

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

<i>Антипенкова И.В., Буслаева Ю.А.</i> Исследование динамики показателей физической подготовленности дошкольников в ходе подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО.....	8
<i>Антипенкова И.В., Киреева А.В.</i> К вопросу терминологической проблемы в области корпоративного спорта.....	12
<i>Артюгин С.В., Власов А.В.</i> Использование видеосимуляций для развития навыков принятия решения в баскетболе.....	17
<i>Атлас А.А., Громов В.А.</i> Совершенствование технической подготовки спортсменов в тяжелоатлетических видах спорта посредством внедрения метода срочной информации и моделирования условий с исключением зрительного анализатора.....	19
<i>Баботкин Н.О., Комачева О.А.</i> Методика адаптивного физического воспитания школьников с задержкой психического развития.....	22
<i>Башкирова Д.К., Шляхтин В.А.</i> Динамика концентрации лактата и глюкозы в крови у студентов дзюдоистов (КМС) после ступенчатой велоэргометрической нагрузки.....	26
<i>Бобкова Е.Н., Писаренкова Е.П.</i> Анализ возрастной динамики развития скоростных способностей у мальчиков 7–15 лет.....	31
<i>Бобкова Е.Н., Сидоренкова В.И.</i> Эффективность применения комплекса специальных упражнений в сочетании с альтернативными видами нагрузки для трейлраннеров в возрасте 13–15 лет.....	35
<i>Богомолов Г.В., Прокопенкова Ю.М.</i> Анализ финансирования мероприятий по развитию физической культуры и спорта в бюджетах субъектов Российской Федерации.....	39
<i>Брайцева В.А., Иванькова А.М.</i> Проблемы и перспективы развития спортивно-оздоровительного туризма в общеобразовательной школе.....	42
<i>Булочников П.А., Сорвина Т.А.</i> Социально-экономические факторы формирования культуры здорового образа жизни населения.....	48
<i>Бышевская А.В.</i> Анализ кластеров спортивного образования в различных регионах Российской Федерации как элементов спортивной образовательной парадигмы государства.....	52
<i>Воскресенский М.В., Кот Е.Ю.</i> Сравнительный анализ показателей тренировочной и соревновательной деятельности шорт-трековиков 12-15 лет в процессе подготовки.....	55
<i>Высоцкая Л.В.</i> Профессиональная физическая культура туристов.....	59
<i>Горелова О.Ю., Ярославцева Е.И.</i> Практическое применение цифровых технологий для повышения эффективности освоения студентами навыков на гимнастическом коне.....	63
<i>Гребенников В.С., Палецкий Д.Ф.</i> Повышение надежности подготовки квалифицированных борцов на основе индивидуальных данных самоконтроля.....	67
<i>Гринева Н.С., Орлова Н.А.</i> 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 796.092

**ОСНОВЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ВУЗЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ В БЕЛАРУСИ**

Су Дзе
*Полесский государственный университет,
Республика Беларусь*

Аннотация. В статье представлены материалы, отражающие содержание физического воспитания в Беларуси в аспекте реализации образовательных программ по дисциплине «Физическая культура». Приведены данные,

характеризующие уровень развития физических качеств и физической подготовленности в условиях функционирования высшей школы на основе интеграции образования.

Ключевые слова: физическая культура, базовые виды физкультурно-спортивной деятельности, студенты.

Введение. Уровень физического воспитания в вузе зависит от проектирования и точного воспроизведения, гарантирующих успех педагогических действий, которые отражают многообразии педагогических технологий.

В данном случае идет речь о концептуальной, содержательной и процессуальной части, т. е. технологический процесс, реализуемый через методы, диагностику педагогического процесса [1, С. 281–288; 2, С. 148–160; 3. 272 с. 8; 4, С.126–136; 5, С. 224–228.].

Цель исследования. Применение здоровьесформирующих технологий в учебном процессе вуза.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс студентов Беларуси.

Предмет исследования: теоретическое обоснование и разработка содержания педагогического процесса по физическому воспитанию.

Задачи исследования:

1) Теоретически обосновать педагогический процесс на основе здоровьесформирующих технологий.

2) Применить на практике здоровьесформирующие технологии в деятельности вуза.

3) Изучить динамику показателей физического здоровья и физической подготовленности студентов.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Педагогический эксперимент проходил на базе ПолесГУ.

Организация исследования. На первом этапе исследования (сентябрь–октябрь 2025 г.) проводился анализ научно-методической и специальной литературы. На втором этапе исследования (ноябрь 2025 г.) проводилось анкетирование. Третий этап исследования (декабрь 2025 г - март 2026) включал в себя обработку результатов исследования.

Результаты исследования и их обсуждение. Образовательный процесс по дисциплине "Физическая культура" учреждения образования "Полесский государственный университет" осуществляет на основании законодательных документов, регламентирующих деятельность в соответствии с законодательством Республики Беларусь.

