

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «СГУС»)

СБОРНИК
материалов Всероссийской научно-методической
конференции с международным участием
«Современные тенденции и инновационные
подходы в физической культуре и спорте:
от науки к практике»

Смоленск
2026

УДК 796.0
ББК 75я431
С 56

С 56 Сборник материалов Всероссийской научно-методической конференции с международным участием «Современные тенденции и инновационные подходы в физической культуре и спорте: от науки к практике / Под общ. ред. Н.И. Федоровой, А.В. Мазуриной. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГУС», 2026. – 313 с.

Сборник включает статьи и тезисы докладов ученых и практиков, специалистов отрасли физической культуры и спорта, спортсменов, посвященные актуальным научным и методическим достижениям в области физической культуры и спорта, выработке практических решений по их внедрению в образовательную, тренировочную и оздоровительную деятельность; обобщению современных тенденций и инновационных подходов в научных исследованиях по физической культуре и спорту; выявлению перспективных направлений развития системы образования и подготовки кадров в сфере физической культуры и спорта.

Материалы сборника предназначены для научно-педагогических работников, аспирантов и студентов высших и средних специальных учебных заведений, для специалистов отрасли физической культуры и спорта.

Все опубликованные статьи представлены преимущественно в авторской редакции.

© ФГБОУ ВО «СГУС», 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Антипенкова И.В., Буслаева Ю.А. Исследование динамики показателей физической подготовленности дошкольников в ходе подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО.....	8
Антипенкова И.В., Киреева А.В. К вопросу терминологической проблемы в области корпоративного спорта.....	12
Артюгин С.В., Власов А.В. Использование видеосимуляций для развития навыков принятия решения в баскетболе.....	17
Атлас А.А., Громов В.А. Совершенствование технической подготовки спортсменов в тяжелоатлетических видах спорта посредством внедрения метода срочной информации и моделирования условий с исключением зрительного анализатора.....	19
Баботкин Н.О., Комачева О.А. Методика адаптивного физического воспитания школьников с задержкой психического развития.....	22
Башкирова Д.К., Шляхтин В.А. Динамика концентрации лактата и глюкозы в крови у студентов дзюдоистов (КМС) после ступенчатой велоэргометрической нагрузки.....	26
Бобкова Е.Н., Писаренкова Е.П. Анализ возрастной динамики развития скоростных способностей у мальчиков 7–15 лет.....	31
Бобкова Е.Н., Сидоренкова В.И. Эффективность применения комплекса специальных упражнений в сочетании с альтернативными видами нагрузки для трейлраннеров в возрасте 13–15 лет.....	35
Богомолов Г.В., Прокопенкова Ю.М. Анализ финансирования мероприятий по развитию физической культуры и спорта в бюджетах субъектов Российской Федерации.....	39
Брайцева В.А., Иванькова А.М. Проблемы и перспективы развития спортивно-оздоровительного туризма в общеобразовательной школе.....	42
Булочников П.А., Сорвина Т.А. Социально-экономические факторы формирования культуры здорового образа жизни населения.....	48
Бышевская А.В. Анализ кластеров спортивного образования в различных регионах Российской Федерации как элементов спортивной образовательной парадигмы государства.....	52
Воскресенский М.В., Кот Е.Ю. Сравнительный анализ показателей тренировочной и соревновательной деятельности шорт-трековиков 12-15 лет в процессе подготовки.....	55
Высоцкая Л.В. Профессиональная физическая культура туристов.....	59
Горелова О.Ю., Ярославцева Е.И. Практическое применение цифровых технологий для повышения эффективности освоения студентами навыков на гимнастическом коне.....	63
Гребенников В.С., Палецкий Д.Ф. Повышение надежности подготовки квалифицированных борцов на основе индивидуальных данных самоконтроля.....	67
Гринева Н.С., Орлова Н.А. Социально-экономические инструменты	

