



**ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА В СТРАНАХ
БАЛТИЙСКОГО РЕГИОНА**

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ТАРТУСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СТРАНАХ БАЛТИЙСКОГО РЕГИОНА

*Сборник статей
Всероссийской с международным участием
научно-практической конференции
17–19 марта 2009 года*

Великие Луки
2009 год

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ПАРАЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ

Е.П. Врублевский д.п.н., профессор; Д.Е. Врублевский, аспирант

*Смоленская государственная академия физической культуры,
спорта и туризма*

Кафедра теории и методики лёгкой атлетики

Смоленск, Россия

Актуальность. Практический опыт показывает, что у спортсменов высокого класса отсутствует прямая зависимость между выполненным объемом тренировочной нагрузки и ростом спортивного результата. Нелинейный характер связи позволяет установить, что тренирующие воздействия с повышением спортивного мастерства стремятся к определенным оптимальным показателям, и, кроме того, в некоторых случаях происходит уменьшение их вариативности. Эти факты, а также данные, свидетельствующие о высокой индивидуальности параметров нагрузки у разных спортсменов, указывают на необходимость поиска индивидуально-оптимальных вариантов построения тренирующих воздействий для конкретного легкоатлета. На наш взгляд, большой интерес представляет научное направление в индивидуализации тренировочной деятельности, связанное с познанием, на основе шкалы максимальных значений тренировочных нагрузок, индивидуальных особенностей спортсменов высокой квалификации.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ тренировочной деятельности сильнейших спортсменов России, специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики, выявил, что максимальные показатели по основным видам парциальных

нагрузок, вопреки предполагаемой тенденции к их непрерывному росту, подвержены значительным колебаниям по годам.

Характерно и в чем-то предопределено то, что наибольшее число параметров тренировочной нагрузки на максимальном уровне имеют, как правило, спортсменки — лидеры в своем виде. Так, у бегуни на 100 м И.Х. из восьми ведущих параметров три находятся на максимальном уровне, у метательницы молота О.К. из 9 максимальных показателей, отмеченных в группе спортсменок, специализирующихся в этой дисциплине, четыре таких показателя. У сильнейшей барьеристки на 100 м последних лет И.Ш. из 11 параметров — четыре.

Приведенные данные подтверждают тот факт, что высокие тренировочные нагрузки и уровень спортивных достижений характеризуются тесной взаимообусловленностью. Тем не менее, связь между количеством параметров нагрузки на максимальном уровне и спортивными достижениями не является однозначной. Если для относительно более молодых прогрессирующих спортсменок увеличение количества параметров на максимальном уровне в определенных пределах может привести к росту спортивных результатов, то у другой группы атлетов, имеющих достаточно большой стаж занятий спортом, часто наблюдается обратная картина — увеличение числа параметров тренирующих воздействий на максимальном уровне приводит к снижению спортивных результатов или их стабилизации. Для таких спортсменок возможно уменьшение числа максимумов нагрузки, что в некоторых случаях даже способствует росту спортивных достижений.

Все это свидетельствует о том, что изучение максимальных значений нагрузок открывает более перспективный путь в познании основных закономерностей тренировочного процесса с учетом индивидуальных возможностей спортсменок. Для наглядности каждый индивидуальный вариант подготовки лучше представить в виде диаграммы, где на оси абсцисс отображаются параметры нагрузки, а на оси ординат — их конкретные значения в процентах от максимума, наблюдаемого в текущем годовом цикле среди сильнейших спортсменок страны.

На рисунке 1 приведена такая диаграмма, представляющая индивидуальные показатели объемов парциальных нагрузок в двух годовых циклах у сильнейшей бегуни страны последних лет на 400 метров с барьерами Е.И.

Данная спортсменка имеет ряд максимальных показателей парциальных нагрузок среди других высококвалифицированных барье-

