

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВУЗЕ

Материалы
Всероссийской научно-методической конференции
с международным участием

Иркутск, 25 ноября 2022 г.



ISBN 978-5-9624-2116-2

Редакционная коллегия:

А. И. Вокин, канд. биол. наук, доц.
И. И. Плотникова, канд. пед. наук, доц.
С. Ф. Марчукова, канд. психол. наук

Актуальные проблемы теории развития физической культуры и спорта в вузе : материалы Всероссийской научно-методической конференции с международным участием. Иркутск, 25 ноября 2022 г. / ФГБОУ ВО «ИГУ» ; [редкол.: А. И. Вокин, И. И. Плотникова, С. Ф. Марчукова]. – Иркутск : Издательство ИГУ, 2023. – 1 электронный оптический диск (CD-ROM). – Заглавие с этикетки диска.

ISBN 978-5-9624-2116-2

Представлены методические, практические и исследовательские материалы, посвященные вопросам теории и практики развития физической культуры и спорта в вузе. В статьях отражены исследования отечественных и зарубежных авторов по внедрению инновационных технологий в педагогический и тренировочный процессы физической культуры и спорта, вопросы изучения мотивации студентов к здоровому образу жизни, психологических, морфофункциональных характеристик студентов, описаны технологии новых видов спорта.

Предназначено для руководителей спортивных организаций, тренеров, преподавателей образовательных учреждений различных уровней, учителей физической культуры, инструкторов физической и адаптивной физической культуры, студентов, магистрантов, аспирантов и лиц, интересующихся проблематикой и ведущих здоровый образ жизни.

Ответственность за точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законодательства об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Иркутский государственный университет»

664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1; тел. +7 (3952) 51-19-00
Издательство ИГУ, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 124
тел. +7 (3952) 52-18-53; e-mail: izdat@lawinstitut.ru

Подписано к использованию 24.01.2023. Тираж 15 экз. Объем 3,28 Мб.

Тип компьютера, процессор, частота:	32-разрядный процессор, 1 ГГц или выше
Оперативная память (RAM):	256 МБ
Необходимо на винчестере:	320 МБ
Операционные системы:	ОС Microsoft® Windows® XP, 7, 8 или 8.1. ОС Mac OS X
Видеосистема:	Разрешение экрана 1024x768
Акустическая система:	Не требуется
Дополнительное оборудование:	Не требуется
Дополнительные программные средства:	Adobe Reader 6 или выше

УДК 797.561(571.53)

Аэротрубный вид спорта в Иркутской области

Студент **С. В. Колобов**

Студент **Д. А. Храмовских**

Старший преподаватель **С. Ф. Марчукова**

Преподаватель **А. А. Королев**

Иркутский государственный университет, Иркутск, Россия

Представлен обзорный анализ аэротрубных дисциплин парашютного спорта, а также потенциал их развития в Иркутской области.

Ключевые слова: парашютный спорт, аэротрубные дисциплины парашютного спорта, теория физического воспитания, Иркутская область.

Windtunnel Sport in the Irkutsk Region

Student **S. V. Kolobov**

Student **D. A. Khramovskikh**

Student **S. F. Marchukova**

Student **A. A. Korolev**

Irkutsk State University, Irkutsk

The article presents an overview analysis of the windtunnel disciplines of skydiving, as well as the potential for their development in the Irkutsk region.

Keywords: skydiving, indoor skydiving, theory of physical education, Irkutsk region.

Аэротрубные дисциплины парашютного спорта (далее – аэротрубный спорт) впервые были официально признаны Международной авиационной федерацией (FAI) в 2014 г., а в 2015 г. в Испании провели первый чемпионат мира в аэротрубе. Министерством спорта Российской Федерации в 2017 г. аэротрубные дисциплины были включены во Всероссийский реестр видов спорта. Так, в декабре 2017 г. в аэротрубе Freezone (г. Москва) состоялся первый чемпионат России по аэротрубным дисциплинам парашютного спорта [5]. В настоящее время Олимпийским комитетом рассматривается заявка о включении аэротрубного спорта в программу Олимпийских игр 2024 г. [4].

