



ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ



МАТЕРИАЛЫ
МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ,
посвященной 100-летию Министерства спорта,
10-летию науки и технологий РФ

Челябинск, 15 декабря 2023 г.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Материалы международной научно-практической конференции «Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса и физической культуры», посвященной 100-летию Министерства спорта, 10-летию науки и технологий РФ

15 декабря 2023 года

Челябинск 2023

УДК 796:612

ББК 75.07

П 78

Физиологическое сопровождение тренировочного процесса и занятий физической культурой : материалы международной научно-практической конференции «Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса и физической культуры», посвященная 100-летию Министерства спорта, 10-летию науки и технологий РФ (15 декабря 2023 г.) / Отв. ред. Н.П. Петрушкина – Челябинск : УралГУФК, 2023. – 100 с.

Редакционная коллегия:

д.м.н., профессор, заведующая кафедрой физиологии Н.П. Петрушкина

к.п.н., доцент Е.В. Звягина

Представлены материалы (тезисы) международной научно-практической конференции, отражающие результаты научно-исследовательской работы по направлениям: современные подходы к изучению состояний, возникающих при занятиях физкультурно-оздоровительной, спортивной и рекреационной деятельности, инновационные критерии оценки адаптации к спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности, проблемы оценки функционального состояния спортсменов на различных этапах тренировочного или физкультурно-оздоровительного процесса, эффективность планирования и реализации программ восстановления и сохранения здоровья спортсменов. Тезисы будут полезны для студентов, магистрантов, аспирантов и профессорско-преподавательского состава педагогических вузов и вузов физической культуры.

ISBN 978-5-93216-629-1

© УралГУФК, 2023

© Коллектив авторов, 2023

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Яковлев А.Н.

УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Беларусь

Актуальность. Физическое воспитание в системе многоуровневого образования отражает трансформацию образовательных парадигм в условиях противодействия факторам внешней среды. Научный поиск формирования здоровьесберегающего потенциала студентов видится наиболее значимым в аспекте условий экономических и социальных потрясений.

Цель исследования. Теоретически разработать и экспериментально обосновать модель интегрированной инновационной педагогической системы здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности.

Материалы и методы исследования. Анализ антропометрических показателей, психолого-педагогических характеристик, морфофункциональных и генетических маркеров среди исследуемого контингента позволяет разработать инновационную педагогическую систему здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности.

Результаты исследований и их обсуждение. Антропоморфные технологии являются сложной социокультурной саморазвивающейся системой, состоящей из «нелинейно» взаимодействующих между собой подсистем «личностной аксиосферы» (психики, ментальности, интенциональности, телесности рефлексивности). Основные концепты физкультурно-спортивной деятельности: телеологическая (аксиологическая) парадигма; актологическая (прагматическая); онтологическая (генетическая).

Выводы. При комплексном воздействии на организм студентки решают задачи силовой подготовки с помощью средств ритмической гимнастики (РГ) - в пределах 24,1-35,9%; гидроаэробики (ГАР) – в пределах 19,1-36%; средств круговой тренировки (КТ) – в пределах 23,8-28,8%). Предлагаемый механизм имеет этапы реализации новой парадигмы (свойства: соматические; соматомоторные; психосоматомоторные; психомоторные).

Список используемых источников

1. Манжелей, И.В. Воспитательный потенциал спортивной среды вуза / И.В. Манжелей // *Теория и практика физической культуры*. - 2017. – № 12. – С. 24–27.

3. Оптимизация психофизиологического состояния женщин среднего возраста в процессе занятий оздоровительным шейпингом / А.А. Скидан [и др.] // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. – 2015. – № 2 (120). – С. 164-169.

4. Скидан, А.А. Методика дифференцированных занятий оздоровительным шейпингом с женщинами зрелого возраста / А.А. Скидан, Е.П. Врублевский // *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт*. – 2014. – № 3. – С. 37-43.

