

# XXIII

## ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ



Коломна  
2013

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**  
**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  
*ГАОУ ВПО «Московский государственный областной социально-  
гуманитарный институт»*

**РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ**  
**Институт возрастной физиологии**

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ**  
**Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и  
спорта**

**XXIII МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ  
ПО ПРОБЛЕМАМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ  
«ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В  
ИЗМЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ»  
(МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ)**

Коломна 2013

УДК 796 (063)  
ББК 75 я 431  
Ч-39

Рекомендовано к изданию редакционно-  
издательским советом «Московского государственного  
областного социально-гуманитарного института»

Рецензенты –

Железняк Ю.Д. – доктор пед. наук, профессор,

Петунин О.В. – доктор пед. наук, профессор.

Ч-39 XXIII Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире» (Материалы конференции) / Министерство образования Московской области ГАОУ ВПО «Московский государственный областной социально-гуманитарный институт» [и др.] - Коломна: МГОСГИ, 2013. – 549 с.

ISBN 978-5-98492-177-0

В настоящий сборник вошли материалы научных исследований, присланные на научно-практическую конференцию по проблемам состояния здоровья и физического воспитания учащихся школ, средних учебных заведений, Вузов и рассмотренные редакционной комиссией. В прошедших конкурсах работ отражается сегодняшнее состояние науки о физическом воспитании и спорте в РФ, и анализируются пути совершенствования двигательной сферы детей, подростков, молодежи, улучшения состояния их здоровья. Конференция проходила с 27 сентября по 29 сентября 2013 года. В её программе работало пять секций, на которых обсуждались следующие вопросы: 1) Аспекты состояния здоровья детей и учащихся, здоровьесберегающие технологии; 2) Физическая культура детей, подростков, учащихся и молодежи в современном мире; 3) Подготовка и переподготовка педагогических кадров по физической культуре; профессионально-прикладная физическая культура; 4) Перспективы подготовки спортивных резервов; 5) Теоретико-практические вопросы общей педагогики и человековедения.

Сборник предназначен для научных работников, учителей и преподавателей физического воспитания, методистов по оздоровительной физической культуре, врачей и специалистов по лечебной физкультуре, тренеров по спорту, студентов педагогических и физкультурных специальных учебных заведений.

Редакционная комиссия:

Отв. редактор: Прокудин Б.Ф.

Редакционная комиссия: Бакланов Л.Н.(Коломна), Голощапов Б.Р. (Москва), Елина Н.В.(Коломна), Ефремова Е.В. (Коломна), Веселкин М.С. (Коломна), Квашук П.В. (Москва), Лях В.И. (Польша), Максименко Г.Н.(Украина), Сонькин В.Д. (Москва), Тарасова Л.В. (Москва), Усманходжаев Т.С. (Узбекистан), Чепулинес А.(Литва), Швец Г.В. (Коломна).

ISBN 978-5-98492-177-0

© Московский государственный  
областной социально-гуманитарный институт

самооценки Текст. / Г.В. Лозовая // Психологические основы педагогической деятельности / под ред. А.Н. Николаева. СПб.: Издательство СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000, вып. 5. - 115 с.; 5. Мартене Р. Социальная психология и спорт Текст. / Р. Мартене. - М.: ФиС, 1979. 176 с.; 6. Медведев В.В. Психологические особенности спортсменов Текст. / В.В. Медведев. М.: РГАФК, 1993. – 128 с

## СООТНОШЕНИЕ НАГРУЗОК РАЗЛИЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В ГОДИЧНОМ МАКРОЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ИГРОКОВ В ФУТЗАЛ

Костюнин А.В.

ГУ «Луганский национальный университет имени Т.Шевченко», г. Луганск, Украина

**Аннотация.** В статье представлены показатели соотношения тренировочных нагрузок различной направленности юных спортсменов занимающихся футзалом на этапе базовой специализированной подготовки в годичном макроцикле.

**Resume.** In the article the indexes of correlation of the training loading of different orientation of young sportsmen are presented engaging in futzal on the stage of the specialized base preparation in a circannual macrocycle.

**Ключевые слова:** футзал, спортсмены, нагрузки, показатели, физические качества, подготовка.

**Keywords:** futzal, sportsmen, loading, indexes, physical internalss, preparation.

**Актуальность.** На сегодняшний день футзал является одним из наиболее стремительно развивающихся видов спорта во всем мире. Зрелищность и доступность этого вида спортивных игр притягивает все большее количество зрителей и поклонников этой разновидности самой популярной игры. Увеличивается число детско-юношеских секций и школ, специализирующихся именно в подготовке спортсменов по футзалу. Растет уровень соревнований от юношеских до профессиональных. Регулярное проведение чемпионатов Европы и Мира по футзалу делает его только популярнее и зрелищнее.

Учитывая динамичную тенденцию развития футзала во многих странах, а также повышение уровня мастерства в национальных сборных командах, возникла потребность в воспитании спортсменов, специализирующихся именно в этом виде спорта.

Одной из актуальных сторон в подготовке юных спортсменов специализирующихся в футзале является – проблема оптимизации построения тренировочного процесса игроков в годичном макроцикле, именно потому, что такой цикл является основной структурной единицей процесса подготовки [3, 4, 5, 6].