вовлечения молодежи в занятия физической культурой и спортом.....	70
Губина Ю.В., Сафоненкова Е.В. Акцентуации характера и отношение к здоровью у студентов-спортсменов игровых видов спорта (волейбол и баскетбол).....	73
Гурский А.В. Пути повышения скоростно-силовой подготовленности лыжников-гонщиков.....	77
Дарданова Н.А., Ярославцева Е.И. Использование петель TRX в качестве подводящих упражнений для технической подготовки студентов, не специализирующихся в гимнастических видах спорта.....	81
Денисова Е.Н., Шляхтина А.А. Роль и профессиональная позиция специалиста по адаптивной физической культуре в переосмыслении пациентом собственной измененной телесности.....	86
Дубинин Г.В., Писаренкова Е.П. Преподавание спортивно-педагогических дисциплин в условиях реформирования высшего образования (на примере «Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика)».....	90
Ефременков К.Н., Живуцкая И.А. Нарушение принципов Олимпийской хартии в условиях современного олимпийского движения.....	95
Зрыбнев Н.А. Развитие психомоторики биатлониста и создание оптимального проприоцептивного фона в стрельбе стоя с помощью платформ с наклонными плоскостями.....	99
Иванова С.В., Лозакович О.С. Физическая подготовленность студентов, занимающихся легкой атлетикой во внеурочное время.....	105
Измestьева С.А., Мухина Э.В. Особенности гражданско-патриотического воспитания юных спортсменов в училищах олимпийского резерва.....	109
Каткова Т.В., Строева И.В. Использование проектного метода в изучении информационных технологий в спортивном вузе.....	114
Кожухова Е.Д., Бескостова А.А. Роль государственного управления в развитии спорта и физической культуры.....	118
Комачева О.А., Баботкин Н.О. Методика адаптивного физического воспитания школьников с задержкой психического развития.....	122
Конашков И.С., Артюгин С.В. Сравнительный анализ технико-тактических особенностей высококвалифицированных игроков в настольном теннисе с учётом гендерных различий.....	125
Корогвич Ю.В. Роль физической культуры и спортивно-массовых мероприятий в формировании здорового образа жизни и предупреждении асоциальных привычек в молодежной среде.....	128
Косорыгина К.Ю., Мазурина А.В. Виды методик подготовки спортсменов в конном спорте.....	131
Косорыгина К.Ю., Макеева В.В., Шайкина О.Л. Анализ развития и перспектив конноспортивного комплекса «СШ им. В.Н. Тихонова» ФГБОУ ВО «СГУС».....	138
Косорыгина К.Ю., Макеева В.В., Шайкина О.Л. Специфика отбора	

лошадей для начального обучения верховой езде.....	143
Кочергин А.Б., Синицын А.С., Аксеновских А.Д. Практическое применение аэро-резистивного тренажерного комплекса АРТ-5 для совершенствования силовой выносливости пловцов на суше.....	150
Крох Е.В. Влияние физической активности на психическое здоровье молодежи.....	154
Кубащенко Е.А., Чернецов М.М. Подготовка девушек-арбитров по футболу различной квалификации к сдаче тестов по физической подготовке.....	157
Куделин А.Б., Пестов М.Ю., Титов В.В. Прикладные аспекты физической подготовки курсантов инженерных специальностей (на примере военного вуза).....	161
Левченкова Н.В. Распределение тренировочной нагрузки в многолетней подготовке лыжников-гонщиков.....	164
Луганская М.В., Данков С.В. Отбор и спортивная ориентация на примере видов спорта: баскетбол и волейбол.....	168
Луганская М.В., Прохорова К.В. Анализ роли связующего игрока в волейболе.....	170
Лукашевич И.В. Особенности организации занятий оздоровительной физической культурой в системе физического воспитания Беларуси.....	174
Макарова Л.С. Профессиональные и личные качества учителя физической культуры.....	180
Макарова А.А., Губина Ю.В. Вариабельность сердечного ритма как маркер психической уязвимости.....	185
Мацука О.В. Физкультурно-спортивная деятельность в системе образования в контексте реализации «спортизации».....	189
Мелихов В.В. Искусственный интеллект в информационной безопасности.....	193
Мелихов В.В. Искусственный интеллект и его влияние на образование студентов спортивного вуза.....	198
Новикова М.А., Давыдова О.В. Искусственный интеллект как фактор трансформации подготовки спортивных менеджеров: аналитический обзор и стратегические направления.....	202
Осипова Н.В., Губина Ю.В. Влияние квалификации спортсменов на показатели сердечно-сосудистой системы при развитии утомления.....	207
Осипова Н.В., Сафоненкова Е.В. Состояние вегетативной регуляции гомеостаза спортсменов в покое и на фоне физической нагрузки.....	211
Пегов В.А. Задачи современного образования и «образовательные анахронизмы».....	214
Перепекин В.А., Биткин В.М. Изменение работоспособности футболистов на разных этапах восстановительного периода после больших тренировочных нагрузок.....	218
Попова М.В. Инновационные цифровые инструменты в физическом воспитании студентов: результаты внедрения фитнес-трекеров	