Аэродинамическая труба (далее – аэротруба) – это тренажер, в котором воздушный поток движется вертикально вверх и позволяет имитировать свободное падение парашютиста [1]. Аэротруба представляет собой вертикально расположенную цилиндрической формы установку, сквозь которую проходит поток воздуха, нагнетаемый с помощью большого винта, приводимого в движение дизельным двигателем или элект-

троем двигателем (рис. 1). Существуют разные виды аэродинамических труб. Преимущественно важным фактором выделяется диаметр полетной зоны, поскольку он ограничивает выполнение некоторых акробатических элементов, а также количество участников в команде. Наиболее распространенные аэротрубы имеют диаметр: 2,5 м, 3 м, 5 м.



Рис. 1. Аэродинамическая труба

Аэротрубный спорт включает в себя как индивидуальные, так и групповые дисциплины. В одной команде могут быть представлены от одного до четырех участников. Команды могут быть мужскими, женскими и юниорскими (табл.) [3]. Все акробатические элементы подразделяются на «статичные» и «динамичные». Под статичными элементами понимается смена и удержание спортсменом определенных позиций с построением фигур, а динамичные элементы предполагают цикличное и непрерывное следование спортсменом по определенной траектории в полетной зоне, предполагающее смену позиций. Позиции бывают горизонтальными («на животе» и «на спине») и вертикальными («вверх головой» и «вниз головой»). Начало и окончание статичного элемента подразумевает одновременное касание (далее – захват) спортсменами определенного места на теле партнера. Начало динамичного элемента определяется выходом спортсмена на траекторию фигуры, окончание динамического элемента – это начало нового цикла по траектории фигуры.

Таблица

Возрастные группы в аэротрубном спорте

№ п/п	Возрастная группа, пол	Возраст
1	Юниоры	16-24 года
2	Юниорки	16-24 года
3	Мужчины	16 лет и старше
4	Женщины	16 лет и старше

Таким образом, в аэротрубном виде спорта выделяются следующие дисциплины:

- 1) Горизонтальная групповая акробатика;
- 2) Вертикальная групповая акробатика;
- 3) Динамическая групповая акробатика;
- 4) Индивидуальная акробатика (свободный стиль).

В декабре 2013 г. в Иркутске под руководством А. В. Шиляева открылась аэротруба Time to Fly с диаметром полетной зоны 2,5 м. В первые годы аэротруба была в первую очередь аттракционом, однако позднее к ней было привлечено внимание парашютного сообщества. Так, в 2019 г. под руководством К. С. Ивчик прошел первый чемпионат Иркутской области по аэротрубным дисциплинам парашютного спорта. Позднее под руководством Д. Ю. Алимбекова аэротруба была модернизирована и переименована в FlyPeople. В 2022 г. в Иркутске под руководством В. В. Куц прошли первые детские соревнования по аэротрубным дисциплинам парашютного спорта.

Как уже отмечалось, диаметр полетной зоны может ограничивать перечень возможных к проведению в соревнованиях различных аэротрубных дисциплин. Так, аэротруба в г. Иркутске может принять соревнования в двух из представленных дисциплин с ограничением до двух участников в команде. В правилах парашютного спорта данные дисциплины названы: «Аэротруба – акробатика вертикальная – 2», «Аэротруба – акробатика групповая – 2», где цифра «2» указывает на количество участников в команде (рис. 2) [3]. Опыт проведения детских соревнований в России сформировал упрощенную(детскую) произвольную программу, в которой спортсмен-юниор демонстрирует регламентированные наборы упражнений в течение одной минуты. Соревнования в данных дисциплинах уже имеют практику проведения в аэротрубных с диаметром полетной зоны 2,5 м как в Иркутске, так и в других городах России.