По данным специалистов, под понятием – оптимизация, необходимо считать – использование рационального соотношения различных нагрузок на протяжении годичного макроцикла [3, 4, 5, 6, 7, 8].

Как свидетельствует анализ литературных источников, в данное время проблема поиска оптимальных соотношений тренировочных нагрузок в футзале остается нерешенной. Поэтому важным является обоснование рациональных схем построения годичных макроциклов с учетом основных положений теории и методики спортивной тренировки.

Как известно, только при условии использования определенных положений, разработанных для каждого из этапов многолетнего совершенствования, возможно достижение максимального, для данного индивидуума, результата [3, 4, 5, 6, 7, 8].

Результаты исследования. По данным анализа литературных источников, педагогических наблюдений за тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов установили, что именно использование традиционных схем построения годичных макроциклов в футзале не позволяет обеспечить постепенное увеличение мастерства игроков в более взрослом возрасте.

Вышеизложенное обусловило проведение исследования по определению объема нагрузок различной направленности в годичном макроцикле у юных спортсменов специализирующихся по футзалу на этапе базовой специализированной подготовки.

На рис. 1 представлено распределение тренировочных нагрузок в годичном макроцикле по их направленности:

- на развитие быстроты – 5 %;
- на развитие скоростно-силовых качеств – 8 %;
- на развитие гибкости – 7 %;
- на развитие специальной выносливости – 7 %;
- на развитие общей выносливости – 9 %;
- на совершенствование технико-тактического мастерства – 64 %.

Количественные характеристики распределения нагрузок по месяцам различной направленности представлены следующим образом:

Сентябрь: быстрота – 2 %, скоростно-силовые качества – 11 %, гибкость – 11 %, специальная выносливость – 12 %, общая выносливость – 4 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 60 %.

Октябрь: быстрота – 6 %, скоростно-силовые качества – 8 %, гибкость – 7 %, специальная выносливость – 3 %, общая выносливость – 4 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 72 %.

Ноябрь: быстрота – 6 %, скоростно-силовые качества – 4 %, гибкость – 5 %, специальная выносливость – 5 %, общая выносливость – 3 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 77 %.

Декабрь: быстрота – 3 %, скоростно-силовые качества – 3 %, гибкость – 6 %, специальная выносливость – 3 %, общая выносливость – 3 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 82 %.

Январь: быстрота – 4 %, скоростно-силовые качества – 4 %, гибкость – 3 %, специальная выносливость – 7 %, общая выносливость – 5 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 77 %.

Февраль: быстрота – 5 %, скоростно-силовые качества – 5 %, гибкость – 5 %, специальная выносливость – 7 %, общая выносливость – 3 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 75 %.

Март: быстрота – 3 %, скоростно-силовые качества – 12 %, гибкость – 5 %, специальная выносливость – 7 %, общая выносливость – 5 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 67 %.

Апрель: быстрота – 8 %, скоростно-силовые качества – 9 %, гибкость – 7 %, специальная выносливость – 5 %, общая выносливость – 6 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 65 %.

Май: быстрота – 7 %, скоростно-силовые качества – 15 %, гибкость – 15 %, специальная выносливость – 4 %, общая выносливость – 7 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 52 %.

Июнь: межсезонный перерыв.

**Июль:** быстрота – 7 %, скоростно-силовые качества – 7 %, гибкость – 3 %, специальная выносливость – 25 %, общая выносливость – 60 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 2 %.

**Август:** быстрота – 3 %, скоростно-силовые качества – 8 %, гибкость – 5 %, специальная выносливость – 2 %, общая выносливость – 2 %, развитие и совершенствование технико-тактического мастерства – 80 % (рис. 2).

