Министерство спорта Российской Федерации
Администрация Смоленской области
ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта»
Российская Федерация Баскетбола
Федерация баскетбола Смоленской области
Автономная некоммерческая организация «Центр современных спортивных технологий Концерна Росэнергоатом»

«АТОМНАЯ ЭНЕРГИЯ СПОРТА: ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ»

Материалы
VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием

(21-23 мая 2026 года)

Смоленск
2026

УДК 796.034.2
ББК 75.46
А 40

Редакционная коллегия:

Фомин С.Г. – кандидат педагогических наук, Советник министра спорта РФ, генеральный директор ЦССТ Концерна Росэнэргоатом, Президент Единой континентальной Лиги 3х3, Президент Смоленской региональной общественной организации "Федерация баскетбола Смоленской области"

Федорова Н.И. – доктор педагогических наук, доцент, И.о. проректора по научной работе ФГБОУ ВО «СГУС»

Мазурина А.В. – кандидат педагогических наук, доцент, И.о. проректора по учебной работе ФГБОУ ВО «СГУС»

Родин А.В. – доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «СГУС»

Губа В.П. – доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы РФ, профессор кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «СГУС»

Луганская М.В. – старший преподаватель кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «СГУС»

Прохорова К.В. – преподаватель кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «СГУС»

А 40 Атомная Энергия Спорта: традиции и инновации: материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Под общ. ред. С.Г. Фомина, Н.И. Федоровой, А.В. Мазуриной, А.В. Родина, В.П. Губы, М.В. Луганской, К.В. Прохоровой. – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГУС», 2026. – 337 с.

В материалах сборника статей представлены учебно-методические аспекты корпоративного спорта и результаты научных исследований ведущих специалистов по вопросам подготовки спортсменов. В сборнике статей рассматриваются теоретико-методические, медико-биологические и психолого-педагогические аспекты подготовки спортивного резерва и квалифицированных спортсменов в различных видах спорта.

Издание рассчитано для сотрудников ведущих отечественных корпораций, а также специалистов в области физической культуры и спорта, преподавателей, тренеров, аспирантов, магистрантов и студентов физкультурных, педагогических и медицинских учебных заведений.

ISBN 978-5-94578-224-2

© С.Г. Фомин, Н.И. Федорова, А.В. Мазурина, А.В. Родин, В.П. Губа, М.В. Луганская, К.В. Прохорова, 2026
© ФГБОУ ВО «СГУС», 2026

Оглавление

стр.

Приветственное слово С.Г. Фомина……..... 8
Айрапетьянц Л.Р., Бабаназарова М.Б. Отбор и ориентация юных гимнасток: специфика, критерии, практика…… 9
Алоина О.С., Шляхтина А.А. Адаптивная физическая культура в системе комплексной реабилитации и абилитации инвалидов…….. 13
Антипенкова И.В., Киреева А.В. Занятия физическими упражнениями как важное условие улучшения психоэмоционального состояния и повышения работоспособности лиц, занятых умственным трудом…….. 17
Бабаев Н.М., Козин В.В. Когнитивные механизмы принятия решений в соревновательной деятельности хоккейного вратаря……. 21
Баранов А.Е., Митусова Е.Д. Методические особенности эффективного преодоления ямы в беге с препятствиями юношами-легкоатлетами…….. 25
Белов М.С., Фомин С.Г. Стратегия здоровья студента: интеграция системной физкультурно-спортивной работы и корпоративных соревновательных практик…… 29
Белова Ю.М., Фомин С.Г. Формирование здорового образа жизни студентов: корпоративные проекты, спортивная инфраструктура и модель физической активности……. 36
Белокозович Е.Ю., Козин В.В. Особенности программного сопровождения процесса тактико-технической подготовки хоккеистов 10-11 летнего возраста……..... 40
Блашкевич А.В., Саченок П.А. Современная индустрия спорта: экономика, маркетинг и управление…… 45
Богданова Е.Н. Влияние визуального контента в социальных сетях на интерес к спорту у студентов вузов……..... 48
Болохонов Б.С., Ботвич В.А. Искусственный интеллект в спортивном судействе: проблемы правового регулирования и ответственности…… 52
Бубненкова О.М., Лебедь Е.И. Морфологический статус, как основа адаптационных возможностей спортсменов…… 55
Будник О.А., Мосол Т.А. Применение стретчинговых упражнений в учебно-тренировочных занятиях волейболистов 12-13 лет……... 61
Булатова Е.Н., Кочеткова М.В. Влияние спорта на формирование личности будущего специалиста атомной отрасли……..... 64
Булкова Т.М., Воробьева Н.А. Исследование влияния внеурочных занятий волейболом на физическую подготовленность школьников 11-12 лет…… 69
Бурмистров С.Р., Захаров П.С., Луганская М.В., Родин А.В. Анализ травматичности в составе мужской сборной СГУС по баскетболу……... 74
Быков А.В., Некрасова В.Ю. Управление качеством образовательного