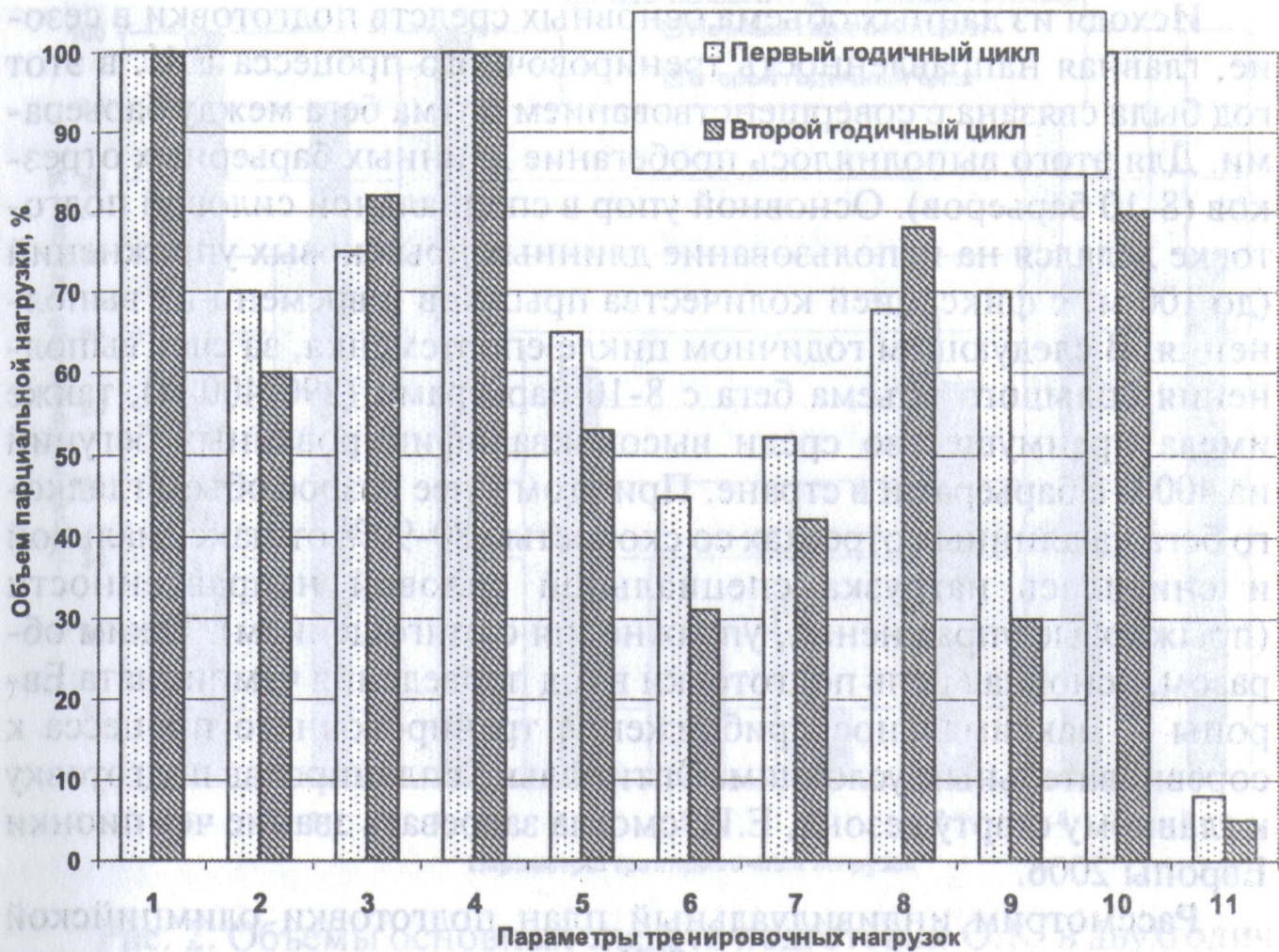


Рис. 1. Объемы основных средств подготовки Е.И. в двухгодичных циклах относительно показателей других ведущих барьеристок (400 м с/б) страны:

1 — общий объем бега со стандартной расстановкой барьеров; 2 — бег со стандартной расстановкой барьеров (1-3 барьера); 3 — бег со стандартной расстановкой барьеров (4-7 барьеров); 4 — бег со стандартной расстановкой барьеров (8-10 барьеров); 5 — бег с нестандартной расстановкой барьеров; 6 — гладкий бег со скоростью 96-100%; 7 — гладкий бег со скоростью 90-95%; 8 — гладкий бег со скоростью 80-90%; 9 — гладкий бег со скоростью менее 80%; 10 — прыжковые упражнения; 11 — упражнения с отягощением.

ристок. Так, в первый анализируемый год — это показатели общего количества барьеров со стандартной их расстановкой и объемом бега с 8-10 барьерами, а также количество прыжковых упражнений. Высокая нагрузка в перечисленных параметрах подготовки сочеталась с относительно небольшой в беге с нестандартной расстановкой барьеров (65% от максимума), в объеме гладкого бега со скоростью 96-100% (45% от максимума) и 90-95% (52% от максимума) и, особенно, упражнений с отягощением (8% от максимума).

