

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»**

**СБОРНИК**  
**материалов 74-й научно-практической**  
**и научно-методической конференции**  
**профессорско-преподавательского состава**  
**ФГБОУ ВО «СГУС»**

**Смоленск**  
**2024**

УДК 75я431

ББК 796.01

С 23

**Организационный комитет:**

Обвинцев А.А. – ректор, д.п.н., профессор;

Бобкова Е.Н. – проректор по научной работе и международной деятельности, к.п.н., доцент;

Дьячук И.А. – проректор по учебной работе, к.с.н, доцент.

С 23 Сборник материалов 74-й научно-практической и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава ФГБОУ ВО «СГУС» / Под общ. ред. А.А. Обвинцева. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГУС», 2024. – 339 с.

В сборник включает статьи и тезисы докладов профессорско-преподавательского состава ФГБОУ ВО «СГУС», посвященные актуальным вопросам теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, актуальным проблемам подготовки современного специалиста по физической культуре и спорту.

В сборнике конференции представлены два раздела материалы научно-практической и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава ФГБОУ ВО «СГУС».

Материалы сборника предназначены для профессорско-преподавательского состава, научных работников, аспирантов и студентов высших и средних специальных учебных заведений физкультуры и спорта, для специалистов отрасли физической культуры и спорта.

© ФГБОУ ВО «СГУС», 2024

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>РАЗДЕЛ I. МАТЕРИАЛЫ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ</b> .....	8
<i>Багновская П.Е., Бышевская А.В.</i> Актуальные тренды научного сотрудничества в сфере спорта между Россией и Китаем.....	8
<i>Бескостова А.А., Высоцкая Л.В.</i> Методика повышения уровня умственной работоспособности школьников средствами спортивного ориентирования.....	11
<i>Бескостова А.А., Курчакова Ю.М., Высоцкая Л.В.</i> Специфика организации авторских туров.....	15
<i>Брайцева В.А., Федоренкова А.А.</i> Проектирование маршрута рекреационного тура в Монастырщинском районе Смоленской области.....	19
<i>Бубненко О.М., Чернова В.Н., Диаконидзе Ю.А.</i> Видеоанализ технико-тактического мастерства дзюдоистов (юниоров).....	23
<i>Буслаева Ю.А.</i> Развитие выносливости у женщин среднего возраста средствами скандинавской ходьбы.....	30
<i>Васильева З.В., Васильев Е.И.</i> Принципы конструирования дистанции в кроссовых видах спортивного ориентирования (дисциплина кросс-лонг, в группе «Элита»).....	32
<i>Воскресенский М.В.</i> Изменение кинематических параметров техники бега по повороту в шорт-треке на дистанции 500 метров.....	39
<i>Высоцкая Л.В., Бескостова А.А.</i> Мотивация для занятий спортивно-оздоровительным туризмом среди студентов.....	43
<i>Генералова Е.В.</i> Совершенствование техники педалирования у высококвалифицированных велосипедистов на основе варьирования тренировочной и соревновательной деятельности .....	48
<i>Гордеев Ю.А., Васильев И.В.</i> Анализ внеучебной спортивной активности студентов кафедры туризма и спортивного ориентирования ФГБОУ ВО «СГУС» в 2023 году.....	51
<i>Гордеев Ю.А., Тимофеев И.С.</i> Событийный календарь Смоленской области как фактор формирования и развития событийного туристского пространства.....	54
<i>Гордеев Ю.А., Шменьков Д.Е.</i> Анализ достопримечательностей г. Смоленска на предмет доступности маломобильной категорией граждан.....	57
<i>Горелова О.Ю.</i> Особенности адаптации первокурсников к обучению в вузе по направлению «Физическая культура» профиль подготовки «ФОТ».....	61
<i>Грец И.А., Булкова Т.М.</i> Изучение отношения юношей 10-11 классов к физической культуре, спорту и здоровому стилю жизни.....	64
<i>Грец И.А., Булкова Т.М.</i> Направленность и содержание методики физкультурно-оздоровительных занятий женщин в послеродовом	

