



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



MINISTRY OF SPORT OF THE RUSSIAN FEDERATION
FEDERAL STATE BUDGETARY EDUCATIONAL ESTABLISHMENT OF HIGHER EDUCATION
«URAL STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE»

PHYSIOLOGY DEPARTMENT

PHYSIOLOGICAL SUPPORT OF THE TRAINING PROCESS AND PHYSICAL CULTURE LESSONS

*Materials of the Scientists' International Scientific and Practical Conference
«Problems and prospects of physiological support of the training process and physical culture», dedicated to the 100th anniversary of the Ministry of Sports, the 10th anniversary of science and technology of the Russian Federation*

December, 15th, 2023

Chelyabinsk 2023

UDC 796:612

LBC 75.07

P 78

Physiological support of the training process and physical education: materials of the international scientific and practical conference “Problems and prospects of physiological support of the training process and physical culture”, dedicated to the 100th anniversary of the Ministry of Sports, the 10th anniversary of science and technology of the Russian Federation (December 15, 2023) / Rep. ed. N.P. Petrushkina – Chelyabinsk: UralGUFK, 2023. – 100 p.

Editorial team:

Doctor of Medical Sciences, Professor, Head of the Department of Physiology N.P. Petrushkina

Ph.D., Associate Professor E.V. Zvyagina

The materials (theses) of the international scientific and practical conference are presented, reflecting the results of research work in the following areas: modern approaches to the study of conditions that arise during physical education, sports and recreational activities, innovative criteria for assessing adaptation to sports and physical education activities, problems of assessing the functional state of athletes at various stages of the training or physical education process, the effectiveness of planning and implementation of programs for restoring and maintaining the health of athletes. Theses will be useful for students, undergraduates, graduate students and teaching staff of pedagogical universities and universities of physical education.

ISBN 978-5-93216-629-1

© UralSUPC, 2023

© Group of authors, 2023

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 СООТВЕТСТВИЕ 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
Ню 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

ОСОБЕННОСТИ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗЛИЧНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ

Чжу Хуасин

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины, Гомель, Беларусь

Врублевский Е.П., д.п.н., профессор, профессор кафедры

Ключевые слова: *скоростно-силовые способности, двигательная активность*

Актуальность. Обучение в школе стало носить стрессовый характер, а в критические периоды взросления сопровождаться снижением адаптационных возможностей организма, развитием целого ряда нозологических состояний. Одной из актуальных проблем является выявление средств и методов, способствующих развитию двигательных качеств в наиболее благоприятные возрастные периоды.

Цель – выявить особенности динамики скоростно-силовых способностей школьников с различной двигательной активностью.

Материал и методы исследования. Исследования проводились с октября 2022 по март 2023 г. с учащимися школы №28 г. Чжэнчжоу (провинция Хэнань, КНР). К испытаниям были привлечены 246 школьника, в том числе 59 учеников этой школы занимающихся легкой атлетикой. Испытуемые, независимо от их физической подготовленности, были разделены на 5 возрастных групп.

Результаты исследования. Динамика скоростно-силовых проявлений изменяется неравномерно. Наибольший прирост показателей у занимающихся легкой атлетикой наблюдается в возрасте 16-17 лет, наименьший – в 14-15 лет. Тестирование четырех прыжковых видов показало, что наибольшее «влияние» специализированной тренировки наблюдается в прыжках тройным с места (5,2%). Дополнительный и целенаправленный двигательный режим детей различного школьного возраста способствует более быстрому овладению требуемого уровня физической подготовленности.

Вывод. Дополнительный и целенаправленный двигательный режим детей различного школьного возраста способствует более быстрому овладению требуемого уровня физической подготовленности, а преимущественное воздействие на двигательные способности, находящиеся в стадии ускоренного возрастного развития, приводит к существенным сдвигам в развитии этих способностей.

Список использованных источников

1. Андрианова М.А. Спортивная специализация как современный подход к совершенствованию физкультурного образования школьников / М.А. Андрианова // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №2. – С. 9-10.

2. Врублевский Е.П. Уровень физической подготовленности школьников, проживающих в различных экологических средах / Е.П. Врублевский, Л.Г. Врублевская, Г.И. Нарский // *Здоровье для всех*. – 2010. – № 2. – С. 9-11.
3. Гурулева Т.Л. Система образования в Китайской Народной Республике: структура и основные направления развития / Т.Л. Гурулева // *Высш. образование в России*. – 2017. – № 7. – С. 152–164.
4. Кожедуб М.С. Исследование физической подготовленности юных легкоатлетов. / М.С. Кожедуб // *Актуальные проблемы физической культуры спорта, туризма и рекреации: сборник трудов конференции*. – Томск, 2017. – С. 43-46.
5. Ли, Яньхуэй. Новая динамика высшего образования в Китае / Яньхуэй Ли // *Вестн. Новосиб. гос. пед. унта*. – 2015. – № 6. – С. 151–160.
6. Мисюра А.А. Оценка уровня развития двигательных способностей младших школьников групп продленного дня / А.А. Мисюра, Е.П. Врублевский // *Актуальные проблемы физической культуры и спорта в системе высшего образования: сб. матер. II межд. науч.-практич. конф.* – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. – С. 37-41.
7. Пац Н.В. Сравнительная характеристика двигательной активности студентов беларуси и россии, обучающихся в вузах различной направленности / Н.В. Пац, Е.В. Звягина, М.А. Мазур // *Вестник Челябинского государственного университета*. 2020. № 4(12). С. 50.

**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

Издание опубликовано в авторской редакции

Подписано в печать 7.12.2023 г. Формат 60x90/16. Бумага офсетная.
Гарнитура «Таймс». Усл.печ.л.6,25. Тираж 100 экз. Заказ № 117. Цена свободная.

Отпечатано в типографии Уральского государственного университета
физической культуры. 454091, Челябинск, ул.Российская, 258