Исходя из данных объема основных средств подготовки в сезоне, главная направленность тренировочного процесса Е.И. в этот год была связана с совершенствованием ритма бега между барьерами. Для этого выполнялось пробегание длинных барьерных отрезков (8-10 барьеров). Основной упор в специальной силовой подготовке делался на использование длинных прыжковых упражнений (до 100 м) с фиксацией количества прыжков и времени их выполнения. В следующем годичном цикле спортсменка, за счет выполнения большого объема бега с 8-10 барьерами (290-400 м), также имела преимущество среди высококвалифицированных бегуний на 400 м с барьерами в стране. При этом у нее возрос объем гладкого бега на длинных отрезках со скоростью 80-90% от максимальной и снизилась нагрузка специальной силовой направленности (прыжковые упражнения, упражнения с отягощением). Таким образом, основная цель подготовки в год проведения чемпионата Европы — максимальное приближение тренировочного процесса к соревновательным условиям. Оптимально спланировав подготовку к главному старту сезона, Е.И. смогла завоевать звание чемпионки Европы 2006.

Рассмотрим индивидуальный план подготовки олимпийской чемпионки в метании молота О.К. за год и в год проведения главного старта четырехлетия (рис. 2). Спортсменка в первом анализируемом годичном цикле имеет максимальные показатели по количеству тренировочных занятий и объему прыжковых упражнений. Несколько меньше значения параметров в метании облегченного и основного снаряда и совсем низкие показатели в метании вспомогательных снарядов и объеме упражнений с отягощением.

В год проведения Олимпийских игр основная направленность тренировочного процесса — максимальное его приближение к соревновательным условиям и строго дозированное увеличение нагрузки в упражнениях, обеспечивающих поступательное совершенствование ведущих для специализации двигательных качеств и способностей. Так, возрастают максимальные значения общего объема метания молота за счет увеличения количества бросков основного и, особенно, облегченного снарядов. Остальные параметры тренирующих воздействий снижаются в той или иной степени. Особенно заметно уменьшились объемы упражнений с отягощением и различные прыжковые упражнения.

Основной задачей специальной подготовки в данный период являлось базовое обеспечение скоростно-силовой и технической