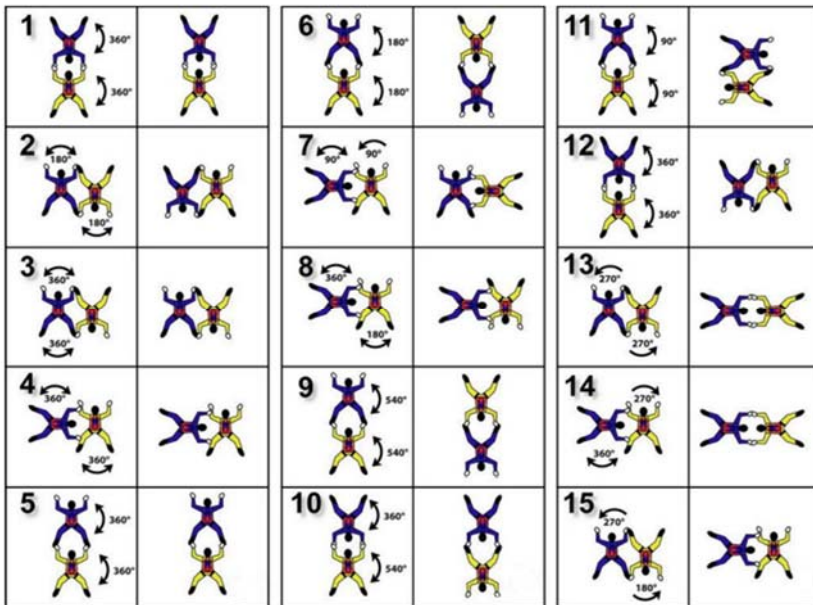


Рис. 2. Элементы в дисциплине «Аэротруба – акробатика групповая – 2»

Следует отметить, что на официальном сайте «Федерации парашютного спорта России» в разделе «Регламенты всероссийских соревнований», авторами найден регламент всероссийских соревнований по аэротрубным дисциплинам в Рязанской области в 2021 г., где были заявлены дисциплины «Аэротруба – акробатика вертикальная – 4», «Аэротруба – акробатика групповая – 4» (рис. 3) [6]. Протоколов проведения данного соревнования авторами не найдено, однако важным является факт возможной реализации к проведению в аэротрубе с диаметром полетной зоны 2,5 м аэротрубных дисциплин с большей численностью участников в команде. Вопрос о возможности проведения этих дисциплин в Иркутской области, по мнению авторов, является спорным, однако требует подробного изучения.

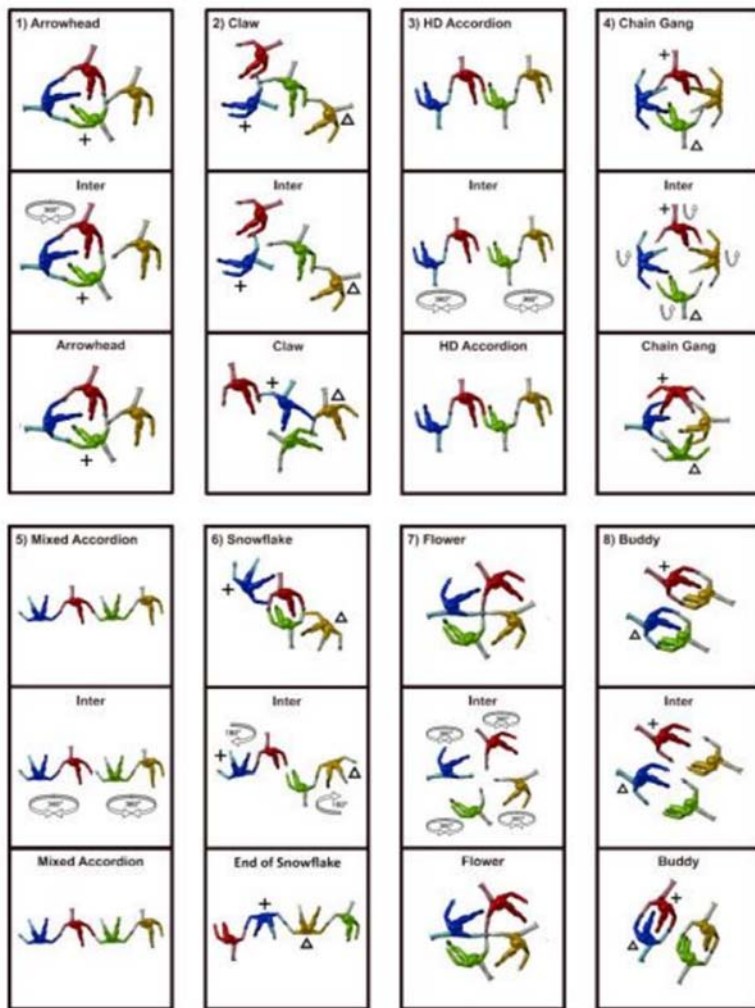


Рис. 3. Элементы в дисциплине «Аэротруба – акробатика вертикальная – 4»