в учебный процесс вуза.....	221
Пульмановская Е.И. Исследование индивидуальных копинг-стратегий студентов вуза.....	224
Родин А.В. Текущее функциональное состояние ЦНС при оценке простой зрительно-моторной реакции у баскетболистов в состоянии покоя и после игровой деятельности.....	227
Свирин А.Н., Усачева С.Ю. Оптимизация методики подготовки бегунов на средние дистанции на этапе начальной подготовки.....	231
Седогин Е.А., Киреева А.В., Коростелев С.П. Перераспределение средств специальной подготовки высококвалифицированных лыжников-гонщиков с учетом искусственного покрытия, заменяющего снег.....	234
Сергеева Ю.И. Совершенствование физической работоспособности студенток старших курсов с использованием средств силовой подготовки.....	238
Снитко А.Н. Современные подходы к физическому воспитанию студентов в вузах.....	241
Сорвина Т.А., Осипова Н.В. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни спортсменов.....	245
Су Дзе Основы построения занятий в вузе по физической культуре в Беларуси.....	248
Тарасевич Г.А., Петрова В.В. Дерматоглифические характеристики как маркер спортивной специализации в плавании.....	252
Терехов П.А., Шерстеникин А.Д. Ведущие маркеры вегетативного обеспечения относительной мощности у велосипедистов-спринтеров в гликолитическом тесте.....	257
Терехов П.А., Шерстеникин А.Д. Ведущие маркеры вегетативного обеспечения относительной мощности у велосипедистов-спринтеров в скоростно-силовом тесте.....	261
Усачева С.Ю., Свирин А.Н. Особенности применения средств физической подготовки у легкоатлетов 13-14 лет.....	265
Федорова Н.И. Формирование педагогической компетентности у родителей в сфере адаптивного физического воспитания детей с нарушением интеллекта.....	270
Федорова Н.И., Комачева О.А., Слободчиков С.А. Физическая реабилитация женщин 55-60 лет после эндопротезирования коленного сустава.....	278
Федоскина Е.М., Федорова Н.И. Изучение тревожности у участников регионального Чемпионата «Абилимпикс» Смоленской области.....	282
Федоскина Е.М., Федорова Н.И. Хатха-йога на занятиях адаптивной физической культурой со студентками специальной медицинской группы	286
Хармонова А.А., Шукаева А.В. Лекционная форма проведения занятий в спортивном вузе.....	290
Чернецов М.М. Особенности применения VR-технологий в процессе	

совершенствования тактического мышления футболистов.....	294
Чиж В.В. Влияние оздоровительных фитнес-технологий на психоэмоциональное состояние студентов учреждений высшего образования.....	297
Шевченко Е.И. Основные показатели миграции конькобежцев в соревновательном периоде.....	300
Шляхтина А.А., Денисова Е.Н. Адаптивные технологии и методические приемы визуализации учебного материала для студентов с нарушением слуха в ФГБОУ ВО «СГУС».....	303
Яковлев А.Н. Физкультурно-спортивная деятельность студентов в контексте здоровьесберегающих и телесноформирующих технологий..	306

УДК 378.17

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ И ТЕЛЕСНОФОРМИРУЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

А.Н. Яковлев

*Полесский государственный университет,
Республика Беларусь*

Аннотация. В статье представлены исследования в контексте функционирования высшего образования в Беларуси и России, где под влиянием внешних факторов изменились условия подготовки кадров.

Уровень здоровья студентов определяет их успешность в дальнейшей профессиональной деятельности, поэтому физкультурно-спортивная деятельность наполнена новым содержанием, что позволяет вывести процесс интеграции образовательной деятельности на новый качественный уровень на основе педагогического опыта и переосмысления традиционных подходов.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность, студенты, здоровье сберегающие и телесно формирующие технологии,

Введение. Ряд научных исследований, проведенных учеными Республики Беларусь (РБ) и Российской Федерации (РФ) доказывают, что уровень физического здоровья и физической подготовленности студентов продолжают снижаться, о чём свидетельствуют и данные статистики [1, 120 с.; 2, С. 3 - 8].

Научный поиск инновационных решений в высшей школе направлен на системное изучение технологий физкультурно-спортивной деятельности, когда в условиях интеграционных процессов в союзном государстве система образования выходит на новый качественный уровень.

Такой подход обусловлен новой педагогической парадигмой, которая затрагивает осмысление категорий «объект» (образовательной или учебной деятельности) и «субъект» (формирование навыков умений, знаний, реализующих соответствующие методики, психотехники, педагогические технологии) [3, С. 140-142].