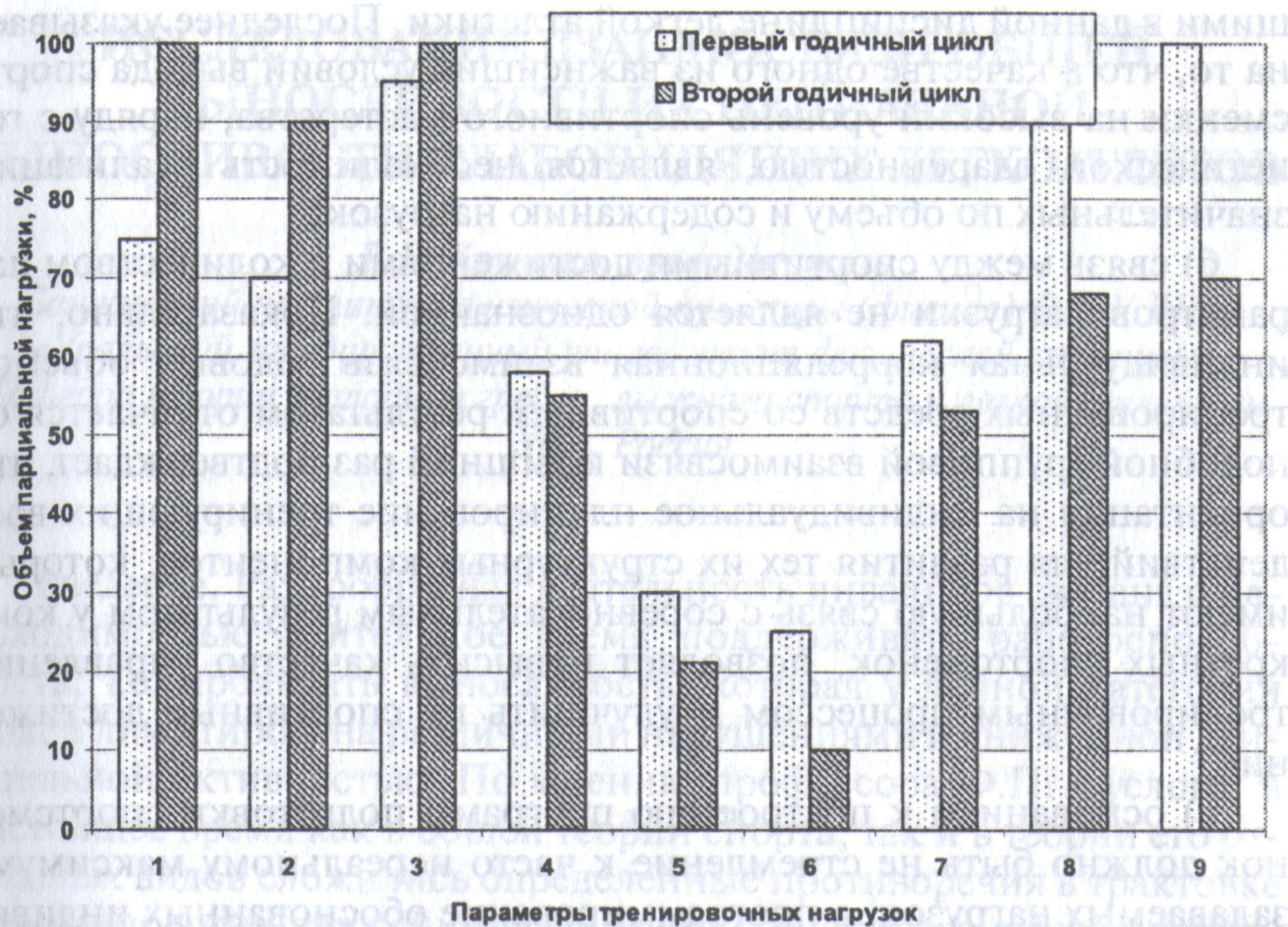


Рис. 2. Объемы основных средств подготовки О.К. в двухгодичных циклах относительно показателей других ведущих метательниц молота страны:

1 — общий объем метания молота; 2 — метание соревновательного снаряда (4 кг); 3 — метание облегченного снаряда (3 кг); 4 — метание утяжеленного снаряда (5 кг); 5 — метание вспомогательных снарядов; 6 — упражнения с отягощением; 7 — спринтерский бег; 8 — прыжковые упражнения; 9 — количество тренировочных занятий.

подготовленности для максимальной реализации потенциала спортсменки в год главных соревнований. Как видно на рисунке 2, количество тренировочных занятий также уменьшалось, что связано, по-видимому, с обеспечением необходимого отставленного кумулятивного эффекта от роста объемов тренировочной нагрузки в предыдущие годы.

Заключение.

Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы:

а) наибольшее число параметров нагрузки на максимальном уровне имеют, в основном, спортсменки, которые являются веду-

щими в данной дисциплине легкой атлетики. Последнее указывает на то, что в качестве одного из важнейших условий выхода спортсменки на высокий уровень спортивного мастерства, наряду с генетической одаренностью, является необходимость реализации значительных по объему и содержанию нагрузок;

б) связь между спортивными достижениями и количеством параметров нагрузки не является однозначной. Показательно, что индивидуальная корреляционная взаимосвязь годовых объемов тренировочных средств со спортивным результатом отличается от подобной групповой взаимосвязи и лишний раз подтверждает, что ориентация на индивидуальное планирование тренирующих воздействий для развития тех их структурных компонентов, которые имеют наибольшую связь с соревновательным результатом у конкретных спортсменок, позволяет повысить качество управления тренировочным процессом и улучшить их спортивные достижения;

в) основанием к построению программ подготовки спортсменок должно быть не стремление к часто нереальному максимуму задаваемых нагрузок, а программирование обоснованных индивидуальных двигательных действий и тренировочных эффектов различного характера. Нередко преждевременное превышение рационального максимума по отдельным параметрам тренировочной нагрузки приводит к уходу из «большого спорта» перспективных спортсменок;