5. Шкирьянов, Д.Э. Современные тенденции междисциплинарного исследования физкультурно-спортивной деятельности студентов в контексте подготовки к профессиональной деятельности / Д.Э. Шкирьянов, Ю.В. Гапоненок, А.Н. Яковлев // *Международный электронный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика*, 2022. – № 1 (32). – С. 85-92.

6. Звягина, Е. В. Физиологическое сопровождение тренировочного процесса (методологический аспект) / Е. В. Звягина // *Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы XI Всероссийской научно-практической конференции, Нижневартовск, 21 октября 2021 года. – Нижневартовск: Нижневартовский государственный университет, 2021. – С. 190-193. – DOI 10.36906/FKS-2021/39. – EDN XLAOKW.*

7. Физкультурно-спортивная деятельность в контексте трансформации ценностного понимания феномена телесности в условиях влияния внешних факторов / О.В. Бартош [и др.] // *Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэт*. – 2023. – № 1. – С. 75-81.

8. Яковлев, А.Н. Креативность характера и особенности физкультурно-спортивной деятельности в системе интеграционного образовательного пространства Республики Беларусь и Российской Федерации / А.Н. Яковлев, М.А. Яковлева // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. – 2016. – № 10 (140). – С. 274-277.

<p align="center">ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ</p> <p align="right">А.Н. Яковлев</p> <p align="center"><i>УО “Полесский государственный университет”</i>,</p> <p><i>г. Пинск, Беларусь</i></p>	<p align="center"><u>Актуальность исследования</u></p> <p>Физическое воспитание в системе многоуровневого образования отражает трансформацию образовательных парадигм в условиях противодействия факторам внешней среды, что вызывает изменение целеполагания, научно-методического обоснования инновационной педагогической системы. Научный поиск формирования здоровьесберегающего потенциала студентов видится наиболее значимым в аспекте условий экономических и социальных потрясений.</p>
<p><u>Результаты исследований</u></p> <p>Антропоморфные технологии являются сложной социокультурной саморазвивающейся системой, состоящей из «нелинейно» взаимодействующих между собой подсистем «личностной аксиосферы» (психики, ментальности, интенциональности, телесности рефлексивности).</p> <p>Предлагаемый механизм имеет этапы реализации новой парадигмы (свойства: соматические; соматомоторные; психосоматомоторные; психомоторные).</p>	<p>Основные концепты физкультурно-спортивной деятельности: телеологическая (аксиологическая) парадигма; актологическая (прагматическая); онтологическая (генетическая).</p> <p>При комплексном воздействии на организм студентки решают задачи силовой подготовки с помощью средств: ритмической гимнастики (РГ) - в пределах 24,1-35,9%; гидроаэробики (ГАР) – в пределах 19,1-36%; средств круговой тренировки (КТ) – в пределах 23,8-28,8%).</p>
<p align="center"><u>Цель исследования</u></p> <p>Теоретически разработать и экспериментально обосновать модель интегрированной инновационной педагогической системы здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p align="center"><u>Методика и организация исследования</u></p> <p>Анализ антропометрических показателей, психолого-педагогических характеристик, морфофункциональных и генетических маркеров среди исследуемого контингента позволяет разработать инновационную педагогическую систему здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности, как для успешной жизнедеятельности личности, так и спортивного отбора в олимпийские виды спорта.</p>
<p align="center">Выводы</p> <p>Параметрическая модель управления физической нагрузкой отличается от структурной модели управления тем, что выходит далеко за рамки внутренней системы организации управления, а характеристики предполагают постоянный учет новых эффективных средств, величины внешнего фактора (отягощения), дифференцированного подхода на основе учета соматотипов и типологических особенностей занимающихся, т.е. перейти на дифференцированную инновационную программу атлетической (силовой) и координационной подготовки.</p>	<p>Решая проблему формирования телесно-двигательных характеристик на уровне региональной политики, определена методология здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий, а также оптимальный количественный уровень физической нагрузки. Функционирование многоуровневого образования в Приморском крае убедительно доказывает эффективность физкультурно-спортивной деятельности, осуществляемой на всех этапах обучения (сад-школа-колледж-вуз), где основные результаты здоровьесберегающих и телесно формирующих технологий их экономическая эффективность.</p>