Цель исследования. Выявить основные закономерности формирования физической культуры личности средствами физкультурно-спортивной деятельности в вузе на основе теоретического и эмпирического обоснования.

Объект исследования. Процесс функционирования физкультурно-спортивной деятельности студентов в вузах Республики Беларусь и Российской Федерации.

Предмет и гипотеза исследования. Предполагалось, что стратегия и тактика формирования телесно ориентированной культуры личности, осуществляемая в вузе может обеспечить новый уровень здоровья на основе развивающего физического воспитания студенческой молодежи различных соматических типов и возраста.

Организация и методы исследования. Изучались подходы к индивидуализации учебно-воспитательного процесса в контексте реализации инновационной педагогической системы в вузах. Сформулированы концептуальные основы инновационной педагогической системы, отражающей процессы индивидуализацию индивида под воздействием занятий физкультурно-спортивной деятельностью в условиях функционирования образовательных учреждений Республики Беларусь и Российской Федерации. Методологическая основа исследования включает: фундаментальные работы по индивидуализации деятельности студентов; основополагающие исследования адаптации организма к физическим нагрузкам; результаты новейших исследований морфофункциональных детерминант результативности индивида; работы, исследующие гендерные и психологические аспекты.

Результаты исследования. Создание системы объективного контроля зависит от учета уровня развития физических качеств, морфофункциональных показателей и функциональных систем организма. Выявление морфологических, генетических маркеров, обеспечивающих эволюционную социокультурную трансформацию его телесно-двигательных способностей – это необходимое условие реализации схемы специально-методологического теоретического исследования телесности (рисунок 1).

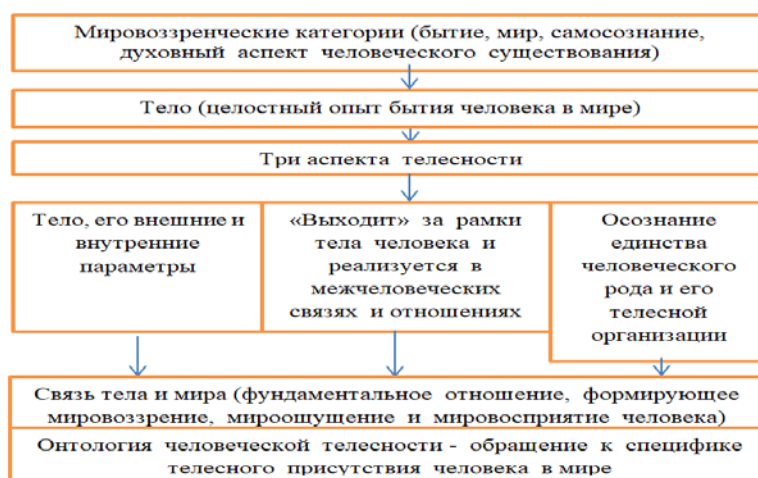


Рисунок 1 – Схема специально-методологического теоретического исследования телесности

Проведенный мониторинг в вузах РБ показал, что выбор средств силовой подготовки избирательного воздействия выглядит следующим образом: 1) легкая атлетика; 2) гимнастика и акробатика; 3) спортивные и подвижные игры; 4) плавание; 5) кроссовая и лыжная подготовка.