Критерии успеваемости: 1. Организационный – посещаемость занятий, участие студента в различных спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях, практическое содействие в организации и проведении

соревнований. 2. Общеобразовательный – усвоение студентом физкультурных знаний. 3. Методический – оценка методики занятий, освоение студентом и использование в процессе физического воспитания средств и методов физической культуры и спорта. 4. Практический – оценка практической деятельности: выполнение контрольных нормативов физической подготовленности.

Сроки и порядок выполнения зачетных требований, контрольных упражнений и нормативов определяются кафедрой физической культуры и спорта на весь учебный год и утверждаются на заседании кафедры

Таблица 1 – Сроки и порядок выполнения зачетных требований, контрольных упражнений в ПолесГУ

№ п/п	Порядок выполнения зачетных требований, контрольных упражнений и нормативов	Срок исполнения
1.	Предоставление обучающимися медицинской справки о состоянии здоровья, с указанием группы здоровья	в течение первых двух учебных недель начала учебного года
2.	Тестирование исходного уровня физической подготовленности: показатели развития выносливости, силовых способностей, гибкости (после предоставления справки о медицинском осмотре)	в течение двух учебных недель после предоставления медицинской справки
3.	Обучение правилам безопасного поведения во время учебных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура»	первое учебное занятие семестра
4.	Освоение программного материала	в течение семестра
5.	Аттестация обучающихся по учебной дисциплине «Физическая культура» с использованием критериев оценки успеваемости	в течение двух недель до начала зимней (летней) экзаменационных сессий

По результатам тестирования физической подготовленности студенты ЭГ1 и ЭГ2 превосходили студентов КГ1 и КГ2, что указывает на более высокую эффективность построения занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» на основе соревновательного метода. Изменения физического развития студентов в ходе реализации формирующего педагогического эксперимента не имели статистически значимых различий, за исключением достоверно значимых изменений.

Использование соревновательного метода положительно отразилось не только на отношении студентов ЭГ1 и ЭГ2 к учебной дисциплине «Физическая культура», которое выразилось в уменьшении пропусков занятий

без уважительных причин (средняя посещаемость в ЭГ1 – 95%, ЭГ2 – 92 %, из них по причине болезни в ЭГ1 – 2, 1%, ЭГ2 – 3,5%, по другим уважительным причинам в ЭГ1 – 3%, ЭГ2 – 4 %, без причин в ЭГ1 – 1%, ЭГ2 – 2%), но и изменении мотивов, которыми студенты руководствовались, посещая занятия.

Выводы. Наблюдается наличие значительного мотивационного разрыва у студенческой молодежи: при высоком уровне осознания ценности физического воспитания вузе для здоровья. Сдерживающие факторы – это объективный дефицит времени и субъективный недостаток самоорганизации. Разработан комплекс практико-ориентированных рекомендаций для администрации и преподавателей вузов, получивший высокую оценку со стороны студентов: 1. Содержательно-организационный уровень. 2. Материально-технический уровень. 3. Социально-педагогический уровень. 4. Информационно-мотивационный уровень.

Реализация данных мер, смещающих парадигму физического воспитания от нормативности к выбору, осознанной пользе и социальной включенности, будет способствовать формированию устойчивой мотивации студентов к регулярной оздоровительной и спортивной практике, что является основой для сохранения их здоровья и повышения качества будущего профессионального ресурса.

2. Разработана методика применения соревновательного метода на занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура»: концептуальный блок – это методологическая основа, представленная системным, личностным и деятельностным подходами. Результативный уровень отражает динамику теоретических знаний, методических, а также двигательных умений и навыков, физических и волевых качеств студентов в системе методических приемов соревновательного метода.

Список литературы

1. Загвязинский, В. И. Педагогика / В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова. – М.: Академия, 2012. – С. 281–288.
2. Масловская, Ю. И. Общие правила применения соревновательного метода в физическом воспитании / Ю. И. Масловская, В. А. Овсянкин // Учен. зап. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск, 2017. – Вып. 20. – С. 148–160.
3. Морозова, А.К. Особенности мотивации занятий физическими упражнениями у студентов университетов. Самара: СамГУПС, 2023. – 272 с. 8.
4. Нигреева, И. Г. Профессионально-прикладная физическая подготовка – один из этапов здорового образа жизни / И. Г. Нигреева, П. В. Волков, Ю. И. Масловская, М. Н. Кузьмар // Здоровый образ жизни : сб. ст. / Белорус. гос. ун-т. – Минск, 2008. – Вып. 6. – С. 126–136.
5. Яковлев, А.Н. Потребностно-мотивационные особенности физкультурно-спортивной деятельности студенток различных вузов / А. Н. Яковлев, Е. П. Врублевский, В. С. Севдалев // Физическая культура и спорт в современном мире: к 70-летию факультета физической культуры

[Электронное научное издание] : сборник научных статей / Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины; редкол. : Г. И. Нарский (гл. ред.) [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. – С. 224–228.

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