционального состояния в процессе тренировочной деятельности разной направленности, результаты которой представлены в таблице.

Показатели психоэмоционального состояния спортсменов-гребцов учреждения «Пинская СДЮШОР по гребным и парусным видам спорта ППО УО «ПолесГУ» до и после занятий разной направленности, г.Пинск, 2023 г.

Показатели	Среднее значение показателей					
	Занятия в тренажерном зале (n=30)			Занятия фитнесом (n=30)		
	До, X±σ	После, X±σ	p	до X±σ	после X±σ	p
Самочувствие	4,2±0,7	4,4±0,4	p>0,05	4,1±0,8	4,9±0,6	p<0,05
Активность	4,3±0,6	4,3±0,6	p>0,05	4,3±0,6	5,1±0,5	p<0,05
Настроение	4,5±0,6	4,6±0,7	p>0,05	4,5±0,7	5,2±0,4	p<0,05
Тревожность	49,2±10,2	43,8±8,2	p>0,05	43,3±8,8	36,1±9,3	p<0,05

Полученные результаты указывают на статистически значимые различия в психоэмоциональном состоянии спортсменов до и после занятий фитнесом в тренировочном процессе.

Выводы: выявлены статистически значимые различия психологического состояния гребцов до и после проведения занятий фитнесом (p<0,05) по показателям: самочувствие, настроение, тревожность и активность.

Подготовка юных гребцов с использованием фитнеса может рассматриваться как перспективное направление совершенствования тренировочной деятельности и повышения эффективности тренировочного процесса.

Научный руководитель С. В. Власова

Содержание

Вступительное слово	6
---------------------------	---

СЕКЦИЯ «ЭКОЛОГИЯ»

<i>Будадариев Ц.-Д. Г.</i> Особенности экологического сознания подростков	7
<i>Дубовая А. В., Дегтяренко Е. В.</i> Содержание токсичных химических элементов в волосах детей г. Донецка, страдающих атопическим дерматитом	9
<i>Ежелева М. И.</i> Распространенность болезней органов дыхания у детей в современных условиях техногенного региона	12
<i>Карпенко Е. А.</i> Деятельность общественных организаций в сфере охраны и восстановления водных объектов Алтайского края	15
<i>Остренко В. В.</i> Оценка неспецифического влияния тяжелых металлов на инфекционную заболеваемость старопромышленного региона	18

СЕКЦИЯ «ЗДОРОВЬЕ»

<i>Баяшко Г. И., Марченко Е. Н., Валихметова Д. В.</i> Клинический случай в 12 -дефицитной анемии	22
<i>Бажко О. И., Попова Н. Н.</i> Здоровье пациента в методологическом пространстве профессионального общения студентов медицинского колледжа	24
<i>Виноградова Н. И.</i> Ресурсы преодоления психоэмоционального выгорания студентами с ОВЗ и инвалидами	27
<i>Высоцкая Т. А., Фефелова С. Г.</i> Влияние психотипологических характеристик личности на успешность обучения в вузе	30
<i>Дубовая А. В., Науменко Ю. В.</i> Динамика качества жизни детей с артериальной гипертензией как показатель эффективности лечения	32
<i>Дубовая А. В., Сосна В. В.</i> Профиль артериального давления у детей с нарушением сна	35
<i>Ефременко И. И., Хохленок Е. Ю.</i> Питание как фактор формирования здоровья студентов	37
<i>Зверева Е. А.</i> Особенности изменения психоэмоционального и психосоматического здоровья граждан пожилого возраста	40
<i>Кусаинова Ж. Д., Булегенов Т. А., Абильтаев А. М., Самарова У. С.</i> Инфекционный эндокардит у потребителей внутривенных наркотиков	41
<i>Лимаренко О. В., Пуртова Г. В.</i> Анализ заболеваемости студентов на примере технического вуза	44

