



**СКФНКЦ
ФМБА России**

Северо-Кавказский федеральный
научно-клинический центр

СОВРЕМЕННЫЕ ВОПРОСЫ БИОМЕДИЦИНЫ

Modern issues of biomedicine

T.5 (3) 2021

СОВРЕМЕННЫЕ ВОПРОСЫ БИОМЕДИЦИНЫ © 2021

Т.5 №3 2021

СЕТЕВОЙ ЭЛЕКТРОННЫЙ НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ

Издается с 2017 года

ЕЖЕКВАРТАЛЬНО

Учредитель:

Федеральное государственное бюджетное учреждение «Северо-Кавказский федеральный научно-клинический центр» Федерального медико-биологического агентства России.

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.

Номер свидетельства ЭЛ № ФС 77 – 81042.

Дата регистрации 25.05.2021.

ISSN журнала: 2588-0500.

Рубрики журнала:

- Физиология;
- Курортология и реабилитация;
- Спортивная медицина;
- Физическая культура и спорт.

Журнал входит в Перечень ВАК РФ.

Группы специальностей, утвержденных ВАК для публикации основных научных результатов диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук:

03.03.01 – Физиология (медицинские науки),

03.03.01 – Физиология (биологические науки),

14.03.11 – Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия (медицинские науки),

14.03.11 – Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия (биологические науки),

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (педагогические науки).

Журнал индексируется в базе данных Российского индекса научного цитирования (РИНЦ), в международных базах научного цитирования Google Scholar, Crossref.

Всем статьям присваивается префикс DOI.

Журнал выходит на русском и английском языках.

Все публикации рецензируются.

Доступ к журналу бесплатен.

Адрес учредителя и редакции: Федеральное государственное бюджетное учреждение «Северо-Кавказский федеральный научно-клинический центр»

Федерального медико-биологического агентства России.

357600, Ставропольский край,

г. Ессентуки, ул. Советская, д. 24.

Статьи направлять на nauka@skfmba.ru.

Сайт журнала: <http://svbskfmba.ru>.

MODERN ISSUES OF BIOMEDICINE © 2021

T.5 №3 2021

**NETWORK ELECTRONIC SCIENTIFIC
AND EDUCATIONAL JOURNAL**

*The journal is published since 2017
quarterly*

Establisher:

FSBI “North-Caucasian Federal Research-Clinical
Center of FMBA of Russia”.

**Registered by the Federal Service for
Supervision of Communications, Information
Technology and Mass Media.**

Certificate number: ЭЛ № ФС 77 – 81042.

Registration date 25.05.2021.

ISSN: 2588-0500.

Headings of the journal:

- Physiology
- Balneology and rehabilitation
- Sports medicine
- Physical education and sports.

The journal is included in the list of Higher
Attestation Commission (HAC) of the Russian
Federation.

Groups of scientific specialties approved by the
HAC for publication of the principal research
results of doctoral (candidate's) dissertations:

03.03.01 – Physiology (medical sciences),

03.03.01 – Physiology (biological sciences),

14.03.11 – Recovery medicine, sports medicine,
exercise therapy, balneology and physiotherapy
(medical sciences),

14.03.11 – Recovery medicine, sports medicine,
exercise therapy, balneology and physiotherapy
(biological sciences),

13.00.04 – Theory and methods of physical
education, sports training, health and adaptive
physical culture (pedagogical sciences).

The journal is indexed in the database of the
Russian scientific citation index (RSCI-
bibliographic database of scientific publications
of Russian scientists), Google Scholar, Crossref.
All articles are published with the DOI index.

The journal is published in russian and in
english.

All publications are peer-reviewed. Access to
the journal is free.

Establisher and publisher address:
North-Caucasian federal Research-Clinical
Center of FMBA of Russia.

24 Sovetskaya street, Essentuki, Stavropol
territory, Postal code: 357600, Russia

Send your articles via e-mail:
nauka@skfmba.ru.