Аэротрубный спорт – это уникальный вид спорта, поскольку нагрузка на тело спортсмена распределяется относительно равномерно, а упражнения и элементы выполняются с опорой на воздушный поток. Тренировки в аэротрубе способствуют развитию координации, гибкости, вестибулярного аппарата, скорости реакции и т. д. Авторы считают, что аэротрубный спорт идеально подходит для воспитания и развития

человека, поскольку для его освоения требуется не просто развивать мышечный аппарат, а осознанно им управлять. Данный тезис соответствует теории физического образования П. Ф. Лесгафта, согласно которой оперирование схемой тела для выполнения упражнений с системным увеличением сложности в дополнении с необходимыми для выполнения повышенной нагрузки волевыми усилиями способствуют формированию у ребенка адекватной психофизической основы для дальнейшего развития как физического, так и личностного [2]. Безусловно, спортивная гимнастика и спортивная акробатика также развивают в человеке способность к осознанному управлению своим телом, однако качественное освоение похожих упражнений и элементов в аэротрубе, по мнению авторов, требует значительно меньше времени.

Таким образом, аэротрубный спорт в Иркутской области имеет большой потенциал для развития, соответствует основам физического воспитания и требует большего внимания со стороны общества. Так, авторы подчеркивают необходимость развития данного спорта, а конкретно создания детских и студенческих секций, проведения соревнований в различных категориях, а также формирование сборной команды Иркутской области.

Литература

1. Вертикальная аэродинамическая труба. URL: [https://ru.wikipedia.org/wiki/ Вертикальная_аэродинамическая_труба](https://ru.wikipedia.org/wiki/Вертикальная_аэродинамическая_труба) (дата обращения: 19. 11. 2022)
2. Гаспарян А. Г. П. Ф. Лесгафт о физическом воспитании детей и подростков // Обучение и воспитание: методики и практика. 2016. №30-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/p-f-lesgaft-o-fizicheskom-vospitanii-detey-i-podrostkov> (дата обращения: 19. 11. 2022).
3. Об утверждении правил вида спорта «Парашютный спорт»: приказ М-ва спорта РФ от 5 дек. 2017 г. № 1047 (с изм. и доп.)
4. Олимпийская мечта. URL: <https://bodyfly.net/blog/olimpijskaja-mechta/> (дата обращения: 19. 11. 2022)
5. Первые российские соревнования по аэротрубным дисциплинам парашютного спорта. URL: <https://bodyfly.net/sorevnovanija/last/chempionat-rossii-po-ajerotrubnym-disciplinam-parashjutnogo-sporta-risc-2017/> (дата обращения: 19.11.2022)
6. Федерация парашютного спорта России. URL: <https://www.fpsrussia.ru/> (дата обращения: 19.11.2022)