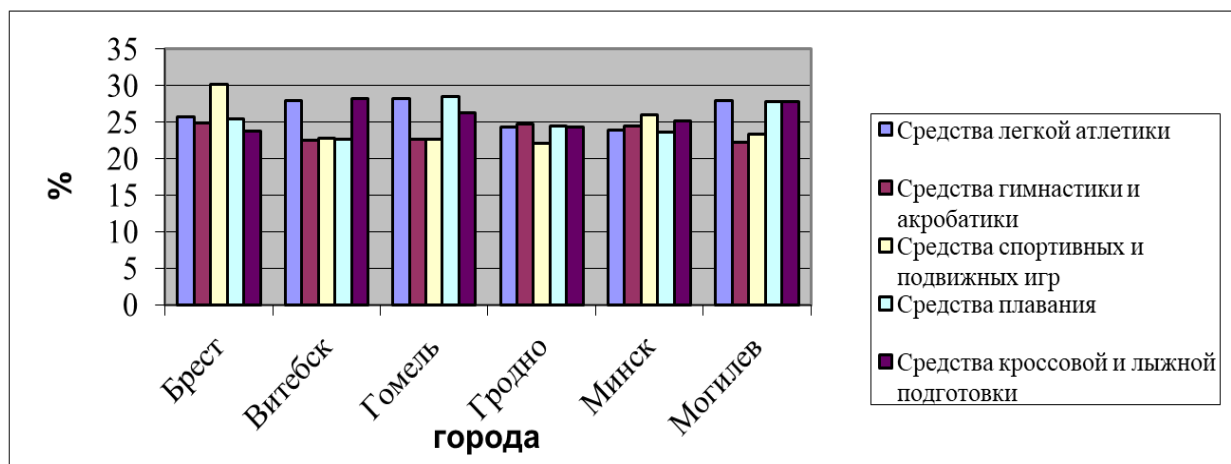


Рисунок 2 – Структура физкультурно-оздоровительных интересов студентов вузов в выборе средств силовой подготовки избирательного воздействия, с учетом места их учебы

По проявлению силовых способностей виды спортивной деятельности существенно отличаются друг от друга (гимнастика и акробатика решают проблему разносторонней физической подготовки, особенно мышц верхнего плечевого пояса, живота и поясничной области; легкая атлетика преимущественно развивает мышцы нижних конечностей; плавание в большей степени развивают силу мышц верхнего плечевого пояса и ягодичные мышцы).

Спортивные и подвижные игры, кроссовая подготовка преимущественно развивают мышцы ног, которые играют существенную роль в развитии силовых способностей человека, однако при их развитии следует придерживаться принципа избирательного подхода в зависимости от конкретного вида спорта,

В каждом регионе имеются наиболее популярные виды спортивной деятельности: легкая атлетика – в Гомеле, Могилеве и Витебске (28,3%; 27,9% и 27,9%); гимнастика и акробатика – в Гродно (24,8%); спортивные и подвижные игры – в Бресте, Минске (30,2 и 26%); плавание – в Гомеле и Могилеве (28,5 и 27,8%); кроссовая и лыжная подготовка – в Витебске и Могилеве (28,2 и 27,8%).

Если в Бресте, Витебске, Гомеле и Могилеве отмечены приоритетные по интересам студентов виды спорта, то в Минске и Гродно имеют место практически равнозначные (в %) интересы, но не выше 26% в Минске и 24,8% в Гродно.

В ходе анкетирования выявлена структура физкультурно-оздоровительных интересов студентов вузов в выборе средств силовой подготовки (средства комплексного воздействия (ритмическая гимнастика,

гидроаэробика. круговая тренировка; средства избирательного воздействия (легкая атлетика, гимнастика, акробатика, спортивные и подвижные игры, плавание, кроссовая и лыжная подготовка; средства гармоничного воздействия на скелетную мускулатуру (атлетическая гимнастика, шейпинг, гиревой спорт); средства регионального и локального воздействия с использованием: (резиновых жгутов и амортизаторов; блочных устройств; веса партнера и небольших отягощений; гимнастической стенки и гимнастической скамейки; лазаний, перелезаний, подтягиваний; гантелей).

Показана эффективность разработанных программ двигательных активности студентов, полученных в различных условиях внешнего отягощения и с учетом соматотипов.

В учебном процессе необходимо применять обучающие технологии: предметно ориентированные, телесно ориентированные и эстетически ориентированные (1-я – интеллектуальная составляющая сознания; 2-я – телесно-формирующая; 3-я – волевая).

Особая роль отводится телесно-формирующему направлению – это рабочая группа мышц и последовательность выполнения двигательных действий в динамике напряжения, расслабления и амплитуды, индекс жесткости мышцы, индекс осанки; гармония тела, «язык» тела в движениях и резервные возможности нервно-мышечной системы в повышении мощностных и координационных характеристик телодвижений.

Возможность добиться максимального результата в условиях прогрессирующего утомления – это «воля», которая должна быть продуктивна «истязаемая» в полной мере. В этой телесной пластике («сознание» + «тело» + «воля») ритм движением человеческого тела, отражает духовный и внутренний мир человека.