периоде на основе гипопрессивной гимнастики.....	68
<b>Губина Ю.В., Козлов Ю.В.</b> Выявление акцентуации характера у студентов спортивного вуза.....	72
<b>Гурский А.В.</b> Теоретическое обоснование необходимости тренировок скоростно-силовой направленности в подготовке лыжников-гонщиков.....	76
<b>Данков С.В., Конашков И.С.</b> Практические рекомендации для совершенствования техники игры в теннисе с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.....	82
<b>Дарданова Н.А., Вегерова А.Н.</b> Моторная асимметрия в художественной гимнастике на начальном этапе подготовки.....	85
<b>Дарданова Н.А., Ярославцева Е.И.</b> Обучение упражнениям на бревне студенток 1-го курса факультета ФКиС в рамках дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика».....	89
<b>Дубинин Г.В., Бурцев С.Ю.</b> Динамика скоростно-силовых способностей бегунов на короткие дистанции в условиях учебно-тренировочного сбора.....	92
<b>Дубинин Г.В., Зайцев С.В., Мамонов И.А.</b> Динамика средств скоростно-силовой подготовки прыгунов в длину с разбега в макроцикле.....	94
<b>Жебрунова Л.А.</b> Русский язык как объект особого внимания при обучении студентов вуза.....	99
<b>Жуков С.В.</b> Инновационные образовательные технологии, используемые на кафедре теории и методики биатлона и стрельбы при обучении студентов университета.....	105
<b>Захаров П.С., Зыков К.А., Луганская М.В.</b> Техническая подготовленность студентов, занимающихся баскетболом 3х3 в подготовительном периоде годичного тренировочного цикла.....	109
<b>Зрыбнев Н.А.</b> Особенности использования «Тренажера холостой тренировки» для повышения результативности стрельбы из пистолета....	112
<b>Ефременков К.Н., Махинова М.В., Ефременков Т.К.</b> Технологии искусственного интеллекта и трансформация современных ценностей в сфере физической культуры и спорта.....	119
<b>Измestъева С.А., Живуцкая И.А.</b> Анализ применения инновационных методов обучения в педагогической практике вузов.....	122
<b>Каткова Т.В.</b> Обзор актуальных нормативно-правовых актов в области применения образовательными организациями электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.....	126
<b>Киреева А.В., Антипенкова И.В., Мазурина А.В.</b> Подготовка квалифицированных специалистов как залог успешного развития корпоративного спорта .....	128
<b>Кирсанова О.Г.</b> Проблемы мотивации преподавателей высших учебных заведений в рамках риск-ориентированной модели обеспечения и оценки качества образования.....	131
<b>Кондрашенкова А.В.</b> Динамика показателей физической и технической	