процесса по физическому воспитанию в университете: современные методологические подходы……..... 77
Ветлугаева О.В. Совершенствование организации спортивно-массовых мероприятий по волейболу в вузе: трёхлетняя практика студенческого спортивного клуба «Сибирские львы» томского политехнического университета…… 81
Виноградова А.О., Головинова И.Ю. Взаимосвязь хронотипа и результатов спортивной деятельности……. 86
Волкова А.В., Косс В.В. Фиджитал-спорт в России сегодня……. 91
Волкова А.В., Косс В.В., Тарасова А.С. Концепт развития социальных медиа в российских спортивных организациях……... 95
Вольчик Д.Д. Модель грантовой деятельности в системе управления студенческим спортивным клубом……... 99
Гайсёнок А.Н. Семейное воспитание и ценности здорового образа жизни у детей дошкольного возраста: аспект устойчивого развития……..... 107
Гаппоева В.В., Родин А.В. Оценка эффективности программы совершенствования технико-тактических действий у баскетболистов 15-17 лет…… 114
Головина Ю.В., Синников Д.С., Бараковских К.Н. Социокультурные факторы снижения двигательной активности молодежи: обзор теорий от урбанизации до цифровой зависимости……... 117
Головинова И.Ю. Студенческий спорт в ВГСПУ: состояние, достижения и перспективы развития……. 120
Горелова О.Ю., Ярославцева Е.И. Использование искусственного интеллекта при заполнении рабочих тетрадей по гимнастике для студентов-заочников, обучающихся спортивным дисциплинам (в рамках контрольной работы)……..... 125
Губа В.П., Родин А.В. Взаимосвязь антропометрических и скоростно-силовых способностей при подготовке высококвалифицированных волейболистов……. 128
Гурский А.В., Новикова М.А. Кинематика двигательных действий лыжников-гонщиков высокой квалификации в цикле скользящего шага, как маркер скоростно-силовой подготовки…….. 132
Дубинин Г.В., Калганов Н.А. Динамика физической подготовленности и спортивной результативности бегунов на 3000 м с/п в годичном макроцикле на этапе высшего спортивного мастерства……. 135
Жарова О.Ю., Силованова И.М., Куценко Е.О. Основные требования, предъявляемые к методике проведения секционных занятий силовым тренингом студентов 18-23 лет……. 138
Жийяр М.В. Цифровые технологии и искусственный интеллект в сфере физической культуры и спорта…….. 141
Казаков Д.А., Кострикин Д.А. Развитие фиджитал спорта в России через призму грантовой поддержки молодёжных инициатив…….. 149
Карпинская Н.И. Спортизированное физическое воспитание детей

