

# XXII

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



Коломна  
2012

**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**

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

УДК 796 (063)  
ББК 75 я 431  
Ч-39

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

Ч-39 XXII 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, 2012. – 509 с.  
ISBN 978-5-98492-154-1

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 5 октября по 7 октября 2012 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: Лях В.И. (Польша), Квашук П.В. (Москва), Сонькин В.Д. (Москва), Тарасова Л.В. (Москва), Усманходжаев Т.С. (Узбекистан), Чепулинес А. (Литва), Ефремова Е.В. (Коломна), Елина Н.В. (Коломна).

ISBN 978-5-98492-154-1

© Московский государственный  
областной социально-гуманитарный институт

максимально быстро отреагировать правильным защитным приемом. Это упражнение способствует не только развитию сообразительности, но и быстроты реакции.

Упражнение с партнером на дистанции. Ученики строятся в две шеренги и становятся друг напротив друга на расстоянии 3-5 м. Под счет тренера первая шеренга выполняет заданное атакующее действие, вторая защищается по воздуху. При этом задании очень важно соблюдать синхронность в шеренгах и в то же время нельзя допускать, чтобы защищающийся выполнил действие раньше бьющего.

Защита от нескольких соперников. Упражнение выполнялось на ограниченном пространстве. Целью учащегося ставилось не пропустить удар на протяжении максимального количества времени. Во избежание травматизма надевалось защитное снаряжение. По команде тренера ассистенты атаковали ученика поодиночке или синхронно в зависимости от задания, стараясь вытолкнуть защищающегося за пределы заданной зоны или окружить его, чтобы затем нанести точный удар.

Результаты исследования. В ходе годичного исследования по применению комплекса разработанных нами упражнений отмечены следующие результаты - к концу года в экспериментальной группе 80% учащихся успешно выполнили тест на сообразительность, заключающийся в правильном выборе защитного приема в ответ на показанное атакующее действие, в то время как в контрольной группе с заданием справились 65%. Таким образом предложенная нами методика доказала свою эффективность.

Выводы. Применение разработанных нами упражнений способствует формированию сообразительности юных каратистов и совершенствует их защитные навыки Ашихара каратэ.

Литература. 1. Ашихара-каратэ. Программа спортивной подготовки. – М., 2005. – 51 с.; 2. Захаров Е.Н., Карасев А. В. Сафонов А.А. Рукопашный бой: Самоучитель. - М.: Культура и традиции. 1992. - 240 с. ; 3. Степанов С.В. Теоретические и методологические основания многолетней специальной подготовки спортсменов в каратэ (стиль киокушинкай): Дис. докт. пед. наук. - Екатеринбург, 2004.- 417с.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ИГРОКОВ В ФУТЗАЛ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА ПРОТЯЖЕНИИ ГОДИЧНОГО МАКРОЦИКЛА

Костюнин А. В.

Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко, г. Луганск.

Summary. In the article the indexes of psyche-physiology internalss of players are presented in futsal of different qualification during the circannual macrocycle of preparation.

Актуальность. В профессиональном спорте, а отдельно в игровых видах, актуальными вопросами является исследование индивидуальных особенностей между спортсменами [1, 2, 4]. В исследовании для определения функционального состояния высшей нервной деятельности мы использовали методический подход Н. В. Макаренко, который применяется в его методике для оценки уровня функциональной подвижности нервных процессов (ФПП) по показателям максимальной скорости переработки информации.

Надёжность методики (Н. В. Макаренко с соавторами, 1984) была обоснована рядом экспериментальных работ, которые выполнялись на взрослых и детях [3, 4].

С помощью использования нами прибора «Диагност – 1», могут быть определены, также, латентный период зрительно-моторной реакции – простой и выбора одного или

двух из трёх сигналов. Показатель ФПНП определяют путем измерения максимально допустимого, для каждого испытуемого, сближение во времени опережающих и запаздывающих раздражителей.

Этот показатель представляет собой функцию нервной системы, которая зависит от суммы характеристик, во времени обеих нервных процессов, таким образом объективно отображает уровень их функциональной подвижности.

Учитывая вышеизложенное целью нашего исследования является – определение показателей психофизиологических качеств игроков в футбол разной квалификации.

Методы исследования: анализ литературных источников и опыта ведущих специалистов, а также экспериментальная методика исследования психофизиологических показателей на примере прибора «Дигност-1».

Результаты исследования. В таблице 1 представлены показатели психофизиологических качеств игроков в футбол разной квалификации.

В режиме «оптимальный режим» возможно получить значения латентного периода простой зрительно-моторной реакции (ЛП ПЗМР), реакции выбора одного сигнала из трех (ЛП РВ 1-3) и латентный период реакции выбора двух сигналов из трех (ЛП РВ 2-3).

При определении латентных периодов в тестах «РВ 1-3» и «РВ 2-3» мы использовали режим 30 сигналов с экспозицией 0,9 с. Во всех упражнениях был выбран предметный вид раздражителя.