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ 1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Алдиабат И. М. И., Алдиабат Х. Т. А., Кудрявцев М. Д. Анализ эффективности управления деятельностью студенческих спортивных клубов Российской Федерации и Иордании	5
Алдиабат И. М. И., Алдиабат Х. Т. А., Кудрявцев М. Д. Проблемы организации деятельности студенческих спортивных клубов в высших учебных заведениях	9
Алдиабат Х. Т. А., Алдиабат И. М. И., Кудрявцев М. Д. Круговая тренировка для развития силовых способностей у футболистов	12
Алдиабат Х. Т. А., Алдиабат И. М. Ибрагим, Кудрявцев М. Д., Лепилина Т. В. Физическая подготовка студентов-футболистов на основе применения метода круговой тренировки	17
Алейник В. В., Матвеева И. С. Мотивационная составляющая как часть развития студенческого спорта	22
Александрович О. Ю., Горелик А. А., Зырянова К. М. Сравнение результатов физических испытаний студентов факультета бизнес-коммуникаций и информатики и Института филологии, иностранных языков и медиакоммуникаций	25
Александрович О. Ю., Калашникова Р. В., Займудинова Д. Ф. Роль физической культуры в образовательных учреждениях	30
Александрович О. Ю., Константинов Р. В., Шишкина А. А. Физкультурное занятие как основная форма организованного обучения физическим упражнениям в школе	36
Бесхлебный В. А., Матвеева И. С. Использование 3Д-технологий в тренировочном процессе	41
Бонько Т. И., Ницина О. А., Богомолов Э. А. Развитие экономичности бега у студентов как фактора повышения спортивной результативности	45
Бонько Т. И., Ницина О. А., Буркова А. Н. Тенденции и проблемы развития студенческой лёгкой атлетики в вузах нефизкультурного профиля	50
Братцев И. С., Чебанова М. А., Колотыгина Д. В. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом	56
Грузенкин В. И., Кудрявцев М. Д., Галимов Г. Я., Лепилина Т. В. Модернизация преподавания физической культуры в вузе	60
Ежов С. Ю., Чумак В. В., Захарова Л. В., Кудрявцев М. Д. Особенности занятий новым видом спорта «Бенчрест»	63
Колобов С. В., Храмовских Д. А., Марчукова С. Ф., Королев А. А. Аэротрубный вид спорта в Иркутской области	67
Кривов П. С., Еремеев Д. М., Доленко Н. В., Кудрявцев М. Д., Плотникова И. И. Физическая культура и спорт в образовательном пространстве	63

Матвеев В. С., Давиденко И. В. Street Workout: история возникновения	73
Павлов А. Н. Соревнования по спортивному ориентированию как средство формирования профессионально важных качеств геолога.....	80
Павлов А. Н., Шелякин Е. А., Савин И. В. Спортизация физического воспитания в вузе на примере Юридического института Иркутского государственного университета	86
Пружинин К. Н., Пружинина М. В. Тенденции развития непрерывного профессионального физкультурного образования педагогических работников	92
Пурик А. А., Плотников Д. С. Физическая культура и спорт: актуальные проблемы и пути оптимизации	96
Слонимская Л. И., Еремчук В. Ю., Богатова И. И. Современная интерпретация метода круговой тренировки	102
Ташиян А. А., Медведь Т. О. Факторы развития выносливости у курсантов образовательных организаций МВД России	110
Хашин В. Д., Муханов В. П., Кудрявцев М. Д. Определение здорового образа жизни и его роли в обеспечении здоровья студента	116
Ячменева А. О. Фитнес-аэробика как вариативная форма гимнастики в учебном процессе физического воспитания в школе	119

СЕКЦИЯ 2. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА В ВУЗЕ. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВУЗЕ

Дальбакова Е. Д., Марчукова С. Ф. Физические упражнения для профилактики сколиоза у студентов	125
Клименко А. А., Малай А. Е. Важность педагогического процесса с позиции проблем симметрии на этапах начального обучения видам единоборств	130
Клименко А. А., Пшеничная С. А. Симметрия – асимметрия с позиции латеральных предпочтений в спорте	135
Кузекевич В. Р., Русаков А. А. Программа профессиональной пробы для обучающихся выпускных классов «Определение склонности к профессии педагога в области физкультурно-спортивной деятельности»	139
Лыженкова Р. С. Современная молодежь и здоровый стиль жизни	146
Москаленко А. Е., Марчукова С. Ф., Серебrenников Д. А. Опыт участия в соревнованиях по спортивному ориентированию	151
Плеханов А. С., Кудрявцев М. Д., Плотникова И. И., Галимова А. Г. Адаптивная и оздоровительная физическая культура	155
Распопова П. С., Худяков В. Б., Марчукова С. Ф. Индивидуально-типологические особенности спортсменов единоборств	159
Слонимская Л. И., Кулешова О. В., Плотникова И. И. Необходимость применения оздоровительных и рекреационных средств физического воспитания на элективных занятиях физической культурой в вузе	163
Фирсова Е. Н. Особенности адаптивного физического воспитания с детьми при задержке психического развития	168