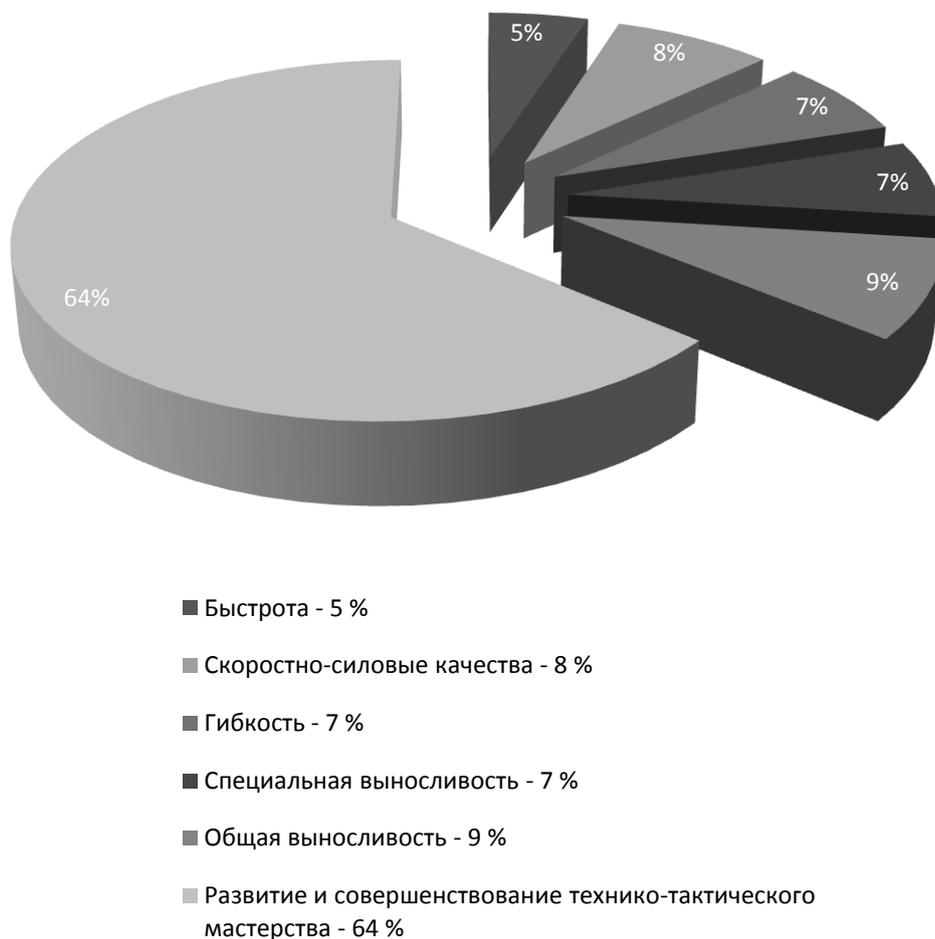


Рис. 1 Соотношение нагрузок различной направленности в годичном цикле подготовки юных игроков в футбол (%)

При выполнении упражнений, которые имеют скоростно-силовую направленность работы, объем выполнения данных нагрузок изменяется в пределах от 3 % до 15 % имея максимальный показатель в мае месяце. Упражнения, которые направлены на развитие гибкости, больше всего использовались в сентябре месяце и имеют показатель – 11 % (начало соревновательного периода) и в мае месяце (конец соревновательного периода) с показателем – 15 % от общего объема нагрузок в годичном цикле.

Упражнения, которые направлены на развитие специальной выносливости, имеют наиболее высокие показатели в конце соревновательного периода – май месяц, с показателем – 15 %; также во время межсезонных сборов в июле месяце – 25 % и в начале соревновательного периода, в сентябре месяце с показателем – 12 % от общего объема выполненных упражнений.

При выполнении упражнений, которые направлены на развитие общей выносливости установлено, что на протяжении годичного цикла тренировок показатели

изменяются в пределах от 2 % до 60 % от общего объема выполненной тренировочной нагрузки и максимально их используют в подготовке игроков в футзал в период межсезонных сборов в июле месяце – 60 % от общего объема выполненных упражнений.

Наибольшее внимания в процессе подготовки игроков в футзал уделяют работе над развитием и совершенствованием технико-тактических навыков. Так, показатели выполнения технико-тактических упражнений в годичном макроцикле имеют, кроме периода межсезонных сборов (июль – 2 %) показатель от 52 % до 82 % от общего объема выполненных упражнений.

Выводы: 1. Полученные результаты проведенного исследования показали, что при построении тренировочного процесса в подготовке юных спортсменов занимающихся футзалом на этапе базовой специализированной подготовки, необходимо уделять повышенное внимание на развитие наиболее приоритетных физических качествах, а именно – быстроту, скоростно-силовым качествам и специальной выносливостью. Учитывая то, что ряд специалистов [1, 2, 3, 7] относят футзал к скоростно-силовому виду спортивных игр с большим объемом игровых действий, которые требуют максимального проявления в игре скоростных и скоростно-силовых качеств, а также особенного внимания к развитию специальной выносливостью.

2. Использование повышенного объема упражнений, направленных на развитие вышеупомянутых приоритетных качеств сочетается с работами ряда специалистов [1, 2, 3, 4, 5, 7, 8], которые считают целесообразным развивать скоростные способности именно в юношеском возрасте.

Литература. 1. Алиев Э. Г. Организация работы секции мини-футбола / Э. Г. Алиев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – Вып. 1 (35). – С. 3-5; 2. Андреев С. Н. Мини-футбол. / С. Н. Андреев, В. С. Левин // Методическое пособие – Липецк: ГУ РОГ “Липецкая газета”, 2004. – 496 с.; 3. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов. / Г.А. Лисенчук / – К.: Олимпийская литература 2002. – 271 с.; 4. Лобановский В. В. Концепция формирования и принципы подготовки сборной страны / В. В. Лобановский // Футбол: Ежегодник 1983.- М.: Физкультура и спорт, 1983.- С. 4-6; 5. Максименко Г. Н. О критериях оценки интенсивности тренировочных нагрузок у специализирующихся по спортивным играм / Г. Н. Максименко и др. // Теория и практика физ. культуры. - 1978. - № 9. – С. 12 – 15; 6. Максименко И. Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. / И. Г. Максименко / – Луганск: Знание, 2000. – 276 с.; 7. Максименко И. Г. Основы отбора, обучения и тренировки футболистов / И. Г. Максименко / – Луганск: Знание, 2002. – 424 с.; 8. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: история развития и современное состояние / В. Н. Платонов // Наука в олимпийском спорте. Спец. вып. – 1999.-С. 3-32; 9. Филин В. П. Спортивная подготовка как многолетний процесс // Современная система спортивной подготовки / В. П. Филин / - М.: СААМ, 1995.- С. 351-389.