В ходе тестирования спортсменов показатели сенсомоторных реакций у каждого, необходимо учитывать то значение латентного периода, которое является наименьшим.

Каждый из футболистов проходил тест по три раза из которых фиксировали наилучший результат. Такой подход обоснован рядом исследований профессора Н. В. Макаренко [3, 4], который рекомендует для определения индивидуальных особенностей сенсомоторных реакций использовать по три повторения в одном и том же тесте, а для объективной оценки этих способностей – наилучший показатель из трёх попыток.

Из результатов показанных в таблице 1 видно, что с увеличением спортивного мастерства игроков, улучшаются показатели средней величины латентного периода (М) в тесте «ПЗМР». Между данными спортсменов III разряда и II разряда, II разряда и I разряда, III разряда и I разряда – отличия статистически не значимы ( $p > 0,05$ ). С повышением уровня квалификации результаты улучшаются и составляют у игроков I разряда – 222,42 мс; II разряда – 245,30 мс и III разряда – 250, 50 мс. При этом среднее значение моторной реакции (Ммр.) в вышеизложенном тесте составляет у спортсменов I, II и III разрядов: 157,98 мс; 146,53 мс и 163,28 мс соответственно. Так, в соответствии с методикой и общепринятыми нормативов для данного теста, игроки I разряда выполняют упражнение «ПЗМР» на уровне – выше среднего (выше среднего уровня 183 – 226 мс). Спортсмены более низкой квалификации – II и III разрядов, находятся на среднем уровне (средний уровень 227 – 292 мс).

В упражнении «РВ 1-3» наилучший показатель продемонстрировали игроки III разряда с результатом средней величины латентного периода (М) – 354,31 мс. При этом среднее значение моторной реакции (Ммр.) составляет 129,53 мс. Отличия статистически незначимы ( $p > 0,05$ ) между показателями игроков II и III разрядов, а также III и I разрядов. Спортсмены I разряда показали результат 363,28 мс, II разряда – 394,33 мс. Показатели среднего значения моторной реакции составили 146,81 мс и 131,58 мс соответственно. В данном упражнении показатели достоверно отличаются ( $p \leq 0,05$ ) между спортсменами I и II разрядов.

В тесте «РВ 1-3» игроки в футбол продемонстрировали средний уровень

выполнения данного упражнения (324 – 398 мс).

При выполнении теста «РВ 2-3» испытуемые с квалификацией III разряда показали, как и в предыдущем тесте, наилучший результат (М) – 364,46 мс. Статистически незначимые ( $p < 0,05$ ) результаты отмечаются на всех этапах спортивного мастерства. Общий показатель у игроков I разряда – 425,15 мс, у игроков II разряда – 461,23 мс. Среднее значение моторной реакции в этом тесте у игроков I, II и III разрядов составило соответственно: 144,6 мс; 110,93 мс и 140,78 мс. Показатели спортсменов-третеразрядников находятся на уровне – выше среднего (336 – 390 мс). Игроки I и II разрядов прошли тестирование на среднем уровне (391 – 463 мс).

Таблица 1

Показатели психофизиологических качеств игроков в футзал разных разрядов.

№ п/п	Психофизиологические качества	I разряд		II разряд		III разряд	
		$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m	$\bar{x}$	m
1	ПЗМР: 1) М (мс)	222,42	8,14	245,30	7,67	250,50	5,22
	2) Ммр (мс)	157,98	0,31	146,53	2,06	163,28	4,01
2	РВ 1-3: 1) М (мс)	363,28	0,77	394,33	0,32	354,31	3,47
	2) Ммр (мс)	146,81	1,98	131,58	0,89	129,53	1,22
3	РВ 2-3: 1) М (мс)	425,15	2,05	461,23	1,12	364,46	9,06
	2) Ммр (мс)	144,6	0,44	110,93	0,22	140,78	0,71
4	ФПНП : 1) Т (с)	58,49	2,07	74,67	2,03	63,6	1,83
	2) Т вых. на min эксп.(мс)	48,16	0,32	43,9	0,78	46,45	0,09
5	СНП:						
	1) Кол-во знаков за 5 мин	675,55	7,18	703,43	2,36	597,63	7,74
	2) Т вых. на min эксп. (мс)	112,29	2,01	111,39	1,48	69,5	1,12
6	РДО:						
	1) Кол-во точных реакций (мс)						
	2) Кол-во опережающих отклон. (мс)	3,33	0,61	3,88	0,83	4,83	0,71
	3) Кол-во запаздующих отклон. (мс)	18,5	0,09	10,07	1,01	13,87	0,02
		8,38	1,72	7,75	0,9	11,17	1,02
7	Теппинг-тест (кол-во ударов за 30 с)	212,86	0,52	206,95	1,04	203,2	0,81

Определение способностей по показателям скорости ФПНП и СНП качества и количества переработанной информации проводится в режиме «обратной связи», который широко применяется в исследованиях для определения индивидуально-типологических особенностей высшей нервной деятельности (ВНД).