начальных классов: особенности адаптации…… 152
Конашков И.С., Исаков Е.Ю. Анализ структурных моделей оценки технической и тактической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в настольном теннисе…… 155
Кондрашенкова А.В., Родин А.В. Бочча, голбол и следж-хоккей: почему паралимпийские виды спорта идеально подходят для школьных уроков физкультуры…… 159
Королева Л.В., Рычкова А.Д. *П*озвоночный столб как составляющая осанки у спортсменов-конников……... 162
Косорыгина К.Ю., Макеева В.В. Особенности планирования спортивной подготовки высококвалифицированных триатлонистов……..…….. 166
Косорыгина К.Ю., Шайкина О.Л. Воздействие психологических тренингов на предстартовое состояние спортсменов-конников…… 174
Кубащенко Е.А., Чернецов М.М. Проблемы подготовки девушек – арбитров……... 182
Кубащенко Е.А., Чернецов М.М. Структурно-содержательная модернизация программы подготовки женщин-футбольных арбитров к участию в мужских матчах…… 185
Кузнецов В.Д., Кондрашенкова А.В. Пути цифровизации физической подготовки военнослужащих воздушно-десантных войск……. 190
Кузнецов В.Д., Кузнецов Р.П., Родионов И.С. Влияние краткосрочных физических нагрузок на функциональное состояние военнослужащих оперативного состава: анализ опыта боевых действий…….. 194
Лаврухина Г.М., Долгушина В.Е. Повышение уровня здоровья женщин зрелого возраста (второго периода) на занятиях фитнесом в условиях Центра физической культуры, спорта и здоровья……... 199
Лаптев А.В., Дорохов А.Ю. Сравнительно-сопоставительный анализ подготовленности и вовлеченности юных баскетболистов, занимающихся в СШОР и коммерческих организациях……... 203
Левченко М.И., Мосол Т.А. Специальная физическая подготовленность студенток медицинского университета, занимающихся волейболом…….. 208
Леонова А.В., Фомин С.Г., Смирнова С.Н. Спартакиада и корпоративный спорт как основа командного духа и здорового образа жизни на зарубежной стройке: опыт ЦССТ на АЭС «РУППУР»…….. 211
Мазурина А.В., Бубненкова О.М. Характеристика жирового и мышечного компонентов тела женщин зрелого возраста послеродового периода с учетом двигательной активности…… 214
Мазурина А.А., Шарапов Н.О. Организационно-педагогическая модель спортивно-педагогического отряда «Атомная Энергия Спорта» в городах присутствия атомных станций……... 219
Макеева В.В., Косорыгина К.Ю. Методы спортивной ориентации и отбора детей 10 лет на этап начальной подготовки в современное пятиборье по плаванию…….. 227

Митусова Е.Д., Вишняков Д.А. Внедрение спортивно-ориентированного физического воспитания средствами проектной деятельности……. 232
Мокина Е.С., Фомин С.Г., Воронин В.А., Волкова А.В. Эволюция мотивационных факторов в спортивной жизнедеятельности…… 235
Оразгылыджов М., Васильева Е.А., Щукин А.В. Нарушения осанки у студентов технического вуза: масштаб проблемы и роль физических упражнений в её решении……..... 239
Оразгылыджов М., Васильева Е.А., Щукин А.В. Хроническое недосыпание как скрытый фактор снижения физической работоспособности студентов технического вуза……... 244
Осипов А.А., Мазурина А.В. Основные аспекты интегральной подготовки в студенческой волейбольной команде…… 249
Панченко П.К. Развитие скоростных качеств у легкоатлетов спринтеров с помощью спортивных игр……... 252
Панченко П.К. Сравнительный анализ мотивации и выбора студенток к занятиям в тренажерном зале и фитнес-аэробике……... 256
Перова Г.М. Влияние использования кофеина на физическую работоспособность человека…….……. 259
Перова Г.М. Особенности питания и физической активности студентов в период обучения…….. 261
Плотникова В.Б., Андреев Д.С., Коновалов И.Е. Влияние основных соревнований в детско-юношеском спорте на функциональные показатели баскетболисток 12-13 лет……... 264
Пыталева Е.Е. Студенческое беговое движение в контексте современных подходов к развитию массового спорта…… 268
Родин А.В., Губа В.П., Хвоситиков Д.В., Захаров Е.И. Функциональная тренировка при профилактике спортивного травматизма волейболистов... 270
Силованова И.М. Диагностика организационно-методических проблем в процессе развития координационных способностей юных футболистов 12-13 лет……... 273
Соколовский А.А. Шахматы как адаптивный вид спорта: технологии инклюзивного обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья... 276
Студнев А.С. Физическая подготовка оперативных работников МВД России: реалии и инновационные пути совершенствования…….. 281
Торшин В.В., Чернецов М.М. Влияние тренировочного процесса, построенного на игровом методе, на показатели интегральнойподготовленности футболистов 10-12 лет…… 285
Фролова Д.В., Чуфарова Л.И. Применение искусственного интеллекта в управлении тренировочным процессом студенческих спортивных команд…….. 288
Харченков А.Л., Булкова Т.М. Эффективность применения методики физкультурно-оздоровительных занятий для мужчин среднего возраста на основе использования средств триатлона……..... 291
Храмов Н.А. Итоги XI и XII чемпионатов мира по лыжероллерам в