Domain name of the Internet portal of the
journal: **<http://svbskfmba.ru>.**

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Главный редактор

Тер-Акопов Гукас Николаевич - к.э.н.
(Ессентуки)

Заместитель главного редактора

Корягина Юлия Владиславовна – проф.,
д.б.н. (Ессентуки)

Члены редакционной коллегии журнала:

Абрамова Т.Ф. - д.б.н. (Москва)
Быков Е.В. – профессор, д.м.н. (Челябинск)
Горская И.Ю. - профессор, д.п.н. (Омск)
Даделиене Р. - профессор, д.м.н. (Литва)
Ефименко Н.В. – профессор, д.м.н.
(Ессентуки)
Замощина Т.А. - профессор, д.б.н. (Томск)
Кайсинова А.С. - д.м.н. (Ессентуки)
Калинина И.Н. – профессор, д.б.н.
(Краснодар)
Кобринский М.Е. - профессор, д.п.н.
(Беларусь)
Кудашова Л.Р. - профессор, д.б.н.
(Казахстан)
Наследникова И.О. - д.м.н. (Сочи)
Сентябрев Н.Н. - профессор, д.б.н.
(Волгоград)
Сингх Рам Бахадур - профессор, д.м.н.
(Индия)
Сивохин И.П. - д.п.н. (Казахстан)
Смоленцева В.Н. – профессор, д.пс.н. (Омск)
Солимене У. - профессор, д.м.н. (Италия)
Сурду О. - д.м.н. (Румыния)
Тамбовцева Р.В. - профессор, д.б.н. (Москва)
Ходасевич Л.С. – профессор, д.м.н. (Сочи)

EDITORIAL BOARD

Chief editor of the journal

Ter-Akopov Gukas N. - PhD in Economic
sciences (Essentuki)

Deputy chief editor

Koryagina Yulia Vladislavovna - Professor,
Doctor of Biological sciences (Essentuki)

Members of the editorial Board:

Abramova T.F. - Doctor of Biological sciences
(Moscow)
Bykov E.V. – Professor, Doctor of Medical
sciences (Chelyabinsk)
Gorskaya I.Yu. - Professor, Doctor of
Pedagogical sciences (Omsk)
Dadeliene R. - Professor, Doctor of Medical
sciences (Lithuania)
Efimenko N.V. - Professor, Doctor of Medical
sciences (Essentuki)
Zamoshchina T.A. - Professor, Doctor of
Biological sciences (Tomsk)
Kaisinova A.S. - Doctor of Medical sciences
(Essentuki)
Kalinina I.N. - Professor, Doctor of
Biological sciences (Krasnodar)
Kobrinisky M.E. - Professor, Doctor of
Pedagogical sciences (Belarus)
Kudashova L.R. - Professor, Doctor of
Biological sciences (Kazakhstan)
Naslednikova I.O. - Doctor of Medical
sciences (Sochi)
Sentyabrev N.N. - Professor, Doctor of
Biological sciences (Volgograd)
Singh Ram Bahadur - Professor, Doctor of
Medical sciences (India)
Sivokhin I.P. - Doctor of Pedagogical sciences
(Kazakhstan)
Smolentseva V.N. - Professor, Doctor of
Psychological sciences (Omsk)
Solimene U. - Professor, Doctor of Medical
sciences (Italy)
Surdu O. - Doctor of Medical
sciences (Romania)
Tambovtseva R.V. - Professor, Doctor of
Biological sciences (Moscow)
Khodasevich L.S. – Professor, Doctor of
Medical sciences (Sochi)