Тестовое задание при работе в этом режиме изменяется автоматически при правильном ответе на 20 мс, а после неверной возростает на 20 мс. Во время выполнения теста диапазоны колебаний у исследуемого находятся в пределах 900 – 40 мс. Вид раздражителя – предметный.

При выполнении теста функциональной подвижности нервных процессов

«ФПНП» (режим обратной связи) игроки в футзал продемонстрировали следующие результаты.

Наилучшее время выполнения данного теста у игроков I разряда – 58,49 с, что соответствует уровню – выше среднего (54,1 – 60,4 с). Спортсмены II и III разрядов показали результат – 74,67 с и 63,6 с соответственно, что говорит о уровне ниже среднего у игроков II разряда (69,2 – 75,9 с) и средний уровень игроков III разряда (60,5 – 69,1 с). Также отмечаются статистически незначимые ( $p \geq 0,05$ ) результаты на всех этапах спортивной квалификации.

Данные времени выхода на минимальную экспозицию у игроков в футзал I, II и III разрядов соответственно составляют: 48,16 мс; 43,9 мс и 46,45 мс.

Режим при котором определяются показатели силы нервных процессов «СНП» (работоспособность головного мозга) определяет, на какое количество знаков способен спортсмен среагировать за 5 мин выполнения теста. Показатели игроков в данном упражнении выглядят так: I разряд – 675,55 знаков; II разряд – 703,42 знаков и III разряд – 597,63. Результаты теста «СНП» имеют статистически незначимую величину ( $p \geq 0,05$ ) на каждом уровне квалификации игроков. Время выхода на минимальную экспозицию составляет: I разряд – 112,29 мс; II разряд – 111,39 мс и III разряд – 69,5 мс.

При определении реакции на движущийся объект «РДО» фиксировали количество точных реакций, а также запаздывающих и опережающих отклонений. Определение точных реакций повышается на статистически незначимую ( $p > 0,05$ ) величину от III до I разряда и достигает наибольших показателей у спортсменов I разряда, что составляет – 3,33 мс. Показатели точных реакций у спортсменов II и III разрядов составили: 3,88 мс и 4,83 мс соответственно. Количество опережающих и запаздывающих отклонений статистически незначимы ( $p > 0,05$ ). Игроки с квалификацией I разряда имеют показатель 18,5 мс опережающих и 8,38 мс запаздывающих отклонений. У игроков с квалификацией II разряда – 10,07 мс опережающих и 7,75 мс запаздывающих отклонений. Спортсмены III разряда продемонстрировали результат в опережающих отклонениях – 13,87 мс и 11,17 мс в запаздывающих.

Выполняя «теппинг-тест» за 30 секунд игроки I разряда имеют лучший, в этом упражнении, результат – 212,86 ударов. В этом контрольном упражнении показатели между спортсменами I и II разрядов достоверно отличаются ( $p \geq 0,05$ ) и составляют у игроков II разряда – 206,95 ударов за 30 с. Статистически незначимые результаты между II и III разрядом, а также III и I, где игроки III разряда выполняют в среднем 203,2 ударов за 30 с.

Выводы: 1. У игроков III, II, I разрядов на протяжении годичного макроцикла прослеживается достижение пиковых результатов на разных этапах годичного цикла подготовки. В данной работе экспериментально выявлены изменения в показателях соревновательной деятельности спортсменов, которые занимаются футзалом с квалификацией от III до I разряда.

2. При планировании годичного макроцикла тренировки специалисты по футзалу могут использовать материалы исследования в которых показаны лучшие, за весь годичный цикл тренировки, показатели тестирования психофизиологических качеств игроков разной квалификации.

Литература. 1. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов. / Г.А. Лисенчук / – К.: Олимпийская литература 2002. – 271 с.; 2. Макаренко Н.В. Методика проведения обстежень та оцінки індивідуальних нейродинамічних властивостей вищої нервової діяльності людини / Н.В.Макаренко// Фізіологічний журнал.–1999.–т.45, №.4–

С.125–131; 3. Макаренко Н.В. Методика оценки основных свойств высшей нервной деятельности человека. // Нейрокибернетика и проблемы биоэлектрического управления / Н.В.Макаренко, В.В.Сиротский, В.А.Трошихин / – К., 1975. – С. 41-49; 4. Максименко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. / И.Г. Максименко / – Луганск: Знание, 2000. – 276 с.; 5. Максименко И.Г. Современная система подготовки футболистов / И.Г. Максименко, Ю.Н. Сидоренко / – Луганск: Знание, 2002. – 420 с.; 6. Максименко И.Г. Оптимизация процесса подготовки футболистов. / И.Г. Максименко, В.А. Папаика / – Луганск: Альма-матер, 2004. – 352 с.; 7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов / – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

## ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ И СТАНОВЛЕНИЯ ЛЮБИТЕЛЬСКОГО СУМО В МИРЕ

Ложечка М.В.