## СОДЕРЖАНИЕ

НОВОЕ ВРЕМЯ, НОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УЧИТЕЛЮ.....	3
<b>РАЗДЕЛ I. «АСПЕКТЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, УЧАЩИХСЯ; ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ»</b>	
Босенко А.И., Орлик Н.А., Клименко Е.В., Волощенко Е. К. Физическая работоспособность девочек 7-16 лет по данным тестирования с реверсом (Одесса, Украина).....	7
Васильева В.А., Павлычева Л.А., Шумейко Н.С. Ансамблевая организация в двигательной, зрительной и задней ассоциативной областях коры большого мозга у детей от 8 до 12 лет (Москва).....	11
Васильева Р.М. Типы реакций центральной гемодинамики на физическую нагрузку различной интенсивности у детей 11-12 лет (Москва).....	16
Воронина Г.А., Касьянов В.Н., Глухих Л.Н., Чебоксарова Я.Н. Анализ состояния здоровья учащихся с признаками синдрома дефицита внимания и гиперактивности (г. Киров).....	19
Герасевич А.Н., Кохович Е.И., Щеновский Ю.И. Особенности отдельных показателей физического развития и состояния стопы у детей 3-6 лет (г. Брест, Беларусь).....	24
Гурова О.А., Карасева Н.В. Влияние дневной учебной нагрузки на состояние сердечно-сосудистой системы и внимание у студентов (Москва).....	28
Журавлев А.К., Федулов А.И., Туманов А.А. Состояние здоровья у различных профессиональных групп и значение стресса при современном финансово – экономическом кризисе в России (Москва).....	30
Кожухова В.К. Изменение суточных биоритмов показателей системы кровообращения у женщин (г. Ярославль).....	32
Криволапчук И. А., Чернова М.Б., Баранцев С.А., Полянская Н.В., Лях В.И. Функциональное состояние детей 10–11 лет в зависимости от уровня развития выносливости (Москва).....	35
Криволапчук И.А., Чернова М.Б., Герасимова А.А. Функциональное состояние детей 5-6 лет при напряженной деятельности в зависимости от уровня физической работоспособности по тесту PWC <sub>170</sub> .....	37
Легостаев Г.Н., Читайкина Н.Б., Сергутина М.И. Практическая значимость теоретической медико-биологической подготовки выпускников факультета физической культуры и спорта (Коломна).....	38
Лезжова Г.Н. Особенности состояния здоровья школьников 10-11 лет города Москвы (Москва).....	41
Окань Т.В., Новолодская Г.В., Лезжова Г.Н. Здоровьесберегающие технологии в ГБОУ ЦО №1240 (Москва).....	46
Панфилов О.П., Борисова В.В., Шестакова Т.А., Руднева Л.В., Давиденко В.Н. Теоретико-методические аспекты инновационных фитнес - технологий в физическом воспитании детей (Тула).....	50
Панфилов О.П., Павелкина С.В., Сорвачев В.В. Особенности проявления психомоторных и физических способностей детей с разным типом телосложения (Тула).....	55
Пугин С.В., Панфилов О.П., Шароваров Д.М. Влияние средств мини-футбола на развитие двигательных функций школьников (Тула).....	59
Романчук А.П. Центральная гемодинамика квалифицированных спортсменов при выполнении дыхательных тестов (г. Одесса, Украина).....	62
Соболев А.Г., Синогина Е.С. Анализ здоровья школьников по результатам самооценки (г. Томск).....	66

Соколкина В.А. Генетические и средовые детерминанты в изменчивости способности детей 7-10 лет воспроизводить пространственные и силовые параметры движения (г. Москва).....	70
Холодов С.А., Бобро Е.В., Шоп М.П. Реабилитационные спа-технологии в системе реабилитации больных с начальными формами обменных и сосудистых нарушений (г. Одесса, Украина).....	74
Христовая Т.Е., Казакова С.М., Казаков Е.А. Состояние здоровья студентов юга Украины (г. Мелитополь, Украина).....	79
Цехмистренко Т.А., Исмаилов Ф.Р., Гарибов А.Г. Структурные преобразования коры вестибулярного мозжечка в постнатальном онтогенезе (Москва).....	83
Чайченко М.В.Изменение показателей морфофункционального развития детей старшего дошкольного возраста при использовании специально-корректирующих упражнений на занятиях по физическому воспитанию в ДОУ (Коломна).....	85
Чернова М.Б., Полянская Н.В., Герасимова А.А., Кесель С.А. Мышечная работоспособность и двигательная подготовленность тревожных детей младшего школьного возраста (Москва, Гродно – Беларусь).....	88
Якушева М.Ю. Профилактические технологии здоровья (г. Екатеринбург).....	90

## **РАЗДЕЛ II. "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ, УЧАЩИХСЯ И МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ"**