СОДЕРЖАНИЕ	
<i>Курортология и реабилитация</i>	
Легкая Е.Ф., Костенко Е.В., Ходасевич Л.С. Развитие предметно-манипулятивной деятельности рук под влиянием информационно-коммуникативных технологий у больных детским церебральным параличом	9
Нарतिकоева М.И. Изучение роли полиморфизма генов-предикторов в развитии метаболического синдрома в персонифицированной профилактике сахарного диабета 2 типа (обзор литературы)	25
<i>Спортивная медицина</i>	
Зеленин Л.А., Паначев В.Д. Научно-методический комплекс дыхательных тренажёров для реабилитации сердечно-сосудистой и дыхательной систем во время и после пандемии	46
Корягина Ю.В., Попов А.Н., Нопин С.В., Абуталимова С.М. Функциональное состояние легкоатлетов в период акклиматизации к условиям среднегорья, в том числе у спортсменов, перенесших COVID-19	57
Пустовойт В.И. Особенности изменений некоторых показателей гемодинамики спортсменов-парашютистов в экстремальных условиях	66
Сверчков В.В., Быков Е.В. Перцептивные реакции лиц с метаболическим синдромом на силовые упражнения с ограничением кровотока	80
<i>Физиология</i>	
Инюшкина Е.М., Исакова Т.С., Захарушкина А.А., Инюшкин А.Н. Участие лептина в регуляции дыхания на уровне комплекса пре-Бётцингера	88
Калинина И.Н., Клименко А.А., Мельников А.И., Бут И.А. Суммарная оценка регуляторных систем кровообращения велосипедистов-шоссейников	97
Литовченко О.Г., Болотов С.В., Юсупхаджиева Л.М., Боженко Т.А. Физическое развитие уроженцев Среднего Приобья в возрасте 5-7 лет	109
Нопин С.В. Физиологические и биомеханические характеристики мышц нижних конечностей у женщин боксеров при выполнении максимального нагрузочного теста повторных прыжков Bosco	119
Романов Ю.Н., Гомжина Ю.А., Романова Л.А. Флуктуации температуры кожного покрова при моделировании воздействия, сбивающего терморегуляцию у занимающихся циклическими видами спорта	129
Фомина Е.В., Оленко Е.С., Киричук В.Ф., Кодочигова А.И. Состояние мозговой гемодинамики у молодых мужчин с разными показателями адаптационных резервов организма	142
Яковенко А.А., Колмакова Т.С. Действие препарата «Адаптовит» на психофизиологические характеристики и психоэмоциональный статус специалистов-кинологов	159
<i>Физическая культура и спорт</i>	
Борисова Н.И., Слободчикова Т.А., Соболев А.Г., Аракелян Г.Л. Пулевая стрельба: анализ новых зарубежных технологий спортивной подготовки	172

Бутрамеев А.В., Коновалов В.Н. Методика воспитания двигательных способностей у юных легкоатлетов 9-11 лет методом сопряженного воздействия	181
Голубев Д.В., Щедрина Ю.А., Козлов Ю.В., Асеня А.Р. Двигательная производительность как фактор ограничения двигательных возможностей футболистов	191
Гордеев Ю.А., Пегов В.А., Матвеева А.В. Особенности отношения школьников к туристскому походу в контексте снижающейся двигательной активности детей и подростков	204
Горская И.Ю., Пушкин А.С., Мироненко Е.Н., Терещенко А.А. Моделирование структурных элементов соревновательной деятельности в специальной подготовке квалифицированных гонщиков в ВМХ спорте	211
Дубовик А.В., Горская И.Ю., Савчак Д.А. Физическая подготовленность сотрудников сферы информационных технологий первого периода зрелого возраста	221
Курч Н.М., Овсянникова И.А. Методика развития координационных способностей у юных легкоатлетов с умственной отсталостью	231
Малышева М.В., Налобина А.Н. Физиологическое обоснование формирования комплексов лечебной физкультуры для недоношенных детей первого года жизни	239
Мальцева Н.А., Расин М.С., Салугин Ф.В. Развитие муниципальной плоскостной спортивной инфраструктуры города Омска	250
Постнов Ю.М., Костюнина Л.И. Содержание физкультурно-спортивной деятельности студентов-практикантов по профилактике девиантного поведения учащихся	262
Сергеева (Журавлева) Ю.С., Журавлев Г.И., Лубышев Е.А. Формирование мотивации к самостоятельным занятиям двигательной активностью студентов непрофильного вуза	273
Смоленцева В.Н., Витман Д.Ю., Белобородов В.А. Психическая готовность баскетболистов как фактор эффективности быстрого прорыва в условиях соревновательной деятельности	281
Тарабрина Н.Ю. Медико-биологическая оценка эффективности дистанционного курса по физической культуре для студентов специальной медицинской группы	288
Шмидт И.С., Шмидт А.В., Горская И.Ю. Контроль морфофункциональных показателей квалифицированных полиатлонистов (дисциплина - троеборье с лыжной гонкой) в подготовительном периоде макроцикла	302