г) в год главных соревнований выявлена тенденция, связанная с увеличением специализированности тренирующих воздействий за счет роста строго дозированной нагрузки в средствах, максимально приближенных к основному соревновательному действию, что в определенной степени способствует соответствующей адаптации организма к последнему. Вместе с тем большое внимание должно быть уделено вопросам повышения скорости движения в ведущем соревновательном упражнении. Основной задачей силовой подготовки в год кульминационных соревнований является, главным образом, базовое обеспечение специальной скоростно-силовой и технической подготовленности спортсменок, что не предполагает роста силовых нагрузок. Предпочтение может отдаваться вариантам подготовки, предусматривающим незначительное снижение количества тренировочных занятий.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ПАРАЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ	15
Врублевский Е.П., Врублевский Д.Е. Индивидуальная на- правленность тренировочного процесса спортсменов вы- сокой квалификации в годичном цикле подготовки	15
Крутько В.Б. Исследование взаимосвязи общей вынос- ливости и специальной выносливости слабовидящих лег- коатлетов	21
Люлина Н.В., Захарова Л.В. Показатели тренировочной нагрузки гимнастов	23
Макина Л.Р. Характеристика уровня постоянного по- тенциала головного мозга слабовидящих спортсменов в ходе тренировочного процесса	27
Медведков В.Д. О недопустимости селенового дефици- та в организме борцов при высокоинтенсивных и объем- ных нагрузках	30
Мехтелева Е.А. Формирование специальной подготов- ленности пловцов-бассистов в зависимости от возраста .	33
Николаев А.А. Перспективы применения электрости- муляции в спорте высших достижений	39
Овчинников Н.Д., Егозина В.И., Овчинников Д.Н. Метод прогнозирования эффективности действий спортсменов высшей квалификации	42
Павлов С.Е., Черенков Д.Р., Давыдов А.П., Ткачѳв Б.А., Павлов А.С. Изучение возможности развития специаль- ных скоростных качеств у хоккеистов 16-19 лет	46
Петров А.Б., Романов В.В. Управление тренировочным процессом ведущих борцов-самбистов России на завер- шающем этапе подготовки к чемпионату мира	52
Скрипченко И.Т. Сравнительный анализ антропометри- ческих показателей спортсменов-олимпийцев в парусном спорте	58

Смирнова В.В. СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	63
Юламанова Г.М. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	69

Раздел 2. ФИЛОСОФСКИЕ, ИСТОРИЧЕСКИЕ, СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ, ЭКОНОМИЧЕСКИЕ И ПРАВОВЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА 74

Белоков Д.А. ОПОЧЕЦКОЕ ОБЩЕСТВО «ЗДОРОВЬЕ И СПОРТ» (1910–1913 гг.) (ИЗ ИСТОРИИ ПЕРВЫХ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В РОССИИ)	74
---	----

Бескровная В.А. ПОДХОДЫ К ОЦЕНКЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕГИОНАЛЬНЫХ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	78
---	----

Джелепов И.Б., Кузьмина С.А. ИЗ ИСТОРИИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ КУБКА ПРИБАЛТИЙСКИХ ВУЗОВ ПО ТЕННИСУ	83
---	----

Коренберг В.Б. ДУАЛИЗМ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	85
---	----

Медведев А.Н. ЗДОРОВЬЕ В СИСТЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА	90
---	----

Мухамитянов Ф.Д. К ВОПРОСУ ОБ УРОВНЕВОЙ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ПОНЯТИЯ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	98
---	----

Паначёв В.Д. ЖИЗНЬ В ДВИЖЕНИИ	104
--	-----

Степанов А.А. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МАРКЕТИНГА В СПОРТЕ ИЛИ ФИЛОСОФИЯ МАРКЕТИНГА	108
--	-----

Трофимова Г.Т. СОЦИАЛЬНАЯ РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ: РЕГИОНАЛЬНЫЙ АСПЕКТ	112
--	-----

Федоров А.И. ФЕНОМЕН «ЗДОРОВЬЕ ПОДРОСТКОВ» И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ЕГО ИЗУЧЕНИЮ	116
---	-----

Фомин Ю.А. СОВРЕМЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЯ В ПРОИЗВОДИТЕЛЬНЫХ СИЛАХ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ	120
---	-----

Шляхтова Л.М., Шляхтов В.Н. ОЦЕНКА КОРПОРАТИВНЫХ САЙТОВ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ-ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ СПОРТИВНОЙ ЭКИПИРОВКИ ДЛЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА НА ПРЕДМЕТ ВЫПОЛНЕНИЯ ИМИ СБЫТОВОЙ ФУНКЦИИ	124
---	-----