подготовленности баскетболисток студенческой команды «СГУС» в игровом сезоне 2022-2023.....	136
<b>Коржакова А.С.</b> Использование нестабильных опор для развития равновесия у девочек 8-10 лет, занимающихся художественной гимнастикой.....	141
<b>Ком Е.Ю.</b> Специальная подготовка спортсменов 12-15 лет, специализирующихся в шорт-треке.....	144
<b>Куделин А.Б., Киселев Д.С.</b> Развитие и совершенствование скоростных способностей у пловцов учебно-тренировочных групп на основе гипоксической тренировки.....	147
<b>Куделин А.Б., Петроченкова А.Н.</b> Оптимизация тренировочного процесса пловцов с нарушением слуха: роль различных объемов специальной физической подготовки.....	150
<b>Малышев Р.Г.</b> Влияние скоростно-силовых тренировок на развитие волевых качеств у лыжников-гонщиков .....	154
<b>Писаренкова Е.П., Комарова А.А.</b> Скоростно-силовая подготовка бегуний на 100 и 200 метров на этапе спортивной специализации.....	158
<b>Потапенко С.К., Королева Л.В.</b> Динамика физической подготовленности учащихся 8-9 лет на уроках физической культуры с применением подвижных игр.....	162
<b>Потапов С.А.</b> Физическое развитие и физическая подготовленность лыжников-гонщиков старших разрядов.....	167
<b>Родин А.В., Мазурина А.В., Прохорова К.В.</b> Подготовка спортивного резерва в игровых видах спорта: проблемы и пути решения .....	170
<b>Сафоненкова Е.В.</b> Особенности роста и развития обследуемых детско-юношеского возраста в XXI веке (обзор).....	174
<b>Свирин А.Н.</b> Особенности организации тренировочного процесса у метательниц молота различной квалификации.....	179
<b>Свирин А.Н., Красина А.А.</b> Индивидуализация средств скоростно-силовой направленности у девушек, специализирующихся в тройном прыжке на этапе спортивного совершенствования.....	183
<b>Семенов В.Г., Усачева С.Ю.</b> Развитие выносливости у легкоатлетов-многоборцев 18-20 лет в годичном цикле тренировки.....	185
<b>Ситкина М.Г.</b> Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста с плоскостопием.....	189
<b>Смолякова Н.И.</b> Половой диморфизм в условиях соревновательной деятельности спортсменов.....	196
<b>Строева И.В., Жигайло Е.В.</b> Влияние занятий оздоровительным бегом на функциональное состояние женщин первого зрелого возраста.....	198
<b>Тарасова Э.П.</b> Экспресс-методика измерения состава тела в процессе фитнес-тренировок.....	202
<b>Усачева С.Ю., Коровина Д.Д.</b> Уровень физической подготовленности бегуний на 400 метров на этапе совершенствования спортивного мастерства.....	206

<i>Чернецов М.М., Ефременков К.Н.</i> Тактическое моделирование в контексте топологического подхода.....	209
<i>Чернышева М.Д.</i> Показатели устойчивости тела у спортсменов игровых видов спорта.....	214
<i>Шукаева А.В., Хармонова А.А.</i> Оценка мотивации учебной деятельности студентов вузов физической культуры.....	220
<i>Шукаев В.П.</i> Контроль состояния тренированности велосипедистов-шоссейников по показателям периферического кровообращения.....	223

## **РАЗДЕЛ II. МАТЕРИАЛЫ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ.....**

<i>Антипенкова И.В., Киреева А.В., Тарасова Э.П., Буслаева Ю.А.</i> Методика применения веб-портала «Атлет-гид» в учебно-тренировочном процессе студентов.....	227
<i>Артюгин С.В., Власов А.В.</i> Методические рекомендации для обучения основам игры в баскетбол на уроках физической культуры в начальных классах общеобразовательной школы.....	231
<i>Багновская П.Е.</i> Повышение мотивации студентов вузов физической культуры посредством использования интерактивных элементов обучения при изучении иностранных языков на примере студентов СГУС.....	236
<i>Высоцкая Л.В., Кот Е.Ю.</i> Оценка практического состояния самостоятельной работы студентов кафедры туризма и спортивного ориентирования.....	240
<i>Грец И.А., Булкова Т.М.</i> Современные проблемы и требования при написании выпускной квалификационной работы.....	245
<i>Грец И.А., Булкова Т.М.</i> Удовлетворенность студентов выпускного курса качеством образования как ориентир оптимизации учебно-воспитательного процесса СГУС.....	247
<i>Гурский А.В.</i> Совершенствование учебного плана в цикле магистратуры	250
<i>Дарданова Н.А., Ярославцева Е.И.</i> Проблемы и пути их решения в реализации дистанционных форм контроля при изучении студентами дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика».....	252
<i>Дашдамирова И.В.</i> Воспитание духовно-нравственных качеств студентов вузов физической культуры на занятиях иностранного языка.....	257
<i>Ефременкова И.А., Ефременков К.Н.</i> Применение активных методов обучения как фактор оптимизации познавательной деятельности студентов при изучении дисциплины «Экономика ФКиС».....	260