CONTENT	
<i>Balneology and rehabilitation</i>	
Legkaya E.F., Kostenko E.V., Khodasevich L.S. Development of object-manipulative activity of hands under influence of information and communication technologies in patients with infantile cerebral palsy	9
Nartikoeva M.I. Studying of the role of the predictor genes polymorphism in the development of metabolic syndrome in personalized prevention of type 2 diabetes mellitus (literature review)	25
<i>Sports medicine</i>	
Zelenin L.A., Panachev V.D. Scientifically methodological complex of respiratory training devices for rehabilitation of the cardiovascular and respiratory systems during and after the pandemic	46
Koryagina Yu.V., Popov A.N., Nopin S.V., Abutalimova S.M. Functional state of track-and-field athletes during of the acclimation to the middle altitude conditions, including athletes with COVID-19	57
Pustovojt V.I. Features of changes in some indicators of hemodynamics of parachute divers in extreme conditions	66
Sverchkov V.V., Bykov E.V. Perceptual responses of people with metabolic syndrome to blood flow restriction strength exercise	80
<i>Physiology</i>	
Inyushkina E.M., Isakova T.S., Zakharushkina A.A., Inyushkin A.N. Participation of leptin in respiratory regulation at the level of the pre-Bötzinger complex	88
Kalinina I.N., Klimenko A.A., Mel'nikov A.I., But I.A. Total evaluation of regulatory blood circulation systems of road cyclists	97
Litovchenko O.G., Bolotov S.V., Yusupkhadzhiyeva L.M., Bozhenko T.A. Physical development of natives of the Middle Ob' region aged 5-7 years	109
Nopin S.V. Physiological and biomechanical characteristics of lower extremities' muscles in female boxers during the maximum load test of Bosco repeated jumps	119
Romanov Yu.N., Gomzhina Yu.A., Romanova L.A. Fluctuations in skin surface temperature when simulating an effect that interrupts thermoregulation in people involved in cyclic sports	129
Fomina E.V., Olenko E.S., Kirichuk V.F., Kodochigova A.I. Features of cerebral hemodynamics in young men with different conditions of adaptive reserves of the organism	142
Yakovenko A.A., Kolmakova T.S. Effect of the "Adaptovit" medication on psychophysiological characteristics and the psychoemotional status of dog handlers	159
<i>Physical education and sports</i>	
Borisova N.I., Slobodchikova T.A., Sobolev A.G., Arakelyan G.L. Shooting: analysis of new foreign sports training technologies	172

Butrameev A.V., Konovalov V.N. Motor abilities training of 9-11 year old track-and-field athletes with the use of the conjugate influence method	181
Golubev D.V., Shchedrina Y.A., Kozlov Yu.V., Aceña A.R. Motor performance as a factor of limiting motor capabilities of soccer players	191
Gordeev Y.A., Pegov V.A., Matveeva A.V. Features of the attitude of schoolchildren to hiking in the context of reducing motor activity of children and adolescents	204
Gorskaya I.Yu., Pushkin A.S., Mironenko E.N., Tereshchenko A.A. Modelling structural elements of competitive activity in special training of qualified racers in BMX	211
Dubovik A.V., Gorskaya I.Yu., Savchak D.A. Physical fitness of information technology employees of the first period of adulthood	221
Kurch N.M., Ovsyannikova I.A. Coordination abilities development methodology In young athletes with mental retardation	231
Malysheva M.V., Nalobina A.N. Physiological substantiation of the formation of complexes of physical therapy for premature infants of the first year of life	239
Mal'tseva N.A., Rasin M.S., Salugin F.V. The development of the municipal flatwork sports infrastructure of Omsk	250
Postnov Yu.M., Kostyunina L.I. The content of physical culture and sports activities of trainee students for the prevention of deviant behavior of students	262
Sergeeva (Zhuravlyova) Yu.S., Zhuravlyov G.I., Lubyshev E.A. Forming motivation for independent motor activity classes in students of the non-major higher education establishment	273
Smolentseva V.N., Vitman D.Yu., Beloborodov V.A. Mental fitness of basketball players as a factor of the effectiveness of fast break in the conditions of competitive activity	281
Tarabrina N.Yu. The biomedical assessment of the effectiveness of a distance course in physical culture for students of a special medical group	288
Shmidt I.S., Shmidt A.V., Gorskaya I.Yu. Control of morphofunctional indicators of qualified polyathlon athletes (discipline – triathlon with ski racing) within the preparatory stage of the macro cycle	302