Алхасов Д.С. Педагогические технологии преподавания уроков физической культуры в соответствии с современными требованиями (г. Ногинск).....	93
Бабенкова Е.А., Васенин Г.А. Двигательная активность учащихся 12-14 лет в школе «полного дня» на основе системного построения больших и малых форм занятий (г. Москва).....	97
Баранцев С.А., Криволапчук И.А., Чернова М.Б., Герасимова А.А., Полянская Н.В., Жадько А.В. Эффективность физических упражнений и коррекционно-развивающих занятий в начальный период адаптации первоклассников к школе (Москва).....	100
Брусак А.М. Правила и методика самостоятельных занятий физическими упражнениями (г. Луганск).....	102
Брусак А.М. К вопросу об организации урока физической культуры на основе системного подхода (г. Луганск).....	104
Глазкова Г.Б., Парфенова Л.А. Интегративный подход в физическом воспитании учащихся среднего школьного возраста, имеющих отклонения в состоянии здоровья (г. Ульяновск).....	108
Елина Н.В. Структура двигательной подготовленности современных выпускников начальных классов (Коломна).....	114
Елина Н.В. Технология уроков физической культуры в начальных классах на основе упорядоченного использования подвижных игр (Коломна).....	119
Ефремова Е.В., Грязнов В.Б. Совершенствование выносливости у школьников на уроках физической культуры (Коломна).....	125
Ефремова Е.В., Грязнов В.Б. Оценка уровня работоспособности учащихся среднего школьного возраста (Коломна).....	129
Золотова М.Ю. Влияние физических упражнений аэробного характера на функциональные показатели у девушек 16 – 17 лет на уроках физической культуры (Коломна).....	132
Золотова М.Ю. Педагогические условия формирования здорового образа жизни младшего школьника в рамках физкультурно-оздоровительной работы в школе (Коломна).....	136
Колесников А.А. Проблемы подготовки учащихся старшего школьного возраста к прохождению военной службы (Ногинск).....	141

Колотильщикова С. В. Лабораторные работы по физической культуре в современной школе (г. Москва).....	143
Копылов Ю.А., Ивашина И.В., Акуткина Е.В. Проблема снижения эффективности усвоения учебного материала на уроках физической культуры (Москва).....	149
Ложечка М.В. Особенности формирования двигательных умений и навыков школьников в процессе занятий сумо (Луганск).....	154
Макаренко Н.В., Лизогуб В.С., Пустовалов В.О. Дифференцированное оценивание физической подготовленности учеников с использованием компьютерной программы «физкульт-ура» (Черкасск).....	158
Малахаева О.А. Модернизация физкультурного образования обучающихся на уроках физической культуры общеобразовательного учреждения с использованием элементов фитнес-аэробики (г. Москва).....	162
Матвеев А.П., Назаркина Н.И. «Планируемые результаты» - новая парадигма оценивания качества образования по физической культуре в средних общеобразовательных организациях (г. Москва).....	166
Погадаев Г.И. Организация физкультурно-спортивной деятельности учителя в школе (Одинцово).....	168
Разинов Ю.И. Уровень физического и функционального развития детей младшего школьного возраста (г. Москва).....	171
Рудякова И.В. Развитие координационных способностей старших школьников средствами комплексной аэробики (г. Чита).....	175
Скляр М. С. Аттестационный экзамен на пояса как инструмент контроля формирования специальных умений и навыков у школьников на внеклассных занятиях по каратэ (г. Луганск).....	177
Федорова М.Ю. Технология развивающего обучения техническим действиям по баскетболу младших школьников (г. Чита).....	180
Чайченко М.В. Изменение показателей морфофункционального развития детей старшего дошкольного возраста при использовании специально-корректирующих упражнений на занятиях по физическому воспитанию в ДОУ (Коломна).....	186

### **РАЗДЕЛ III. "ПОДГОТОВКА И ПЕРЕПОДГОТОВКА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ; ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"**

Аблеев А.Ю., Карпинский А.Е. Влияние профессионально-прикладной физической подготовки на работоспособность студенток МГТУ ГА (г. Москва).....	189
Барковская М.Н., Барковский О.Я. Обучение технике и тактике баскетбола детей 12-13 лет на секционных занятиях в школе (г. Москва, г. Мытищи).....	191
Боброва Г. В. Мотивационно-целевое развитие воспитанников как компонент опережающего образования на примере кафедры физической культуры (г. Оренбург)...	192
Борисова О.А., Симаков В.В. Изучение сердечно-сосудистой и дыхательной систем на занятиях физической культурой с помощью функциональных проб (Москва).....	196
Борисова О.А., Чибриков Э.А., Якушин С.А. Исследования уровня физической подготовленности у студентов – первокурсников МГОУ за последние три года (г. Москва).....	200
Бурмистрова Н.И., Склярова Р.И. Сравнительная характеристика состояния здоровья и адаптации студентов первых курсов к обучению в ВУЗЕ (Коломна).....	203
Винокуров Ю.И. Индивидуализация физической подготовки с учетом особенностей физического развития и интересов – залог успешной адаптации выпускника в профессионально-трудовой деятельности (Коломна).....	205
Галанова Л.В., Галанов В.Ф. Формирование ЗОЖ студентов-педагогов на занятиях физической культурой (Коломна).....	209