<b>Жуков С.В.</b> Организация и проведение регулярных соревнований по стрельбе в университете, как средство сплоченности коллектива для повышения эффективности образовательного процесса.....	265
<b>Зрыбнев Н.А.</b> Место и значение методико-практического занятия в обучении студентов по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (стрелковый спорт)».....	271
<b>Коновалова Г.Н.</b> Спортивное воспитание в системе институциональных связей спорта.....	276
<b>Косорыгина К.Ю., Осипенкова В.В.</b> Актуальные проблемы организации соревнований по современному пятиборью.....	280
<b>Косорыгина К.Ю., Петрова В.Ю.</b> Оптимизация работы судейской коллегии по выездке с помощью формул и анализа данных программы Microsoft Excel.....	285
<b>Лобанова И.В.</b> Межпредметные связи на занятиях иностранного языка в неязыковом вузе.....	290
<b>Мазурина А.В., Осипова Н.В.</b> Высшее образование в области физической культуры и спорта: проблемы и перспективы.....	293
<b>Матвеева А.В., Бескостова А.А., Пегов В.А.</b> Методика оценки телесно-двигательного и цифрового опыта школьников и студентов.....	295
<b>Мелихов В.В.</b> Преподаватель и аудитория.....	298
<b>Мелихов В.В.</b> Формирование универсальной компетенции при обучении и воспитании по дисциплине основы военной подготовки в вузе .....	306
<b>Новикова М.А., Давыдова О.В.</b> Факторы, определяющие развитие физической культуры как элемента образа жизни.....	311
<b>Палецкий Д.Ф.</b> Особенности преподавания дисциплины «Основы научно-методической деятельности в сфере физической культуры и спорта» в ФГБОУ ВО «СГУС».....	313
<b>Родин А.В.</b> Особенности реализации дополнительных программ спортивной подготовки по игровым видам спорта в образовательном процессе бакалавров, обучающихся по направлению 49.03.04 «Спорт»....	319
<b>Семенов В.Г., Усачева С.Ю., Свириг А.Н.</b> Активные методы обучения в профессионально-педагогической подготовке студентов-легкоатлетов...	323
<b>Силованова И.М., Осипова Н.В.</b> Особенности проведения занятий по учебным дисциплинам с учетом направлений подготовки в ФГБОУ ВО «СГУС» .....	327
<b>Шукаева Е.М.</b> Развитие спортивно-патриотического воспитания молодежи в сфере физической культуры и спорта.....	332
<b>Шляхтина А.А., Федорова Н.И.</b> Реализация практико-ориентированного подхода в обучении с помощью современных интерактивных технологий.....	335

## АНАЛИЗ ВНЕУЧЕБНОЙ СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ КАФЕДРЫ ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ ФГБОУ ВО «СГУС» В 2023 ГОДУ

*Ю.А. Гордеев, И.В. Васильев*  
*Кафедра туризма и спортивного ориентирования*

**Аннотация.** В статье рассматриваются проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи с целью повышения качества их жизни и высоких результатов в обучении. Именно такого рода проблемы возникают при занятиях в современных вузах. Актуальность темы обусловлена тем, что на сегодняшний день в Смоленском государственном университете спорта все еще остается нерешенной задача создания для студентов качественной доступной среды для занятий спортом в свободное от учебы время.

**Ключевые слова:** спорт, спортивная активность, студенты, вузы.

Как известно, среди наиболее популярных у молодежи видов досуга доминируют физкультура и спорт, обеспечивающие не только здоровье, нормальное физическое развитие, но и умение владеть собой, своим телом.

Удобные формы приобщения к физкультуре и спорту в Смоленском университете спорта – спортивные клубы, секции, тренажерные залы, бассейн. Именно поэтому нами было проведено социологическое исследование досуговых предпочтений студентов на примере ФГБОУ ВО «СГУС» (таблица 1).

Всего было опрошено 30 студентов кафедры туризма и спортивного ориентирования. Была поставлена цель, определить наиболее популярные виды проведения досуга, выявить предпочтения в проведении досуга в зависимости от семейного статуса, рода занятий и др. По результатам опроса были сформулированы предложения по улучшению досуга.