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ К ТУРИСТСКОМУ ПОХОДУ В КОНТЕКСТЕ СНИЖАЮЩЕЙСЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Ю.А. Гордеев, В.А. Пегов, А.В. Матвеева

Смоленский государственный университет спорта, г. Смоленск, Россия

Ключевые слова: туристский подход, гиподинамия, учащиеся, телесно-двигательный опыт.

Аннотация: Понимание недостаточности двигательной активности детей и подростков не должно ограничиваться только количественными показателями. Оно должно быть расширено исследованием качественных аспектов телесно-двигательного опыта подрастающего поколения. Включение учеников общеобразовательной школы в практику туристского подхода способствует решению данной задачи. Проведённый опрос среди учеников 5-11 классов показал, что, по их мнению, поход способствовал развитию самостоятельности, трудолюбия, готовности оказать помощь другому, способности к самопреодолению, двигательных качеств, умений и навыков. Вовлечение учеников в практику туристских походов имеет в качестве отдачи не только живой интерес детей к походам, осознание их пользы, как в телесно-двигательном отношении, так и социально-психологическим, но и формирует хорошие предпосылки устойчивости к технологическим видам зависимостей.

FEATURES OF THE ATTITUDE OF SCHOOLCHILDREN TO HIKING IN THE CONTEXT OF REDUCING MOTOR ACTIVITY OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Y.A. Gordeev, V.A. Pegov, A.V. Matveeva

Smolensk State University of Sports, Smolensk, Russia

Keywords: hiking, sedentary lifestyle, students, body-motor experience.

Annotation: The understanding of the lack of children and adolescents' activity should not be limited only to quantitative indicators. It should be expanded by studying the qualitative aspects of body-motor experience of the younger generation. The inclusion of students of a general education school in the practice of the tourist approach contributes to the solution of this problem. A survey, which was conducted among the students of 5-11 grades, showed that, in their opinion, the hiking contributed to the development of independence, diligence, readiness to help others, ability of self-overcoming, motor qualities, skills and abilities. The involvement of the students in the hiking practice has not only a keen interest of children in hiking, an awareness of their benefits both in body-motor and socio-psychological relation, but also forms good prerequisites for resistance to technological types of addictions.

Введение. Понимание проблемы нарастающего снижения двигательной активности молодого поколения, к сожалению, часто зауживается сведением её лишь к вопросам гиподинамии (количественным показателям двигательной активности) и последствий для общего состояния здоровья человека. Но сейчас требуется уже более точный и дифференцированный подход к данной проблеме, где необходимо обращать внимание не только на количественный аспект телесно-двигательного опыта детей, но и на его качество [1]. Очевидно, что занимающиеся тем или иным видом спорта двигаются много, но качество движений носит узкоспециализированный характер, что сказывается не только на здоровье юных спортсменов, но и на их образовательных достижениях [2-3]. Спортивный туризм вкупе со спортивным ориентированием даёт возможности как раз по расширению телесно-двигательного опыта детей в качественном отношении. Редко какая общеобразовательная школа может похвастать дополнительными видами двигательной активности для своих учеников, помимо формальных уроков физической культуры и внеурочной деятельности. Как правило, это происходит только благодаря энтузиазму отдельных учителей физической культуры или определяется особой методикой преподавания.