Институт физического воспитания и спорта Луганского национального университета им. Тараса Шевченко, г. Луганск.

Summary. This article discusses the historical aspects of development and becoming an amateur sumo world as an international sport. Presents a number of features that are at present distinguished amateur sumo wrestling on the professional version. Describes the activities of major international organizations sumo.

Аннотация: В статье рассмотрены исторические аспекты развития и становления любительского сумо в мире как международного вида спорта. Представлен ряд особенностей, которые на современном этапе отличают любительскую борьбу сумо от профессиональной версии. Охарактеризована деятельность основных международных организаций сумо.

Введение. В отличие от других видов спорта история сумо насчитывает около 2 тыс. лет и имеет глубокие духовные корни. Сегодня, в него входит устав из многих ритуальных действий, отражающий эстетику феодальной Японии. В XXI веке, в эпоху инноваций сумо испытывает постоянный кризис, из-за конкуренции с другими видами спорта. Поэтому появилась потребность в привлечении к занятиям молодежи Японии и остального населения. Вследствие чего под эгидой Японской Ассоциации Сумо появилось любительское сумо. В настоящие дни любительское сумо охватывает 5 континентов и так же стремительно развивается в нашей стране [1,3,4].

Несмотря на то, что накоплен огромный практический опыт подготовки борцов в любительском сумо, в нашей стране очень мало внимание уделяется разработке проблемы подготовки сумоистов с научной точки зрения. Это подтверждается анализом материалов литературных источников. Частично данная проблема рассмотрена в работах С.В. Праотцева и А.Е. Цвирова (2000), где данные авторы охарактеризовали профессиональную и спортивную борьбу сумо, особенности жизнедеятельности, тренировок, состязаний профессионалов, правила, ритуалы сумо, а также раскрыли проблему становления и развития сумо. В работах Л.М. Морачёвой (2001) только в обобщённом виде раскрыты основополагающие знания о любительском сумо. О.Е. Иванов (2004) в своих трудах охарактеризовал историю и развитие традиционной японской борьбы на отдельных исторических этапах. В его работах раскрыты организационно-институциональные основы этого вида спорта, соревновательная и тренировочная практика, церемониально-ритуальные аспекты повседневной жизни



## СОДЕРЖАНИЕ

НОВОЙ РОССИЙСКОЙ ШКОЛЕ НОВЫЕ УЧИТЕЛЯ.....	3
---	---

### **РАЗДЕЛ I. «АСПЕКТЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, УЧАЩИХСЯ; ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ»**

Асямолов П.О., Литвин Ф.Б., Никитина В.С., Мартынов С.В. Сравнительная характеристика интенсивности кровотока и оксигенации крови в микроциркуляторном русле юных спортсменов разных видов спорта (Смоленск, Брянск, Дядьково).....	8
Бабенкова Е.А. Инновационные технологии внедрения в практику физического воспитания различных тренажеров и технических средств (Москва) .....	11
Баранцев С.А., Криволапчук И.А., Чернова М.Б., Герасимова А.А., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. Функциональное состояние детей с разной физической работоспособностью в начальный период адаптации к образовательной среде (Москва)..	24
Босенко А.И., Чеховский А.Л., Евтухова Л.А. Сравнительная оценка скорости сложной зрительно-моторной реакции здоровых детей и детей с ДЦП (Одесса, Гомель).....	25
Васильева В.А., Павлычева Л.А., Шумейко Н.С. Особенности структурной организации функционально различных областей коры большого мозга человека в онтогенезе (Москва).....	29
Глазков Э.А., Шейко В.И., Флегонтова В.В. Развитие приспособительных реакций сердечно-сосудистой системы студентов при обучении в вузе Луганск).....	31
Голубь Е. Ю., Приешкина А. Н. Учет функциональных параметров обучающихся при построении тренировочного занятия в разделе «прикладная физическая подготовка в рамках курса ОБЖ (Омск).....	34
Гончаров Ю.С. Характеристика девушек-самбисток различной квалификации (Москва)..	38
Губа В.П., Скорович Л. Методические аспекты развития координационных способностей высококвалифицированных футзалистов (Смоленск).....	40
Журавлев А.К., Алексахин А.А., Гусев-Щербаков А.С. Роль хронического стресса в развитии ишемической болезни сердца и артериальной гипертензии в период современного финансово-экономического кризиса. (Москва).....	43
Захаров П.С., Родин А.В. Интегральный контроль функциональной подготовленности квалифицированных баскетболистов в процессе годичного тренировочного цикла (Смоленск) .....	45
Кожухова В.К. Динамика суточных биоритмов в критические дни месяца у женщин (Ярославль).....	47
Криволапчук И.А., Чернова М.Б., Герасимова А.А., Баранцев С.А., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Жадько А.В. Педагогическая технология оптимизации функционального состояния гиперреактивных подростков средствами физического воспитания (Москва).....	49
Легостаев Г.Н. О комплексном здоровьесохраняющем и здоровьеразвивающем подходе (Коломна).....	51
Легостаев Г.Н. О значении медико-биологических дисциплин в подготовке педагога к практической деятельности (Коломна).....	54
Маевский К.В. Особенности развития внимания у юных спортсменов 11-13 лет, занимающихся мини-футболом (г. Смоленск).....	57
Макарова Л.В., Леонова Л.А., Лукьянец Г.Н. Возрастные особенности реактивности физиологических систем организма детей 6-10 лет при работе на компьютере (Москва).....	59
Макарова Л.В., Лукьянец Г.Н. Умственная работоспособность детей младшего школьного возраста в процессе работы на компьютере (Москва).....	64
Золотова М.Ю., Маскаева Т.Ю. Динамика функциональных показателей и проявления физических качеств у студенток, занимающихся фитнесом, с учётом биологических особенностей женского организма (Коломна).....	67
Орлова Н.И. Особенности дневных ритмов кратковременной зрительной памяти у детей 8–13	