Большая часть молодежи предпочитает активный отдых. Студенты не так часто играют в компьютерные игры, как предполагалось, компьютерные игры стоят даже на пятом месте в рейтинге антипатий. Оправдалась гипотеза, что студенты предпочитают просто гулять с друзьями, причем у студентов это наиболее популярный вид отдыха. Посещение ночных клубов не стоит на первых местах по предпочтительности, но и сильных антипатий по этому поводу не возникает. Студенты не любят сидеть дома, заниматься домашним хозяйством, но они гораздо больше времени уделяют творчеству и самообразованию.

Респондентам был задан вопрос «Что городские власти могли бы сделать для удовлетворения Ваших потребностей?». 42 % опрошенных просят построить новый спортзал, 31 % – организовать бесплатные клубы по интересам, 18 % – создать молодежные организации, которые

способствовали бы коллективному отдыху (например, туристические походы), 9 % – создать структуры, позволяющие молодежи общаться с руководящими органами власти.

Таблица 1 – Организация досуга и занятий спортом в ФГБОУ ВО «СГУС»

Виды досуговой деятельности	Описание
Занятие спортом	Бассейн, футбольное поле, теннисный корт, волейбольная площадка, спортивные и тренажерные залы, легкоатлетический манеж, ледовый дворец, поле для метания и стрельбы из лука и т. д.
Занятия спортивными танцами и гимнастикой	Занятия проводятся на базе комплексной спортивной школы СГУС.
Компьютеры	Компьютерный класс расположен в библиотеке университета, с неограниченным доступом в Интернет.
Изучение иностранных языков	Есть возможность изучать иностранные языки на кафедре иностранных языков и в специальных группах.
Развлекательные мероприятия	Развлекательные мероприятия проводятся регулярно.
Общие проблемы организации досуга	На досуг остается мало времени. Если время и остается, то часто время проведения секций совпадает со временем дополнительных занятий.

Если бы была возможность стать членом какой-либо организации, то молодежь бы выбрала организацию:

- а) спортивной направленности – 45 %;
- б) творческой направленности – 33 %;
- в) интеллектуального плана – 22 %.

В ходе исследования выявилось острое противоречие между увеличением свободного времени у молодежи и возможностями качественного его насыщения. Судя по цифрам, отмечается тенденция определенной части молодежи к проведению досуга перед телевизором, компьютером, что в некоторой степени сокращает время для самообразования, саморазвития и творчества.

Ввиду недостаточности исследований взаимосвязи здорового образа жизни и социальных позиций студенческой молодежи, эти вопросы продолжают оставаться актуальными и в настоящее время.

Анкетирование проводилось в течение 2023 учебного года со студентами 1-4 курсов ФГБОУ ВО «СГУС» в количестве 30 человек. Из них 15 были

отнесены по состоянию здоровья к физкультурно-оздоровительной группе, а 15 респондентов активно занимались спортом.

Ответы на вопрос «Занимаетесь ли Вы физкультурно-оздоровительной деятельностью в свободное от учебных занятий время?» студентов, отнесенных по состоянию здоровья к физкультурно-оздоровительной группе, распределились следующим образом: 18,7 % студентов ответили, что не занимаются, 55 % дали ответ, что занимаются эпизодически, и только 26,2 % респондентов занимаются систематически, два-три раза в неделю и более (рисунок 1).