Методы и организация исследования. Целью нашего исследования было определение специфики отношения школьников к туристскому походу

и особенностей восприятия его влияния на различные аспекты их жизни. С помощью градуированной анкеты (от 0 до 9 баллов) было опрошено 73 ученика 5-11-х классов, учащихся по вальдорфской методике МБОУ «СШ №2» г. Смоленска, и участвовавших в туристском походе. Нами использовался однофакторный дисперсионный комплекс ANOVA (критерий Фишера (F-критерий)) для определения значимости различия между средними с помощью сравнения (анализа) дисперсий (разные группы испытуемых). Для выявления возможных причинно-следственных взаимосвязей применялась пошаговая множественная линейная регрессия с последовательным уменьшением независимых переменных (критерий Дарбина-Уотсона (Durbin-Watson)).

Результаты исследования и их обсуждение. Среди прошедших анкетирование учащихся 91,8% на вопрос «Ходил(а) ли ты раньше в туристский поход?» ответили утвердительно. Однако, этот очень высокий процент – заслуга вальдорфской методики преподавания, и, к сожалению, совершенно не является универсальным показателем уровня использования туризма, как средства физического воспитания, при обучении детей в общеобразовательной школе. Зато с уверенностью можно говорить о том, что, отвечая на вопросы анкеты, касающиеся летнего многодневного туристского похода, абсолютное большинство учащихся опирались именно на собственный опыт в этой сфере, что увеличивает уровень объективности полученных результатов. С 1-го класса дети вовлечены в практику походов: от первоначальных выходов в течение одного дня до 9-дневных, которые включают в себя переходы, радиальные выходы, сплавы по реке и отработку навыков переправы, ориентирование на местности (в том числе в ночное время), командное взаимодействие в разновозрастных группах и многое другое. Закономерно, что три четверти опрошенных учеников всегда готовы идти в поход.

Анкетный опрос позволил выделить различные группы испытуемых, и далее с помощью дисперсионного анализа определялась их специфика по интересующим нас показателям (что даёт уже дифференцированную картину). Первая группа испытуемых определилась по ответам на вопрос «Есть ли у тебя желание снова пойти в летний многодневный туристский поход?». Факторной переменной выступала группа детей, положительно отвечавшая на этот вопрос, а в качестве зависимой переменной использовались данные анкеты. Тем ученикам, у которых выражено стремление снова пойти в поход, закономерно свойственно положительное впечатление от похода ($F=41,03$, $p<0,001$), считая, что он способствовал развитию у них самостоятельности ($F=7,57$, $p<0,01$), трудолюбия ($F=11,42$, $p<0,001$), способности к самопреодолению ($F=11,34$, $p<0,001$), готовности оказать помощь другому

($F=3,47$, $p<0,05$), двигательных качеств ($F=24,73$, $p<0,01$), умений и навыков ($F=15,76$, $p<0,001$).

Было получено уравнение регрессионного анализа (1), где в качестве зависимой переменной выступал ответ на вопрос «Хотелось ли тебе летом пойти в многодневный туристский поход?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F=39,78$, $p<0,001$):

$$П5 = -0,089 + 0,536 \times П8 + 0,281 \times П9.2 + 3,647 \times П10.1 - 0,283 \times П9.6 \quad (1),$$

где П5 – «показатель собственного желания пойти в летний многодневный туристский поход»; П8 – «показатель характера впечатления о походе»; П9.2 – «показатель влияния туристского похода на развитие трудолюбия»; П10.1 – «показатель желания снова пойти в летний многодневный туристский поход»; П9.6 – «показатель влияния туристского похода на развитие двигательных качеств (ловкость, подвижность и др.)».