Италии…….. 295
Храмов Н.А. Обучение студентов юридического вуза способам передвижения на лыжах в бесснежный период с помощью имитационных упражнений…….. 300
Хрущев Г.Д., Вишняков Д.А., Митусова Е.Д. Технические приемы эффективных завершений атаки студентов-баскетболистов…….. 307
Чебан Т.Н., Граневский В.В., Гамалицкая Г.М. Влияние самостоятельных занятий физической культурой на укрепление здоровья студентов колледжа…… 310
Чебан Т.Н., Граневский В.В., Мамков О.М. Применение технологий в информационном обучении как средство повышения качества образования……. 313
Чернова В.Н., Филиппов Р.С. Эффективность физкультурно-оздоровительной технологии средствами баскетбола для детей старшего дошкольного возраста…… 316
Шайкина О.Л., Косорыгина К.Ю. Развитие интуитивного понимания лошади у спортсменов-конников через методы ипповенции……..... 321
Шляхтина А.А., Денисова Е.Н. Применение фиджитал-спорта в реабилитационном процессе: современное состояние и перспективы……. 328
Яковлев А.Н., Лукашевич И.В. Атлетическая гимнастика в системе физического воспитания вуза……..... 332

АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ВУЗА

Яковлев А.Н., Лукашевич И.В.
Полесский государственный университет, Пинск, Беларусь

Аннотация. *В статье рассмотрены вопросы по организации и проведению атлетической гимнастики в условиях функционирования вуза. Систематизированы данные, характеризующие особенности построения учебно-тренировочного процесса по атлетической гимнастике с учетом морфофункциональных показателей студентов.*

Ключевые слова: *студенты, атлетическая гимнастика, морфофункциональные показатели.*

ATHLETIC GYMNASTICS IN THE UNIVERSITY PHYSICAL EDUCATION SYSTEM

Yakovlev A.N., Lukashevich I.V.
Polesie State University, Pinsk, Belarus

Abstract. *This article examines the organization and implementation of athletic gymnastics in a university setting. It systematizes data characterizing the specifics of organizing the athletic gymnastics training process, taking into account the morphofunctional characteristics of students.*
Key words: *students, athletic gymnastics, morphofunctional characteristics.*

Введение. Формирование человеческого потенциала в процессе учебы в вузе отражает функции физической культуры в новых условиях, которые выходят за традиционные рамки воспитания физических качеств, способностей, обучения двигательным действиям, их уровень и развитие рассматриваются с позиций социального фактора, определяющего роль индивида в обществе.

Роль физической культуры как части общей культуры нельзя недооценивать, она оказывает влияние на воспитание физической культуры личности и формирование человеческой телесности, его «окультуривание» происходит в социокультурном пространстве общества.

Моделирование и организация процесса учебно-тренировочной деятельности организуется в соответствии с целевыми предпосылками, которые конкретно выражаются в задаваемой величине роста спортивного результата. Этот показатель определяет содержание, формы, организацию спортивной деятельности.