Раздел 3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	132
Аввакуменков А.А. Социально-психологический климат и межличностные отношения в студенческой туристической команде	132 ✓
Алексеева И.В. Повышение качества математической подготовки студентов 1 курса специальности физическая культура и спорт	136 ✓
Антонюк С.Д. Адаптивное физическое воспитание и адаптивный спорт в системе дополнительного образования в коррекционных школах-интернатах	142
Багин Н.А. Технология подготовки лыж к тренировочным занятиям и соревнованиям в современных условиях	146 ✓
Бурмистров Д.М., Румянцев А.А. Технология базовой подготовки гимнастов на основе применения игрового и соревновательного методов обучения	153 ✓
Григорьева О.П., Медведева Е.Н. О необходимости учета особенностей профессиональной деятельности будущих менеджеров на занятиях по физической культуре	162 ✓
Егорычева Е.В., Мусина С.В. Формирование профессионально-личностных качеств будущего специалиста с помощью избранного вида двигательной активности	169
Ершова Н.Г., Холодилова Е.И. Моделирование игровой деятельности как фактор успешности социальной адаптации детей младшего школьного возраста в учреждениях интернатного типа	175 ✓
Зданович О.С. Освоение ценностей спортивной культуры в спортивно-ориентированном физическом воспитании	180
Изаак С.И. Внедрение спортивных паспортов в субъектах Российской Федерации	183
Князев М.В. Адаптивное плавание как средство интеграции и социализации детей с умственной отсталостью ..	189 ✓
Кобринский М.Е., Заколотная Е.Е. Роль метаморфических произведений в разрешении конфликтов, возникающих в спортивной деятельности студентов	195

Коваленко Д.В., Филатова Н.П. Особенности нервной системы, психических и психофизиологических функций молодых хоккеистов-профессионалов, выделенных в группы наиболее эффективных игроков	200
Коренберг В.Б. Активность, сознание, деятельность	204
Коробова А.Э. Развитие креативного мышления будущих специалистов в области физической культуры и спорта	209
Курова Т.В., Медведева Е.Н. О необходимости пересмотра подходов в физической подготовке женщин пожилого возраста	214
Литвинов А.А. Формирование и коррекция моторной функции при детском церебральном параличе	219
Львова Л.Г., Яковлев М.В. Специальная физическая подготовка женской гандбольной команды супер-лиги «ЛАДА-2»	224
Люлина Н.В., Ветрова И.В. Требования к уровню подготовки выпускников старшей школы	228
Митин А.Е. Изучение склонности специалистов по физической культуре к манипулятивной направленности в общении	231
Митин Е.А., Филиппова С.О., Митин А.Е. Особенности реакции на ситуацию фрустрации у студентов факультета физической культуры	236
Мусина С.В., Егорычева Е.В. Анализ ценностного аспекта физической культуры и его роль в адаптации студентов в условиях вуза	241
Муштукова О.В., Медведева Е.Н. Особенности организации и проведения занятий физической культурой со студентками специальной медицинской группы	247
Нистратов Е.Д. Анализ соревновательной деятельности футбольных команд различной квалификации	253
Парохина Ю.В. Командная гимнастика как средство повышения мотивации занятий гимнастикой в вузе физической культуры	257
Парохина Ю.В., Мамонова И.М. Влияние занятий хореографией на бревне на технику выполнения произвольных комбинаций	262

Пауткин А.В. ОСНОВНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОЛОЖЕНИЯ РАЗРАБОТКИ И СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СПОРТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ПОДРОСТКОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ	267
Петрачева И.В., Котов Ю.Н. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕХНИКИ БРОСКОВ В ПРЫЖКЕ ГАНДБОЛИСТОК	271
Петров А.Б., Хмелев П.И., Кузьмина О.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ЕДИНОБОРСТВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ	276 ✓
Саносян Х.А. РАЗРАБОТКА АЛГОРИТМА УПРАВЛЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ СПОРТСМЕНА В ВОДНЫХ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА	281
Семёнов Д.В., Шляхтов В.Н., Румянцев А.А. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ПОДГОТОВКЕ ГИМНАСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ НА ПРИМЕРЕ ОСВОЕНИЯ ПРОФИЛИРУЮЩИХ ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	286 ✓
Слепова Л.Н., Татарников М.К., Липовцев С.П. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ И ЕЁ САМОСОЗНАНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	293
Стрелецкая Ю.В. ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В НЕПРОФИЛЬНОМ ВУЗЕ ПОСРЕДСТВОМ ПРИМЕНЕНИЯ ФИТНЕС-АЭРОБИКИ	297 ✓
Туманова О.И., Медведева Е.Н. УЧЁТ ОСОБЕННОСТЕЙ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ МЫШЕЧНЫХ УСИЛИЙ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ ПЕДАГОГОВ	300 ✓
Тяглова Е.В. ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	305
Janson Tamara HEALTH EDUCATION IN THE FACULTY OF EXERCISE AND SPORT SCIENCES OF THE UNIVERSITY OF TARTU	308
Maestu Jarek DIFFERENT ASPECTS OF TRAINING IN ROWING ...	313
Majauskiene Daiva OLYMPIC FESTIVAL FOR LITHUANIAN PUPILS – IMPORTANT PART OF OLYMPIC EDUCATION	316
Rutkauskaite Renata, Skarbalius Antanas INTERACTION OF TRAINING AND PERFORMANCE OF ATHLETES 13–14 YEAR AGED IN RHYTHMIC GYMNASTICS	322