Собственное желание учеников снова пойти в поход в большей степени опирается на положительное впечатление от предыдущего похода (что вполне логично), их представление о том, что пребывание в достаточно экстремальных условиях способствует формированию у них трудолюбия. Но они считают, что поход не оказывает существенного влияния на развитие их телесных способностей, что может косвенно указывать на то, что формирование телесных и двигательных качеств происходит у них в достаточной степени на уроках физической культуры в школе, что и предусматривает вальдорфская образовательная программа, учебный план и методика (в частности, качественное разнообразие ежедневных ритмических упражнений, множество подвижных игр. новые телесные культуры: ботмеровскую гимнастику и эвритмию) [4].

Во втором уравнении регрессионного анализа (2) в качестве зависимой переменной выступал ответ на вопрос «Какое впечатление у тебя осталось от похода в итоге?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F = 46,30$, $p<0,001$):

$$П8 = 0,803 + 0,205 \times П4 + 0,466 \times П5 + 0,300 \times П9.7 \quad (2),$$

где П8 – «показатель характера впечатления о походе»; П4 – «показатель частоты пребывания на природе»; П5 – «показатель собственного желания пойти в летний многодневный туристский поход»; П9.7 – «показатель влияния туристского похода на развитие житейских умений и навыков».

Те ученики имеют положительное впечатление от похода, которые и в другое время часто бывают на природе, которые видят в нём возможность для приобретения разнообразных житейских умений и навыков.

В следующем регрессионном уравнении (3) в качестве зависимой переменной выступал ответ «Более 5-ти часов в день» на вопрос «Сколько

часов в день ты проводишь за монитором компьютера, экраном телефона или телевизора?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F = 6,48, p < 0,01$):

$$ПЗ.5 = 0,233 - 0,300 \times П9.6 \text{ (3)},$$

где ПЗ.5 – «показатель количества часов, проводимых за компьютером или телевизором»; П9.6 – «показатель влияния туристского похода на развитие физических способностей».

Закономерно, что те дети и подростки, которые более 5 часов в день проводят за телевизором или компьютером считают, что поход помогает развить физические способности. В силу того, что они сами столько времени «просиживают» неподвижно перед экраном, эти ученики видят в походах возможность развить у себя то, что совсем не формируется в привычных домашних условиях.

В четвёртом регрессионном уравнении (4) в качестве зависимой переменной выступал ответ «Нисколько» на вопрос «Сколько часов в день ты проводишь за монитором компьютера, экраном телефона или телевизора?», а независимыми переменными были показатели анкеты ($F = 3,86, p < 0,05$):

$$ПЗ.1 = 0,046 + 0,033 \times П8 - 0,033 \times П9.7 \text{ (4)},$$

где ПЗ.1 – «показатель количества часов, проводимых за компьютером или телевизором»; П8 – «показатель характера впечатления о походе»; П9.7 – «показатель влияния туристского похода на развитие житейских умений и навыков».

Уравнение указывает на то, что ученики, у которых к нулю сводится пребывание за техническими устройствами, имеют положительное впечатление от похода, и они не видят необходимости в том, чтобы он формировал у них житейские умения и навыки. Видимо, эти навыки у них достаточно формируются дома и в школе, т.к. они не «зависают» за компьютерами и телевизором.

Заключение.

1. У учеников, имеющих выраженное стремление снова пойти в поход, закономерно формируется положительное впечатление от похода, которое конкретизируется в представлениях о том, что он помог развитию у них самостоятельности, трудолюбия, способности к самопреодолению, готовности оказать помощь другому, двигательных качеств, умений и навыков.

2. Те ученики, которые имеют собственное желание пойти в поход, ценят его не столько за дополнительное развитие двигательных качеств, сколько за приобретение разнообразных жизненных навыков и умений. На положительное воздействие похода на двигательные качества указывают те

дети и подростки, которые более 5 часов в день проводят за телевизором и компьютером.

Таким образом, систематическое вовлечение учеников с 1-го по 11-й классы в практику туристских походов в контексте внимательного и заинтересованного отношения к их полноценному телесно-двигательному созреванию на протяжении всех лет обучения имеет в качестве отдачи не только живой интерес детей к походам, осознание их пользы, как в телесно-двигательном отношении, так и социально-психологическим, но и формирует хорошие предпосылки устойчивости к технологическим видам зависимостей.