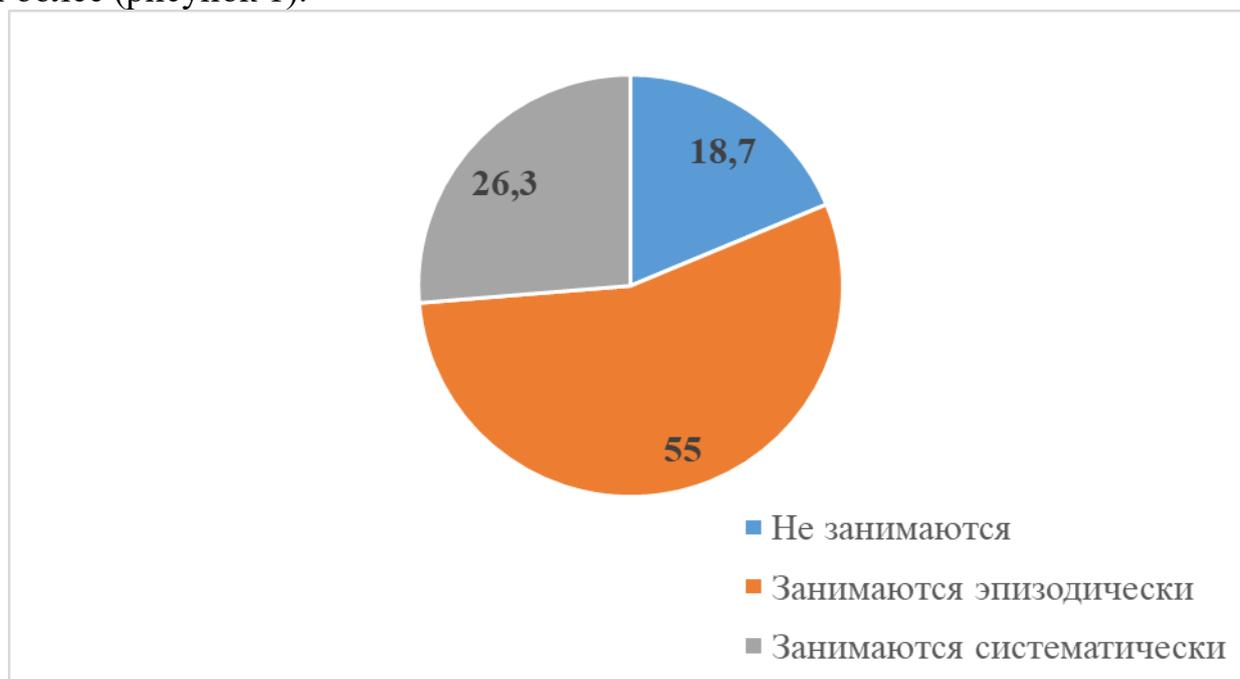


Рисунок 1 – Занятия спортивной деятельностью студентами физкультурно-оздоровительной группы в свободное от учебы время (в процентах от числа опрошенных, n = 30)

Анализ полученных результатов позволяет предположить, что большая часть данной категории молодежи не придает серьезного значения двигательной активности в процессе жизнедеятельности, в то время как студенты, активно занимающиеся спортом, все без исключения вне учебной деятельности занимаются физкультурно-оздоровительной деятельностью два-три раза в неделю и более. Повышение уровня здоровья молодых людей зависит от многих факторов, однако решающим среди них является позиция самого человека, его отношение к собственному здоровью. Физкультурно-оздоровительную деятельность необходимо рассматривать как важнейшую из видов деятельности, имеющих социально-культурный характер, ибо ее предметом, целью и главным результатом является развитие самого человека.

### Список литературы

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / Б.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 2010. – 320 с.
2. Букин, В.П. Здоровый образ жизни студенческой молодежи в контексте физкультурно-оздоровительной деятельности / В.П. Букин, А.Н. Егоров // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки. – 2017. – № 2 (18). – С. 105-113.
3. Виленский, М.Я. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей / М.Я. Виленский, Р.С. Сафин. – М.: Высшая школа, 2009. – 158 с.

**Сборник материалов 74-й научно-практической  
и научно-методической конференции  
профессорско-преподавательского состава  
ФГБОУ ВО «СГУС» по итогам НИР за 2023 год**

**Под общей редакцией А.А. Обвинцева**

Формат 60x84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Тираж 500 экз.  
Бумага офсетная. Гарнитура Times. Печать цифровая.  
Печ. листов 21,19. Подписано в печать 16.04.2024 г.  
Заказ № 24/50

---

Отпечатано в ФГБОУ ВО «СГУС»,  
г. Смоленск, проспект Гагарина, 23.  
Тел.: (4812) 30-71-69