Дашиева Д.А., Рудякова В.Б. Особенности физиологических показателей сердечнососудистой системы студентов в процессе обучения в ВУЗЕ (г. Чита).....	211
Егоров М.И. Организационно-методические подходы при обучении ударной техники у людей без специальных знаний (г. Москва).....	214
Ежков В. С. Повышение двигательной подготовки студентов, будущих инженеров механиков (Коломна).....	215
Епифанов К.Н. Целевые установки студентов вузов физической культуры (Москва).....	218
Епифанов К.Н. Физкультурно-спортивная активность студентов при выборе профессии спортивного педагога (г. Москва).....	221
Железняк Ю.Д. Магистерская программа на основе концепции физкультурного образования (г. Москва).....	224
Иванчикова С. Н. Функции фитнеса в формировании культуры здоровья студентов высших учебных заведений (г. Луганск).....	226
Ковачева И.А. Потребности и мотивы занятий физической культурой и спортом у студентов (г. Коломна).....	229
Лапшин А.В., Алексеев Н.И. Двигательная активность как главная составляющая здорового образа жизни студента (г. Москва).....	233
Львова Т.Г. Тестирование двигательных способностей и оценка эффективности физической подготовки у студентов (г. Москва).....	237
Маскаева Т.Ю. Оптимизация физического воспитания студенток экономического ВУЗа (г. Москва).....	240
Нечаев А.В. Некоторые вопросы обоснования использования специальных тренировочных средств в подготовке гребцов-академистов к соревнованиям (г. Коломна).....	243
Нечаев А.В. Некоторые аспекты индивидуального подхода к тренировке студентов МГОСГИ (г. Коломна).....	245
Перова Г.М. Пути совершенствования физического воспитания студенток подготовительной группы в высшей школе (г. Коломна).....	247
Петунин О.В., Бакланов Л.Н., Веселкин М.С. К системе педагогического самоопределения абитуриентов и студентов физкультурного профиля (г. Коломна).....	250
Прижановская А. А. Волейбол как одно из средств физического воспитания студентов в ВУЗе.....	255
Пронина Н.И. Проблемы адаптации молодых специалистов в средней общеобразовательной школе (г. Москва).....	258
Сава П.А., Илеску С.В. Карточка «паспорт здоровья» - средство информирования ученика о некоторых компонентах его физического здоровья (г. Кишинэу, Республика Молдова).....	261
Созинова Т. В., Часовских А. А. Влияние физической культуры на функциональное состояние студенток в зачетный период (г. Тольятти).....	263
Сынкова Н.А. Психофизиологическое развитие студентов педагогического колледж (г. Киселёвск).....	265
Сыч С.П. Современные образовательные технологии с использованием проектной деятельности и интернет-сервисов.....	267
Яковлев Д.С., Володин В.Н., Васильев Б.Ю. Характеристика физической подготовленности абитуриентов поступающих в военное училище (военный институт) (г. Тюмень).....	269
Якубовская А.Р., Васильева Т.В. Особенности профессионально-прикладной физической культуры для студентов гуманитарных вузов с отклонениями в поведении (Москва).....	272

#### РАЗДЕЛ IV "ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА"

Алхасов Д.С.Тренировочные занятия в восточных единоборствах на этапе начальной подготовки (Ногинск).....	275
Арчакова А.Т. Взаимосвязь технической и специальной физической подготовленности учащихся, занимающихся прыжками в воду (г. Луганск, Украина).....	279
Беляева Н.А. Перспективы развития зимнего полиатлона в московском регионе (г. Москва).....	280
Булычева Т.И. Авторитетность теоретической подготовки и ее влияние на спортивный результат в спортивных школах (Коломна).....	284
Германов Г.Н. О структурном и функциональном в понимании тренировочного задания: к исходным основам построения спортивной тренировки (г. Москва).....	288
Губа В.П., Пресняков В.В. Педагогический контроль и разработка интегральных показателей различных уровней подготовки в мини-футболе (футзале) (г. Смоленск)....	292
Гужва Е. И. Влияние вилозена на системный иммунитет у людей, которые занимаются спортом (г. Луганск).....	296
Дугаева Н.С. К вопросу развития свойств внимания у юных дзюдоистов (п. Малаховка).	299
Епифанов К.Н. Физкультурно-спортивная активность студентов при выборе профессии спортивного педагога (Москва).....	303
Епифанов К.Н. Целевые установки студентов вузов физической культуры (г. Москва)....	306
Ермаков В.А., Меркулова И.В., Иванов С.В. Конструирование технологической основы первоначального обучения баскетболистов технико-тактическим действиям (г. Тула)....	308
Климова В.А. Взаимосвязь самооценки спортсменов и успеха в спортивной деятельности (г. Луганск).....	312
Костюнин А.В.Соотношение нагрузок различной направленности в годичном макроцикле подготовки юных игроков в футзал (г. Луганск).....	315
Лобанов Н.А. Проблемы подготовки спортивного резерва в России (г. Москва).....	319
Лобко В. С. . Особенности проведения занятий пауэрлифтингом со студентами с нарушениями опорно-двигательного аппарата (г. Луганск).....	323
Ложечка М.В. Специфические признаки сумо как вида спорта (г.Луганск).....	327
Максименко Г. Н. Характеристика уровня развития силы спортсменов в различных видах спортивных игр (г. Луганск).....	331
Максименко Г. Н Спортивный результат и характеристики физической подготовленности женщин в беге на 400 м (г. Луганск).....	334
Максименко И. Г. Исследование показателей физической подготовленности футболисток в соревновательном и подготовительном периодах (г. Луганск).....	335
Максименко И. Г. Характеристика этапа предварительной базовой подготовки в спортивных играх (г. Луганск).....	340
Максименко Ю.Д. О потребности современных детей младшего школьного возраста в двигательной активности и нагрузке (Ногинск).....	344
Михайлов Н.Г., Рыбакова М.А. О содержании питчерской тренировки в софтболе (Москва).....	347
Нематов Б.И. Использование упражнений барьерного бега в подготовительных группах ДЮСШ (Ташкент, Узбекистан).....	349
Никитушкин В.Г, Ахапкин В.Н.Методика ориентации и отбора детей 10-13 лет в виды спорта скоростно-силовой направленности.....	354
Никитушкина Н.Н.Методика набора в детско-юношеские спортивные школы.....	357
Николаев А.А, Хорунжий К.А.Применение статодинамических упражнений для повышения силовых способностей подростков 14-17 лет на этапе начальной подготовки в силовом троеборье (Смоленск).....	360
Прокудин Б. Ф., Бакланов Л. Н., Ефремова Е. В. Выносливость и зоны относительной интенсивности циклических упражнений (Коломна).....	362