Список литературы

1. Пегов В.А. Необходимость введения понятия «телесная зрелость» в исследования достижений детей в спорте / В.А. Пегов, Л.П. Грибкова, А.Э. Козлова // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 6 (148). – С. 172-176.
2. Blom L.C. Associations between Health-Related Physical Fitness, Academic Achievement and Selected Academic Behaviors of Elementary and Middle School Students in the State of Mississippi / L.C. Blom, J. Alvarez, L. Zhang // ICHPER-SD Journal of Research. – 2011. – Vol. 6 (1). – P. 13-19.
3. Granacher U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – P. 1-11.
4. Загвоздкин В.К. Учебные программы вальдорфских школ / В.К. Загвоздкин // М.: Народное образование. – 2005. – 528 с.

References

1. Pegov V.A. The need for the introduction of the concept of "body maturity" in the study of the achievements of children in sport / V.A. Pegov, L.P. Gribkova, A.E. Kozlova // Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. – 2017. – №6 (148). – P. 172-176.
2. Blom L.C. Associations between Health-Related Physical Fitness, Academic Achievement and Selected Academic Behaviors of Elementary and Middle School Students in the State of Mississippi / L.C. Blom, J. Alvarez, L. Zhang // ICHPER-SD Journal of Research. – 2011. – Vol. 6 (1). – P. 13-19.
3. Granacher U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – P. 1-11.

4. Zagvozdkin V.K. The curriculay of the Waldorf schools / V.K. Zagvozdkin // M.: National Education. – 2005. – 528 p.

Spisok literatury

1. Pegov V.A. Neobhodimost' vvedeniya ponyatiya «telesnaya zrelost'» v issledovaniya dostizhenij detej v sporte / V.A. Pegov, L.P. Gribkova, A.E. Kozlova // Uchyonye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2017. – №6 (148). – S. 172-176.

2. Blom L.C. Associations between Health-Related Physical Fitness, Academic Achievement and Selected Academic Behaviors of Elementary and Middle School Students in the State of Mississippi / L.C. Blom, J. Alvarez, L. Zhang // ICHPER-SD Journal of Research. – 2011. – Vol. 6 (1). – P. 13-19.

3. Granacher, U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – P. 1-11.

4. Zagvozdkin V.K. Uchebnye programmy val'dorfskih shkol / V.K. Zagvozdkin // M.: Narodnoe obrazovanie. – 2005. – 528 s.

Сведения об авторах: **Юрий Анатольевич Гордеев** – доктор биологических наук, профессор кафедры туризма и спортивного ориентирования Смоленского государственного университета спорта, Смоленск, e-mail: j.a.gordeev@mail.ru; **Владимир Анатольевич Пегов** – кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры педагогики и психологии Смоленского государственного университета спорта, Смоленск; **Анна Владимировна Матвеева** – кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры туризма и спортивного ориентирования Смоленского государственного университета спорта, Смоленск.

Information about the authors: **Yurij Anatol'yeovich Gordeev** – Doctor of Biological Sciences, Professor of the Department of Tourism and Sports Orientation of the Smolensk State University of Sports, Smolensk, e-mail: j.a.gordeev@mail.ru; **Vladimir Anatol'yeovich Pegov** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of the Smolensk State University of Sports, Smolensk; **Anna Vladimirovna Matveeva** – Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer of the Department of Tourism and Sports Orientation of the Smolensk State University of Sports, Smolensk.



**СКФНКЦ
ФМБА России**

Северо-Кавказский федеральный
научно-клинический центр



Контакты

Тел.: 8 (906) 471-14-05
Тел./факс: 8 (87934) 63-150
e-mail: nauka@skfmba.ru

Адрес: Россия, Ставропольский край,
г.Ессентуки, ул.Советская, д. 24
Почтовый индекс: 357600

www.subskfmba.ru