Saar Meeli, Jurimäe Toivo THE RELATIONSHIPS BETWEEN ANTHROPOMETRY, PHYSICAL ACTIVITY AND MOTOR ABILITY IN 10-17-YEAR-OLDS 329

Sadzeviciene Rita, Maciuleviciene Edita BODY MASS COMPONENTS DIFFERENCES BETWEEN 16 – 17 YEAR-OLD BOYS WITH DIFFERENT PHYSICAL CAPACITY 331

Раздел 4. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 336

Андриянова Е.Ю. Особенности функционального состояния нейро-моторного аппарата нижних конечностей человека на фоне компрессии поясничных спинномозговых нервов 336

Александрова В.А., Хитрова Е.Е. Состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем у занимающихся оздоровительной аэробикой на основе спортивных единоборств 341

Анфилатова О.В. Коррекция физического развития дошкольников с нарушением зрения средствами адаптивного физического воспитания 345

Арбузова Н.А., Мехтелева Е.А. Влияние аквааэробики и ритмической гимнастики на антропометрические показатели женщин 40–50 лет 351

Ахмадеев Р.Р., Гирфатуллина Р.Р. Реакция зрительной системы на транзиторные экстремальные нагрузки 358

Батуева А.Э., Терехина Е.Н. Методика оптимизации этапного врачебно-педагогического контроля спортсменов, занимающихся боксом 362

Брук Т.М., Кондрашова Ю.В. Влияние физических нагрузок на гормональный ансамбль гипофиза и щитовидной железы 367

Волкова Е.С. Нервная и нейроэндокринная системы в механизме физиологической и биохимической адаптации организма при условии сохранения гомеостаза 370

Гайсина А.Х. Оздоровительная физическая культура, как неотъемлемая часть восстановления позвоночника при нарушениях различных этиологий	373
Гололобова Г.А., Спиринов В.К., Алексеев Ю.В., Барыбина Л.Л. Вариант реализации инновационной технологии здоровьесформирующей направленности в начальных классах общеобразовательной школы	378
Городничев Р.М., Пивоварова Е.А. Влияние единого государственного экзамена на функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем старшеклассников	382
Добрынина Ю.А., Брук Т.М., Кислякова Е.А. Коррекция речевой патологии у детей с церебральным параличом 4-5 лет с использованием нетрадиционных методов	387
Еремеев С.И., Еремеева О.В., Харитонова Л.Г., Кормилец В.С. Временные и топические характеристики активности в дельта-диапазоне электроэнцефалограммы у спортсменов с доминированием метаболического модулятора ритма сердца и влияние на них курса нейробиоуправления по альфа-ритму	396
Жданова Е.А., Герасименко Е.В. Физическая реабилитация при хронических гинекологических воспалительных заболеваниях (сальпингоофоритах)	401
Замчий Т.П., Корягина Ю.В. Психомоторные способности спортсменов силовых видов спорта	407
Захарьева Н.Н. Хронотопологические особенности изменения активности регуляторных каналов и систем оперативной адаптации высококвалифицированных спортсменов	414
Кальметьев А.Х., Шаяхметова Э.Ш., Муфтахина Р.М., Арслангареева Е.В., Дашкова О.С., Мансурова А.Г. Методические подходы к экспресс-оценке функциональных состояний у спортсменов – представителей экстремальных видов спорта	418
Коренберг В.Б. К вопросу о зависимости «сила – скорость»	423
Коршаков А.С. О развитии мышечной силы методом электростимуляции	429