лет (Москва).....	70
Пронина Т.С., Воробчикова О.А. Недельная динамика хронопоказателей циркадианного ритма температуры кожи у спортсменок, специализирующихся в настольном теннисе в подготовительном периоде (Москва).....	73
Пашковская Я.А. Индивидуально-типологический подход к проведению занятий по оздоровительной аэробике у девочек 11-13 лет (Москва).....	77
Рязанцев А.А. Применение метода дыхания через дополнительное «мертвое» пространство в условиях учебного процесса (Астрахань).....	82
Рязанцев А.А. Применение метода дыхания через дополнительное «мертвое» пространство в условиях учебного процесса (Астрахань).....	84
Серединцева Н.В. Влияние продуктов пчеловодства на минеральный статус юных спортсменов (Волгоград).....	86
Симонян Л.А. Медико-социальная оценка состояния здоровья учащихся (Коломна).....	88
Тамбовцева Р.В. Применение физиологических критериев для оценки адаптации организма спортсменов к воздействию тренировочных и соревновательных нагрузок (Москва).....	91
Толчева А.В. Статико-динамические аспекты физических упражнений хатха-йоги (Луганск).....	94
Тупоногова О.В., Озолин Э.С. Факторы, определяющие экономичность бега высококвалифицированных бегунов на средние и длинные дистанции (Москва).....	98
Флегонтова В.В., Гаврилин В.А., Дычко Е.А., Линниченко Е.Р., Морфунцов В.В. Содержание лимфоцитов в периферической крови спортсменов, занимающихся боевым самбо (Луганск).....	102
Холодов С.А., Босенко А.И., Буховец Б.О. Опыт использования модифицированных костюмов космонавтов в реабилитационном процессе детей с нарушениями цнс и опорно-двигательного аппарата (Одесса).....	106
Чернова М.Б., Криволапчук И.А., Герасимова А.А., Полянская Н.В., Жадько А.В. Структура и комплексная оценка мышечной работоспособности школьников 9-10 лет (Москва).....	108
Шепель Л.С., Бурячковский Д.В. Основные аспекты применения различных эргогенных средств повышения умственной и физической работоспособности организма (Одесса).....	110
Шишкин С.В., Журавлев А.К., Махутов Н.А. Кардиологическая практика и перспективы применения нанотехнологий в области материаловедения (Москва).....	114

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

Вайсвалавичене В.Ю., Ефимов В.К. Формирования готовности детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе в условиях доу на современном этапе реформирования системы образования в Москве (Москва).....	116
Габайдулина З. Г., Карташов А. Н. Механизмы создания возможности занятия физической культурой для детей со слабым здоровьем в специальных медицинских группах(Москва).....	120
Германов Г.Н., Машошина И.В. Экспертное оценивание развивающего и оздоровительного эффекта различных средств физического воспитания школьников (Москва).....	125
Губа Д.В. Эффективность внеучебных баскетбольных занятий скоростно-силовой направленности в общеобразовательной школе (Смоленск).....	129
Гуменюк М.А., Гурова О.А. Развитие личностных качеств ребенка в летнем оздоровительном лагере (г. Москва).....	131
Золотова М.Ю. Взаимодействие школы и семьи в формировании здоровьесберегающего пространства в начальной школе (Коломна).....	133
Золотова М.Ю. Педагогические условия формирования здорового образа жизни младшего школьника в рамках физкультурно-оздоровительной работы в школе (Коломна).....	138
Золотова М.Ю., Маскаева Т.Ю. Комплексное совершенствование физических качеств старшеклассниц на уроках физической культуры с учетом особенностей женского организма	