Родин А.В., Погорелый М.В., Палев В.А. Сравнительный анализ технико-тактической подготовленности квалифицированных волейболистов специализирующихся в классическом и пляжном волейболе (Смоленск).....	366
Робаева М. А. Некоторые показатели гомеостаза у спортсменов при употреблении назоферона (г. Луганск).....	371
Саенко В. Г., Дубовой В. В. Организация тренировочных занятий с юными пауэрлифтерами (г. Луганск).....	374
Самер Дмор. Основы воспитания двигательных качеств школьников младшего и среднего возраста на занятиях футболом (г. Луганск) .....	379
Самоленко Т.В., Апайчев А.В., Криворученко Е.В. Типологические особенности нервной системы квалифицированных спортсменов, специализирующихся в беговых видах легкой атлетики (с. Чурапса, Республика Саха - Якутия).....	283
Скорович С.Л., Губа В.П. Анализ скоростных способностей футзалистов сборной команды россии в процессе подготовки к чемпионату Европы 2012 года (Москва).....	387
Тамбовцева Р.В. Развитие процессов адаптации в ходе спортивной тренировки у юных спортсменов (Москва).....	389
Тарасова Л.В. Изменения основных энергетических систем в процессе специальной работы стрелков из лука (Москва).....	390
Тарасова Л.В., Тарасов П.Ю. Информативная оценка интенсивности тренировочной нагрузки стрелков из лука и тяжелоатлетов (Москва).....	392
Федорова М.Ю. Технология развивающего обучения техническим действиям по баскетболу младших школьников (г. Чита).....	394
Хорунжий К.А. Особенности организации начального этапа подготовки в силовом троеборье (г. Смоленск).....	397
Хорунжий К.А. Физическое развитие и физическая подготовленность современных юношей 14-17 лет (г. Смоленск).....	399
Хрусталеv Г.А. Оперативный контроль функционального состояния высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (г. Москва).....	401
Чеботарёва С.С. Состояние потока как оптимальное боевое состояние для спортсменов танцевальных видов спорта (г. Москва).....	403
Якунина В. А. Моделирование эмоционально-нравственной сферы спортсмена возможностями музыкального искусства (г. Оренбург).....	408
Якушев Д.С. Информативные критерии отбора детей в группы начальной подготовки ДЮСШ по спортивному ориентированию (г. Смоленск).....	412

## **РАЗДЕЛ V. "ЧЕЛОВЕК И ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЕ"**

Арансон М.В. Современные научные исследования по вольной и греко-римской борьбе (г. Москва).....	416
Баранов В.Н., Шустин Б.Н. Анализ тематики диссертационных работ по проблемам спорта (г. Москва).....	418
Батыргареева К. Р. Физическое воспитание детей и подростков - как показатель будущего страны (г. Уфа).....	422
Бессонова И.В. Упражнения с мячом на физкультурных занятиях с детьми-дошкольниками старшей группы (г. Коломна).....	423
Воронов А.В, Задонская Л.И., Малкин Р.В. Влияние теста с максимальной мощностью на форму позвоночника в сагиттальной плоскости у гребцов (Москва).....	428
Головнина А.П., Батыркаева Л.Д. Спорт как лекарство от постстрессового синдрома (г. Елабуга).....	429
Голощাপов Б.Р. История становления, развития и современного состояния проблем коммерциализации, профессионализации и любительства в олимпийском спорте (г. Москва).....	431