- Корягина Ю.В., Кудря Н.С.** ХРОНОБИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ, ИМЕЮЩИХ НАРУШЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ 434
- Кудинова С.И.** ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ РЕЗЕРВОВ РЕГУЛЯЦИИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У СТАЙЕРОВ ПО ДАННЫМ АНАЛИЗА ВАРИАбельНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА 439
- Литвинов А.А.** СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННОЙ РАБОТЕ ПРИ ДЕТСКОМ ЦЕРЕБРАЛЬНОМ ПАРАЛИЧЕ 444
- Лопарев А.А., Черапкина Л.П.** ВЛИЯНИЕ КУРСА НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СИЛОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА И ЕДИНОБОРСТВАМИ 448
- Манак Н.В.** КОРРЕКЦИЯ ДЕФИЦИТА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ ПЛЕЧЕВОГО СУСТАВА ПУТЕМ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ МАНУАЛЬНОЙ РАЗРАБОТКИ КОНТРАКТУР У БОЛЬНЫХ ТРАВМАТОЛОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ 454
- Моисеев С.А.** ВЛИЯНИЕ НАПРЯЖЕННОЙ МЫШЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭЛЕКТРОМИОГРАФИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ 459
- Налобина А.Н., Стёпочкина Е.С.** ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ К ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ ДЕТЕЙ ДО ГОДА С ПЕРИНАТАЛЬНЫМ ПОРАЖЕНИЕМ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ 465
- Никулина Ж.В.** КОМПЕНСАЦИЯ ДЕФИЦИТА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ ЮНОШЕЙ-ИНВАЛИДОВ С ПОСЛЕДСТВИЯМИ ДЕТСКОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛИЧА НА ОСНОВЕ УЧЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НАГРУЗОК ... 471
- Овчинников Н.Д., Егозина В.И., Овчинников Д.Н.** НОВЫЕ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РАЗРАБОТКИ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 477
- Осипова Н.В.** ДИНАМИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПОД ДЕЙСТВИЕМ НИЗКОИНТЕНСИВНОГО ЛАЗЕРНОГО ИЗЛУЧЕНИЯ 479
- Павлов С.Е., Павлова Т.Н.** СТРЕСС КАК ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАЛЬНОСТЬ 482
- Петров Д.А., Городничев Р.М., Мачуева Е.Н.** КОРТИКОСПИНАЛЬНЫЕ МЕХАНИЗМЫ РЕГУЛЯЦИИ КОНЦЕНТРИЧЕСКОГО И ЭКСЦЕНТРИЧЕСКОГО МЫШЕЧНОГО СОКРАЩЕНИЯ 487

Поварешенкова Ю.А., Петров Д.А., Лапченков А.В., Михайлова Е.А. ИЗУЧЕНИЕ ВОЗБУДИМОСТИ ЭФФЕРЕНТОВ МЫШЦ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ	493 ✓
Самсонов М.М. СОМАТОТИПОЛОГИЧЕСКИЙ СТАТУС ЮНОШЕЙ ПОЛИАТЛОНИСТОВ, ИМЕЮЩИХ РАЗЛИЧНЫЙ СПОРТИВНЫЙ СТАЖ ...	496
Скрипченко И.Т., Рейдерман Ю.И. ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ ПО ПОКАЗАТЕЛЮ МОДУЛЯ УПРУГОСТИ ЛЕВОГО ЖЕЛУДОЧКА СЕРДЦА	501
Смирнова Е.Ю. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ И РЕЧИ	506 ✓
Соломатин В.Р. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА В ПОСТРОЕНИИ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ ПЛОВЦОВ	510
Спирин В.К., Ярышкина Ю.А., Котова О.Ф., Котова Е.Н. РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ	515 ✓
Степанюк И.Д., Черапкина Л.П., Таламова И.Г. ИЗМЕНЕНИЕ ГЕОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У СПОРТСМЕНОВ, ПРОШЕДШИХ КУРС НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ	521
Стрекалов А.С. КОРРЕКЦИЯ ПСИХОСОМАТИЧЕСКОГО СТАТУСА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	526
Стрижкова О.Ю., Черапкина Л.П. ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ГИМНАСТОК ПОД ВЛИЯНИЕМ КУРСА НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ	531
Стрижкова Т.Ю. ВЛИЯНИЕ КУРСА НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ НА ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ И ПРОСТРАНСТВА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫМИ СПОРТСМЕНКАМИ, ЗАНИМАЮЩИМИСЯ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫМИ ВИДАМИ СПОРТА	536
Таламова И.Г., Черапкина Л.П., Кайгородцева О.В. СОХРАННОСТЬ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ЭФФЕКТОВ КУРСА НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ	539
Футорный С.М. КЛЕТОЧНЫЕ ИММУННЫЕ РЕАКЦИИ ОРГАНИЗМА В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ	544