(Коломна, Москва).....	143
Копылов Ю.А. Концептуальные основы разработки программ физического воспитания учащихся общеобразовательной школы (Москва).....	147
Лигута В.Ф., Лигута А. В. Сравнительный анализ возрастно-половых изменений физических качеств школьников хабаровского края в зависимости от условий проживания (Хабаровск)..	152
Максименко Ю.Д. Адаптация физического и психологического воспитания детей к требованиям современного дошкольного образования (Ногинск).....	155
Матвеев А.П., Назаркина Н.И. Основы образования младших школьников в области физической культуры (Москва).....	157
Михайлов Н.Г., Алиев Х.М., Корпачёва Е.С. Технология стрессоустойчивости «ключ» в системе физического воспитания (Москва, Нижний Новгород).....	160
Михайлов Н.Г., Волков М. А. Пути увеличения объёма двигательной активности в дошкольных учреждениях (Москва).....	162
Мухортова Е. Ю. Обучение плаванию детей раннего возраста в условиях бассейна дошкольного образовательного учреждения (Москва).....	166
Нечаева Е.А., Нечаев А.В. Профилактика зависимости от психоактивных веществ детей младшего школьного возраста (Коломна).....	170
Перова Е.И. Возрастные особенности ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни (Москва).....	172
Пронина Н. И. Концептуальные предложения и проблемы подбора персонала в средней общеобразовательной школе (Москва).....	178
Протченко Т.А. Обучение плаванию в дошкольных образовательных учреждениях г. Москвы (Москва).....	181
Разова Е.В., Малахаева О.А. Вопросы и проблемы физического воспитания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (Москва).....	185
Сими́на Т.Е. Обучение плаванию детей 3-7 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата (Москва).....	188
Соколкина В.А. Количественные аспекты генетической детерминированности темпов прироста ряда координационных способностей детей 7-10 лет в условиях целенаправленной тренировки (Москва).....	191
Чайченко М.В. Исследование отношения первоклассников к здоровому образу жизни (Коломна) .....	194
Щербакова О. В. Бальные танцы в рамках третьего урока физической культуры (экскурс в историю развития спортивных бальных танцев) (Коломна).....	195
Щетинина С.Ю. Приоритетные виды занятий для школьников разных половозрастных групп на уроках физической культуры (г. Хабаровск).....	199

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

Алхасов Д.С, Дудкин М.А, Максименко Ю.Д. Технология укрупнения дидактических единиц в подготовке учителя физической культуры (Ногинск).....	202
Борисова И. В. Инновационные подходы в реализации программы по женской гимнастике в физическом воспитании студенток педагогического вуза (Москва).....	205
Борисова О.А., Чибриков Э.А., Якушин С.А. Изучение уровня физической подготовленности студентов-первокурсников (Москва).....	207
Булавкина Т. А. Взаимосвязь характеристик системы личностных конструктов студентов и показателей уровня физической подготовленности как одного из критериев физической культуры личности (Брянск).....	213
Голубь Е. Ю. Формирование базовых и специальных компетентностей молодежи в предметной области «безопасность жизнедеятельности» (г. Омск).....	217

Егоров М. И. Этапы обучения студенток упражнениям из восточных единоборств для самообороны (с использованием ударной техники) (Москва).....	222
Ежков В.С. Качественное совершенствование эффективности занятий физической культуры в высшем учебном заведении (Коломна).....	224
Елина Н.В. Оценка уровня физической подготовленности волейболисток студенческих команд (Коломна).....	228
Железняк Ю.Д. Интеграция учебных дисциплин, производственной практики в процессе физкультурного образования в профессиональную готовность будущего бакалавра физической культуры (Москва).....	230
Корпачёва Е.С., Михайлов Н.Г., Пшенников С.А. Анализ представлений современных студентов о культуре здоровья (Москва).....	233
Ковачева И.А. Необходимые компетенции по физической культуре для студентов технического вуза (Коломна).....	238
Кузнецов В. И., Гончарова Е. В., Чикина Л. Е. Готовность будущих социальных работников к использованию средств физической культуры в профессиональной деятельности (г. Орехово- Зуево).....	243
Лапшин А.В., Алексеев Н.И. Методика подготовки лыжников-гонщиков массовых разрядов в условиях вуза (Москва).....	248
Панфилов О.П., Борисова В.В., Давиденко В.Н. Инновационные процессы физической культуры как фактор формирования толерантности в студенческих коллективах (Тула).....	250
Панчук Н. С. Педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов вуза (Москва).....	253
Перова Г.М., Флоров С.В. Оздоровительное значение физического воспитания в высшей школе (Коломна).....	256
Перова Е.И., Жуков М.Н., Кабачков В.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка в системе физического воспитания учащейся молодежи (Москва).....	258
Скорохватов А.С. Методика обучения студентов упражнениям восточных единоборств раздела самообороны (Москва).....	261
Смольянов А.В., Кузнецов А.В. О значении физической культуры в жизни студента (Оренбург).....	264
Созинова Т. В., Часовских А. А. Оценка физического здоровья студентов 17 – 18 лет в сравнительном аспекте (Москва).....	266
Туревский И.М., Иваницкая С.В. Психомоторная подготовленность как элемент профессиональной подготовки специалиста по физической культуре (Тула).....	268
Шаповалов С.В., Лигута В.Ф. Физическая подготовленность оперативных сотрудников федеральной службы российской федерации по контролю за оборотом наркотиков (Хабаровск).....	270
Шебеко А.А. Здоровьесберегающие технологии в современном образовании (Москва).....	272