На уровне концептуального обоснования и подхода, физическая (соматическая) культура может быть встроена в единую систему приемлемых соотношений естественного, природного и искусственного, генетически обусловленного и социально детерминированного процесса [4, С. 53-60; 7; 8, С. 163-167; 9, Р.-437-483].

Объект исследования: физическое воспитание студентов, занимающихся атлетической гимнастикой и имеющих разные типы телосложения.

Предмет исследования: формы и средства атлетической гимнастики в условиях деятельности вуза.

Цель исследования. Выявить специфику влияния занятий атлетической гимнастикой на организм студентов в условиях функционирования учреждений образования и реализации образовательных и оздоровительных программ, направленных на развитие физических качеств.

Обзор существующих научных материалов по теме.Ретроспективный анализ научной, методической и специальной литературы, научные исследования автора дают возможность полагать, что в кризисной ситуации обществу необходима разработка новой концепции, соответствующей требованиям современной логики, методологии науки, органично вписывается в общую теорию культуры личности и общества, позволяет поставить, решить круг философских, культурологических, социологических и педагогических проблем.

Главная особенность интегрального метода заключается в комплексном выполнении заданий для объединения в целое различных видов подготовки.

Ученый отмечал направленность физиологического воздействия - это: аэробные; анаэробно-лактатные; аэробно-анаэробные; анаболические; анаэробно-гликолитические; катаболические…» [1, 408 с.].

Дорохов Р.Н. отмечает: «…Сила зависит от количества задействованных актино-миозиновых мостиков, следовательно, от сближения z-линий.

В спортивных движениях основной управляющей системой является не простой рефлекс на растяжение, замыкающийся через спинной мозг, а более сложная следящая система - система управления.» [2, С.10-11].

Быченков, С.В. рассматривал основные методы физического совершенствования и принципы атлетических тренировок с описанием методик выполнения упражнений для различных групп мышц и подобраны комплексы упражнений для эффективных тренировок [3, 50 с.].

Пушкина, В.Н. в работе: «…Силовой тренинг: история, основы, тренировка» уделяет внимание видам блочных тренажеров -это верхняя тяга; разгибание ног сидя; сведение – разведение ног; баттерфляй; сгибание; кроссовер… [196 с.].

Материалы и методы исследования. Анализ научной и специальной литературы, педагогическое наблюдение, контрольные педагогические испытания (тесты), соматометрия, тензодинамометрия, гониометрия, пульсометрия, методы математической статистики.

Результаты исследования.Интеграция принципов атлетической гимнастики и научно обоснованного подхода к питанию позволяет достигать оптимальной адаптации организма, обеспечивая не только эстетические результаты, но и долгосрочное сохранение функциональности опорно-двигательного аппарата.

Атлетическая гимнастика (тренировки с отягощениями или весом собственного тела) является наиболее мощным стимулятором синтеза мышечного белка. Однако критический объем нагрузки при глубоком дефиците белка и энергии может спровоцировать повреждение соединительной ткани и усиленный катаболизм [2-4].

Исследование проводилось среди студентов (n=20) и включало три этапа:

Первый этап (подготовительный): анализ научно-методической литературы; разработка анкеты; определение цели и задач исследования.

Второй этап (основной): проведение первичной диагностики уровня интереса; внедрение комплекса педагогических мероприятий$ педагогическое наблюдение за обучающимися.

Третий этап (заключительный): повторная диагностика уровня интереса; обработка и анализ результатов.

Полученные данные, свидетельствуют о значительном улучшении отношения студентов к занятиям атлетической гимнастикой. Количество обучающихся с положительным отношением увеличилось с 7 до 12 студентов (+25%), что указывает на формирование ценностного восприятия физической активности.

Таблица 1 – Динамика отношения к занятиям атлетической гимнастикой (до и после эксперимента в ПолесГУ)

Отношение	До (кол-во)	После (кол-во)	Разница (± чел.)	Изменение (%)

Положительное	7	12	+5	+25%
Нейтральное	8	6	-2	-10%
Отрицательное	5	2	-3	-15%
Итого	20	20	—	—

Число студентов с нейтральным отношением снизилось на 2 человека (-10%), что связано с их переходом в категорию с положительным отношением.