Горячева Н.Л. Внеклассная работа как важнейший фактор обучения иностранному языку в школе (г. Коломна).....	435
Гостиева Л.К., Цаллагова З.Б. Этнопедагогические традиции физического воспитания детей (г. Владикавказ, г. Москва).....	437
Жохов В.С. Предшественники комплекса ГТО (г. Раменское).....	440
Жохов В.С. Физическая культура и спорт в российской империи в конце XIX – начале XX века на примере бронницкого уезда (г. Раменское).....	444
Журавлев А.К.Современные экономические преступления и значение коррупции в развитии социально-экономического кризиса 2008-2012 г.г. в России (г. Москва).....	449
Зайцев А. С., Козырева О.А., Шварцкопф Е. Ю. Общепедагогическая подготовка будущих педагогов по физической культуре в структуре изучения курсов «теоретическая педагогика» и «практическая педагогика» (г. Новокузнецк).....	459
Кандаурова Н.В.Факторы, влияющие на развитие индустрии услуг сферы физической культуры и спорта (Москва).....	461
Кузнецов Г.В., Прокудин Б.Ф. Методы определение соотношения быстрых и медленных волокон мышц как основа совершенствования в видах легкой атлетики (г. Коломна).....	464
Кузнецов Г.В., Прокудин Б.Ф. Подготовка к бегу на 100 метров или в челночном беге учащихся и молодежи (г Коломна).....	468
Лупаштян А.Г.Информационно – коммуникативные технологии на уроках физической культуры (г. Коломна).....	471
Лыткина О.И.Функционирование немецких заимствований в русском языке (г. Луховицы).....	474
Назаров Ю. Н. О методологических основаниях анализа физической культуры (г. Шуя). 477	477
Намаканов Б. А., Щербакова В.Л., Платонова Е.Н Психология спорта: формирование стрессоустойчивости у спортсменов (Москва) .....	480
Нечаева Е.А. Анонимное социально-психологическое анкетирование школьников на предмет употребления психоактивных веществ (г. Коломна).....	481
Озолин Э.С., Шустин Б.Н.Некоторые современные научные разработки в легкой атлетике (виды выносливости) (г. Москва).....	483
Озолин Э.С., Шустин Б.Н.Некоторые современные научные разработки в спортивной гимнастике (г. Москва).....	487
Опейкин М.В., Павлов Н.В. Скоростно-силовая подготовка студентов на занятиях по каратэдо (г. Москва).....	489
Опейкин М.В. Изучение мотивации к занятиям физической культурой и спортом студентов нефизкультурного вуза (г. Москва).....	493
Перова Е.И., Гурин Я. В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс в современных условиях развития массового спорта в российской федерации (Москва)....	494
Перова Е.И. Государственная политика в области физической культуры и спорта и тенденции развития массового спорта в российской федерации (г. Москва).....	498
Приешкина А.Н., Юлбаева И.В. Активизация познавательной деятельности обучающихся старших классов на уроках ОБЖ (г. Омск).....	502
Рязанцев А.А. Самостоятельные занятия физическими упражнениями для совершенствования исполнительской техники баяниста (г. Астрахань).....	504
Стребкова Ж.В. Метод проектов в преподавании иностранного языка (г. Коломна).....	507
Стребкова Ж.В. Специфика преподавания иностранного языка на неязыковых факультетах (г. Коломна).....	510
Титова А.В. Методика подготовки юных гимнасток-художниц в период летнего лагерного сбора (г. Тула).....	515
Тома Ж.В., Чернецов В.Н., Григорьева О.Д. Понятие популяризации физической культуры (г. Пенза).....	518

Федотов Е. В. Физическая культура как объект научного и философского познания (г. Шуя).....	522
Хомутская Н.И. Звукоподражательные основы немецких коллоквиальных глаголов (г. Коломна).....	524
Шпилевая Е. В., Козырева О.А. Возможности и качество моделирования категорий социально-педагогического знания будущими педагогами по физической культуре (г. Новокузнецк).....	526
Юдинцева П. В., Козырева О.А. Практика моделирования определений категории «воспитание» как ресурс формирования культуры самостоятельной педагога по физической культуре (г. Новокузнецк) .....	529
Юшковская Е.С. Физическая культура и спорт в здоровом образе жизни студентов иркутского государственного университета (г. Иркутск).....	531
Юшковская Е.С. Место физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни студентов иркутского государственного университета (г. Иркутск).....	534
Якунина В. А. Моделирование эмоционально-нравственной сферы спортсмена возможностями музыкального искусства (г. Оренбург).....	536

*Научное издание*

**XXIII Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире»  
(Материалы конференции)**

**Редактор-составитель:** кандидат пед. наук, профессор Б.Ф. Прокудин

**Компьютерная верстка:** Е.В. Ефремова

Подписано в печать 3.09.2013. Бумага офсетная, формат 60x90/16  
Усл. печ. л. 25,8. Тираж 500. Заказ .....

Технический редактор: Сорникова М.Я.

**ГАОУ ВПО «Московский государственный областной социально-гуманитарный институт» -  
140411, г. Коломна, ул. Зеленая, 30**

Отпечатано с готового оригинал-макета  
в ГУП МО «Коломенская типография», 140400, г. Коломна, ул. III Интернационала, 2 а.  
Тел. 8 (496) 618-69-33, 8 (496) 618-60-16  
ИНН 5022013940. E-mail: bab40@yandex.ru