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

Алхасов Д.С. Структура многолетней технической подготовки в каратэ (Ногинск).....	275
Арансон М.В. Интернет-анализ компетентности в вопросах спортивной медицины спортсменов новых видов спортивных единоборств (Москва).....	278
Арансон М.В., Шустин Б.Н. Тенденции развития спортивной науки в лыжных гонках (Москва).....	280
Арчакова А.Т. Генетические маркеры в определении способностей к занятиям прыжками в воду (Луганск).....	283
Баранов В.Н., Шустин Б.Н. Развитие диссертационных исследований в сфере физической культуры и спорта (Москва).....	286
Беляева Н.А. Формирование устойчивого интереса сельских школьников к занятиям лыжными гонками (Москва).....	289
Булычева Т.И. Обучение технико-тактическим действиям игры в баскетбол на основе	

гностических умений в СДЮШОР (Коломна).....	293
Веселкин М.С. Нормативное обеспечение построения многолетнего тренировочного процесса уащихся СДЮСШОР по конькобежному спорту (Коломна).....	296
Веселкин М.С., Есин А.Ю. Контроль за развитием силы мышц и система тестирования конькобежцев-спринтеров высшей квалификации (Коломна).....	298
Веселкин М.С., Криволапчук В.В. Соревновательных нагрузок в системе подготовки конькобежцев (Коломна).....	300
Веселкин М.С., Криволапчук В.В. О необходимости широкого применения средств офп в системе подготовки юных конькобежцев (Коломна) .....	302
Галахов В.С., Махмутова А.Г. Особенности скоростно-силовой подготовки юных легкоатлетов (Воскресенск).....	305
Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А. Показатели результативности отдельных игр команд как основа прогноза ее результативности в соревнованиях на примере футбола (Москва).....	306
Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А. Модель амплуа – игровое время как расстановка футболистов в поле - на примере анализа результатов 2011, UEFA EUROU 21(Москва).....	310
Голощапов Б.Р., Денькин Я.А. Сочетание формирования двигательного навыка с развитием общей выносливости у младших школьников средствами передвижения на лыжах (Москва).....	311
Губа В.П., Маевский К.В. Оценка качества игровой деятельности юных спортсменов, занимающихся мини-футболом, на этапе начальной спортивной специализации (Смоленск).....	316
Губа В.П., Скорович С.Л. Методические аспекты развития координационных способностей высококвалифицированных футзалистов (Смоленск).....	318
Евтух А.В. Вегетативные реакции на стандартную нагрузку умеренной интенсивности (Москва).....	320
Елина Н.В. Подвижные игры как средство отбора в спорте и формирования личности. (Коломна).....	322
Квашук П.В., Верлин С.В., Семаева Г.Н. Динамика физических качеств высококвалифицированных гребцов на байдарках в периоды целенаправленного их развития (Москва).....	325
Квашук П.В., Семаева Г.Н., Квашук Т.П. Энергообеспечение соревновательной деятельности гребцов на байдарках и каноэ на дистанциях олимпийской программы (Москва).....	330
Коробейников П. В. Формирование сообразительности как средство совершенствования методики обучения детей защитным навыкам ашихара каратэ (Москва).....	335
Костюнин А. В. Определение показателей психофизиологических качеств игроков в футбол разной квалификации на протяжении годичного макроцикла (Луганск).....	336
Ложечка М.В. Исторические аспекты развития и становления любительского сумо в мире (Луганск).....	340
Маевский К.В. Особенности развития внимания у юных спортсменов 11-13 лет, занимающихся мини-футболом (Смоленск) .....	343
Максименко Г.Н. Структура тренировочных нагрузок в макроцикле тренировки юных бегуний на 400 м (Луганск).....	346
Максименко Г.Н. Распределение объемов тренировочных нагрузок юных спринтеров при подготовке к соревнованиям (Луганск) .....	349
Максименко И.Г. Футбол: контроль различных сторон подготовленности спортсменов (Луганск).....	352
Максименко И.Г. Особенности системы подготовки юных украинских спортсменов в спортивных играх (Луганск).....	357
Малкин Р.В. Система оценки скоростно-силовых характеристик спортсменов (Москва).....	363
Михайлов Н.Г. Педагогический контроль в современном спорте (Москва).....	364
Михайлов Н.Г., Рыбакова М.А. О технической подготовке питчера в софтболе (Москва) .....	368
Михайлов Н.Г., Шадрин Е.А. Классификация базовых технических приёмов в софтболе	