Особенно важным является снижение количества студентов с отрицательным отношением с 5 до 2 человек (-15%), что свидетельствует о преодолении негативных установок и снижении уровня психологического дискомфорта при занятиях.

Заключение и выводы. Внедрение разработанной методики оказало значительное положительное влияние на уровень мотивации и отношение к занятиям атлетической гимнастикой. Зафиксирована устойчивая положительная динамика по всем ключевым показателям, что подтверждает целесообразность использования предложенного комплекса в практике физического воспитания студентов.

Полученные данные позволяют утверждать, что системное воздействие на мотивационную и эмоциональную сферу является эффективным средством формирования устойчивого интереса к физической активности и здоровому образу жизни.

В ходе практического исследования был выявлен исходный уровень интереса студентов к занятиям атлетической гимнастикой: высокий уровень имели 25% обучающихся, средний — 45%, низкий — 30%. Положительное отношение к занятиям продемонстрировали 35%, нейтральное — 40%, отрицательное — 25%, что свидетельствует о недостаточной сформированности устойчивой мотивации.

На основе полученных данных был разработан и внедрён комплекс педагогических мероприятий с учётом психологических особенностей обучающихся.

Контрольный этап показал положительную динамику: доля студентов с высоким уровнем интереса увеличилась с 25% до 45% (+20%), а с низким снизилась с 30% до 15% (-15%). Количество студентов с положительным отношением возросло с 35% до 60% (+25%), тогда как с отрицательным уменьшилось с 25% до 10% (-15%).

Список литературы

1. Виноградов Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: учебник / Г.П. Виноградов, И.Г. Виноградов - М.: Спорт, 2017. – 408 с.

2. Быченков С.В. Атлетическая гимнастика для студентов: учебно-методическое пособие / С.В. Быченков. — Саратов: Вузовское образование, 2016. — 50 с.

3. Дорохов Р.Н. Современный взгляд на проблему морфо-биомеханических состояний мышц в зависимости от их силовой динамики / Р.Н. Дорохов, В.П. Губа // Теория и практика физической культуры. - 2002. - № 5. – С.10-11.

4. Лукашевич И.В. Влияние атлетической гимнастики на уровень физической подготовленности студентов / И.В. Лукашевич, А.Н. Яковлев // Веснік Палескага дзяржаўнага універсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук. - 2025. - № 2. - С. 53-60.

5. Пушкина В.Н. Силовой тренинг: история, основы, тренировка / В.Н. Пушкина. - Архангельск: САФУ, 2012. – 196 с.

6. Развитие силовой выносливости в пауэрлифтинге: методические рекомендации / сост. И. А. Сидорова. – Ульяновск: УлГТУ, 2023. – 16 с.

7. Федерация AWPC/AWPA-Россия [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.wpc-wpo.ru

8. Яковлев А.Н. Трансформации педагогических технологий физкультурно-спортивной деятельности в условиях деятельности высшей школы / А.Н. Яковлев // Международный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика: электронное научное издание. - 2021. - №S1(29). - С. 163-167.

9. Ware J.E. The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). Conceptual framework and item sekection / J.E. Ware, C.D. Sherburn // Med. Care. - 1992. - Vol.30. - P.-437-483.

Министерство спорта Российской Федерации
Администрация Смоленской области
ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта»
Российская Федерация Баскетбола
Федерация баскетбола Смоленской области
Автономная некоммерческая организация «Центр современных спортивных технологий Концерна Росэнергоатом»

«АТОМНАЯ ЭНЕРГИЯ СПОРТА: ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ»

Материалы
VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием

(21-23 мая 2026 года)

Дата сдачи в печать 23.09.2026 г. Формат 60x841/16.
Усл. печ. л. 21,13. Тираж 500 экз. Заказ № 26/145.

Отпечатано в ФГБОУ ВО «СГУС»,
г. Смоленск, проспект Гагарина, 23.

ISBN 978-5-94578-224-2