Автор приводит фрагмент психологического тестирования. **Простая зрительно-моторная реакция.** Общая продолжительность тестирования: 0:01:32

Прибор: ЗМА полноцветный. Тестировались оба глаза. Рука: правая

Цвет стимула: красный

Шкалы результатов

№	Название шкалы	Значение	Ед. изм.	Градация	Интерпретация
Статистические данные					
1	Среднее значение времени реакции	224,92	мс	промежуточный	Средняя скорость сенсомоторной реакции (норма)
2	Среднеквадратичное отклонение	49,86	мс		
3	Медиана	218,00	мс		
4	Мода	205,76	мс		
5	Асимметричность	1,08			
6	Экссесс	1,70			

7	K(25%)	197,50			
8	K(75%)	238,00			
9	(K75%-K25%)/2	20,25			
10	Оценка нормальности распределения				Выборка отличается от нормального распределения
11	Скорость сенсомоторных реакций	224,92	мс		средний уровень нормы
Ошибки и оценка точности выполнения					
12	Количество стимулов	40			
13	Общее число ошибок	3		Грубые нарушения	устойчивость внимания значительно снижена
14	Число пропусков	1			
15	Число преждевременных нажатий	2			
16	Коэффициент точности Уиппла	0,02		средний	Средний коэффициент точности
Критерии Лоскутовой					
17	Функциональный уровень системы	4,82			высокий
18	Устойчивость реакции	2,35			высокий
19	Уровень функциональных возможностей	3,94			высокий
20	dT0,5	39,17			
21	Pmax	0,41			
Критерии Лоскутовой с интерпретацией Лоскутовой					
22	Функциональный уровень системы (ФУС по Лоскутовой)	4,82	1/с ²	Среднее	средний уровень нормы
23	Устойчивость реакции (УР по Лоскутовой)	2,35	1/с	Высокое	высокий уровень нормы
24	Уровень функциональных возможностей (УФВ по Лоскутовой)	3,94	1/с ²	Высокое	высокий уровень нормы

Оценка работоспособности					
25	Оценка работоспособности по скорости реакции	225			не значительно снижена
26	Оценка работоспособности по ФУС	4,82			не значительно снижена
27	Оценка работоспособности по УР	2,35			в норме
28	Оценка работоспособности по УФВ	3,94			в норме
29	Итоговый вывод по работоспособности				Нижняя граница нормы. Состояние характерное для начальных стадий развития утомления, монотонии и при астенизации организма при различных заболеваниях. В таком состоянии у человека ослаблено внимание, допускаются ошибки и время выполнения задания несколько увеличивается. Работоспособность характеризуется как незначительно сниженная.



Среднее значение времени реакции: 224,92 мс

Средняя скорость сенсомоторной реакции (норма)

Уровень функциональных возможностей: 3,94 - высокий

Характеристика выявленных показателей позволяет определять начальную границу нормы, что важно при выполнении физических нагрузок и влияет на стадии развития утомления, так как концентрация внимания очень важна в процессе выполнения физических упражнений, связанных с двигательнo-координационными способностями.

Выводы. Процесс формирования телесно-двигательных характеристик, зависит от методологии, количественного уровня физической нагрузки, вариативного компонента, половозрастного состава и условий систематизации факторов, обуславливающих необходимость использования спортивных практик и мониторинга по проблемам состояния сферы физической культуры и спорта, ассортименту и объему, оказываемых сервисных услуг оздоровительной и спортивной направленности в условиях процессов интеграции образования.

Этапы реализации парадигмы: ежегодная корректировка прогнозных показателей исходя из текущей ситуации, характеризующейся в первую очередь показателями здоровья; применение на практике и реализация в полном объеме, разработанных и рекомендуемых к практическому применению инновационных методик в образовательном пространстве социальных институтов.

Список литературы

1. Губа, В.П. Морфобиомеханические исследования в спорте / В.П. Губа. – М.: Спорт-АкадемПресс, 2000. – 120 с.
2. Егоров, А.Г. Гуманизация, гуманитаризация и реалии спортивной субкультуры // Формирование гуманистического мировоззрения студентов / Сб. научных трудов. – Смоленск, 1991. – С. 3-8.
3. Яковлев, А.Н. Инновационная педагогическая система здоровьесберегающих и телесноформирующих технологий физкультурно-спортивной деятельности / А.Н. Яковлев // Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса и физической культуры : сборник научных трудов, посвященный 100-летию министерства спорта, 10-летию науки и технологий РФ, Челябинск, 15 декабря 2023 г. / Уральский государственный университет физической культуры», Кафедра физиологии; отв. ред. Н.П. Петрушкина. – Челябинск : УралГУФК, 2023. – С. 140-142.

СБОРНИК
материалов Всероссийской научно-методической
конференции с международным участием
«Современные тенденции и инновационные
подходы в физической культуре и спорте:
от науки к практике»

Электронное издание