Максименко Е. В. Становление когнитивного компонента личностной готовности к профессиональной деятельности студентов технического вуза	47
Осочук С. С., Пашкевич Н. И., Борисова-Мубаракшина М. М. Влияние липосом на форму эритроцитов и морфологическую картину кожи после термического ожога II–IIIА степени	50
Павлович Л. В., Бахиркин М. Р. Влияние факторов психического здоровья на успешную учебную деятельность школьников	52
Попович В. В., Ластков Д. О. Заболеваемость и распространенность миопии у детей в современных условиях Донбасса	55
Потанов А. А., Кесарь А. А., Нижельская Е. Я. Волонтерская деятельность студентов-медиков как основное направление формирования здорового образа жизни среди населения	59
Саклакова О. А., Каравеева Т. М., Максименя М. В. Особенности содержания триптофана в крови пациентов с сахарным диабетом	62
Сарудейкина Ю. В. Факторный анализ отношения к здоровью современной молодежи	64
Тонких Н. А., Дубовая А. В. Вазовагальные обмороки у детей: возможности пробы с активным постнагрузочным ортостазом	66
Улюкин И. М., Болехан В. Н., Орлова Е. С., Сечин А. А. Нейротропизм вируса SARS–COV-2 и патофизиологические механизмы его влияния на процесс развития инфекции COVID-19	68
Фролова Т. С. Мультидисциплинарная реабилитация детей с психофизическими нарушениями	71
Чимгээ Л., Юнден С., Цогтсайхан С., Золмунх Н. Результаты эфферентного метода лечения при метаболическом синдроме	74
Эшиев А. К., Павлович С. Компетентность респондентов в отношении превентивных мероприятий при COVID-19	76
Enkhtaivan E., Amgalanzaya D., Munguntsetseg Ts., Lodoidanzan A., Odonchimeg M., Enkhjargal D., Baatarkhuu O., Ariunsanaa B. Antibiotic Nanoparticles Determine Antibiotic Susceptibility	79
Sadykova D. O., Samarkhanova N. E. Detection of Night Eating Syndrome in Ncjsc «Semey Medical University» Students Who are in an Anxiety-Depressive State	82
Stefanova Y., Angelova P., Galeva S., Kalchev P., Lazarova Y., Tzonev M. Assessment Of The Effect Of Mozart’s Music on the Cardiac Autonomic Modulations In Pregnant Women	84
Tsogtsaikhan S. Sex and Season-Adjusted Risk of Biometric, Environmental, and Immunological Variables for Increased Arterial Pressure in Blood Donors	85

СЕКЦИЯ «СПОРТ»

<i>Алешин Е. В.</i> Особенности питания студентов-спортсменов, проживающих в условиях локального военного конфликта	88
<i>Альфонсова Е. В.</i> Лактат-ацидоз как фактор риска в развитии дистрофии миокарда у спортсменов	90
<i>Гильфанова Е. К., Федорова М. Ю., Шарова О. Ю., Черенцов А. В.</i> Мониторинг уровня физической подготовленности девушек 1-го курса юридического факультета Забайкальского государственного университета	93
<i>Дубовая А. В., Усенко Н. А., Конов В. Г.</i> Влияние физической реабилитации на качество жизни детей с корригированными врожденными пороками сердца	96
<i>Кохан С. Т., Кузьмина В. Е.</i> Физическая активность молодежи с ограниченными возможностями: проблемы и перспективы	98
<i>Лось Д. О., Власова С. В.</i> Влияние фитнеса на психологическое состояние спортсменов-гребцов на начальном этапе подготовки	101
<i>Макунина О. А.</i> Состояние здоровья обучающихся в условиях умственных и физических нагрузок	104
<i>Пыко К. В., Осочук С. С.</i> Белково-углеводный состав мембраны эритроцитов у лиц с разным уровнем физической тренированности	106
<i>García-Calvo S.</i> Impact of Content and Language Integrated Learning Approach: Psychoemotional Aspects in Physical Education	109