СОДЕРЖАНИЕ

Вяткин С.С. ХАРАКТЕРИСТИКА МЫШЕЧНОЙ СИЛЫ ДЕВОЧЕК 7–8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ И ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	8
Даниленко Т.А. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА (ЖЕНЩИНЫ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА)	11
Золотов Е.Н. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ТРЕНАЖЕРНЫХ УСТРОЙСТВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ	14
Иванова В.И. ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПРЫГУНОВ ТРОЙНЫМ ПРЫЖКОМ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ.....	19
Колесникова Ю.Н. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРИТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ	23
Кузелин В.А., Иванова К.Л., Брындин В.В. ОЦЕНКА ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РИТМА СЕРДЦА У СПОРТСМЕНОВ-ИНВАЛИДОВ НА ПРИМЕРЕ СЛЕДЖ-ХОККЕЯ	25
Лазук Е.М. ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ЧИР-СПОРТОМ	27
Лебедь А.Д. ЗАВИСИМОСТЬ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ТЕННИСИСТОВ ОТ ТИПА ТУРНИРА	29
Ли Хаотянь МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ ЕДИНОБОРЦЕВ	34
Лобанова К.В. ОЦЕНКА ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА ДЕВОЧЕК 7 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА СООТВЕТВИЕ НОРМАТИВНЫМ ЗНАЧЕНИЯМ	38
Лю Я ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КИТАЙСКИХ СТУДЕНТОВ КАК НАСУЩНАЯ ПРОБЛЕМА	40

Мерзляков П.Е. ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ.....	44
Нью Йиндон ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	47
Петрушкина Н.П., Звягина Е.В., Козырева Ю.В. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕГУЛЯЦИИ ВИСЦЕРАЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ВОСТОЧНЫМИ ПРАКТИКАМИ	50
Рубцов Р.А. ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ 13-15 ЛЕТ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В МЕТАНИИ МОЛОТА	55
Сафронова Г.В. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОНЯТИЙ «ФИЗИЧЕСКАЯ РЕКРЕАЦИЯ», «БЫТ» И «ДОСУГ» СТУДЕНТОВ.....	59
Сафронова Г.В. ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ДОСУГА СТУДЕНТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ.....	63
Соловьева Л.И. ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЗАНЯТИЯМИ ЙОГОЙ.....	67
Старостенко В.В., Завалей И.В. ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЦИОНАЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ.....	69
Федорова Т.А. ХАРАКТЕРИСТИКА МЫШЕЧНОЙ СИЛЫ ДЕВОЧЕК 10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ	73
Харламов Е.С., Сабирьянов А.Р. СТРУКТУРА ТРАВМАТИЗМА В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЕ	75
Чевелев А.В., Поливач А.Н. УРОВНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПРИНТЕРСКИМ БЕГОМ	77

Чжу Хуасин ОСОБЕННОСТИ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗЛИЧНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ	81
Шакирова В.Р. ПОКАЗАТЕЛИ ЖИЗНЕННОЙ ЕМКОСТИ ЛЕГКИХ И ЖИЗНЕННОГО ИНДЕКСА ДЕВОЧЕК 10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	83
Яковлев А.Н. ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....	86
Milushkina V., Botagariev T.A. «READY FOR LABOR AND DEFENSE» («GTO») COMPLEX STANDARDS PERFORMANCE DYNAMICS WHILE DOING WATER AEROBICS CLASSES	89
Petrushkina Nadezhda, Svetlakova Marina, Rucska Andrea, <u>Judit Plachy</u> EFFICIENCY OF TEACHING SWIMMING CHILDREN WITH DOWN SYNDROME	93