(Москва).....	370
Нечаев А.В. Средства, методы и особенности тренировочного процесса юных спортсменов на этапе начальной спортивной специализации (Коломна) .....	373
Нечаев А.В. Основные проблемы управления в спортивной тренировке (Коломна).....	376
Никитушкин В.Г. Научно-методические основы развития детско-юношеского спорта в России (Москва).....	379
Никитушкина Н.Н. Управление методической деятельностью спортивной школы (Москва)...	381
Озолин Э.С., Арансон М.В., Шустин Б.Н. Современные научно-методические зарубежные материалы по легкой атлетике (Москва).....	383
Разова Е.В., Малахаева О.А. Перспектива подготовки юных спортсменов-ориентировщиков (Москва).....	386
Родин А.В., Павлов Е.А., Погорелый М.В. Методологические аспекты индивидуальной тактической подготовки квалифицированных спортсменов в игровых видах спорта (Смоленск).....	389
Румянцев А.Б. Напрыгивание – ключ к освоению нападающего удара в волейболе (Чернигов, Украина).....	391
Рябинцев Ф. П., Сячин В.Д., Чернов С.С. Определение модельных характеристик и нормативных показателей физической подготовленности юных спортсменов (Коломна, Москва).....	394
Рябинцев Ф. П., Сячин В.Д., Чернов С.С. Программирование тренировочного процесса студентов специализирующихся в беге на средние дистанции (Москва).....	397
Рябинцев Ф. П., Чернов С. С., Сячин В.Д. Взаимосвязь двигательных качеств мальчиков-подростков на разных стадиях полового созревания (Москва).....	400
Саенко В. Г. Методы контроля тренировочного процесса в контактных видах боевых единоборств (Луганск).....	402
Тарасов П.Ю., Тарасова Л.В. Взаимосвязь показателей специальной подготовленности с результатами стрельбы квалифицированных стрелков из лука (Москва).....	405
Тарасов П.Ю., Тарасова Л.В. Оценка специальной координации квалифицированных стрелков из лука.....	407
Филиппова Ю.В., Корженевский А.Н. Изменение анализаторных систем юных каратистов при различной направленности подготовки (Москва).....	408
Хасан Файсал Али Хасан. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов с последствиями детского церебрального паралича (Луганск).....	411
Шилкина А. Специальная выносливости у девушек в беге на 400 метров на этапе начальной спортивной специализации (Коломна).....	414

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

Галанов В. Ф., Галанова Л. В. Учебные нагрузки и особенности проявления двигательная активность первокурсников (Коломна).....	418
Галахов В.С., Махмутова А.Г. Развития скоростно-силовых качеств как основа начальной физической подготовленности детей и подростков (Воскресенск).....	419
Горячева Н. Л. Проблема иноязычного образования в условиях реформирования начальной школы (Коломна).....	421
Гынина Л.И. Об особенностях российского социального реформирования начала хх века (Коломна).....	422
Евтюхина Н.Я. Факторы возникновения и распространения негативных явлений среди подростков в школьной среде (Коломна) .....	424
Кандаурова Н.В. Состояние ортаслевого рынка труда и проблемы припятствующие продуктивной работе тренеру-преподавателю в учреждении дополнительного образования спортивного профиля (Москва) .....	426
Кокова И.В., Михайлов Н.Г., Михайлова Э.И. Активизация патриотического воспитания при	

организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением города Москвы (Москва) .....	430
Копылов Ю.А. Показатели социально-значимых качеств личности и педагогической характеристики учащихся VI-IX классов общеобразовательной школы (Москва).....	433
Кузнецов В.И., Чикина Л.Е., Гончарова Е.В. Системы физических упражнений, направленных на оздоровление организма коррекцией телосложения (Орехово-Зуево).....	436
Лыткина О.И. Отражение русских реалий в романе Л.Н. Толстого «Анна Каренина» (Луховицкий район).....	438
Московкина А.Г. Подверженность формированию синдрома эмоционального выгорания специалистов учреждений, подведомственных департаменту физической культуры и спорта г.Москвы (Москва).....	441
Петрякова Н.В. Влияние связей с общественностью и рекламы в маркетинговой деятельности фитнес клуба на физическую культуру подростков, учащихся в современном мире (г. Москва) .....	444
Петунин О.В., Бакланов Л.Н., Веселкин М. С. Опыт компетентностного подхода к организации изучения студентами системы «ОНМД в ФКиС» (Коломна).....	448
Приешкина А.Н., Голубь Е.Ю., Седымов А.В. Оптимизация процесса формирования культуры безопасности обучающихся (Омск).....	449
Прокудин Б.Ф., Веселкин М.С., Бакланов Л.Н., Ефремова Е.В. Методология педагогической науки и методологическое обоснование в теории и методике физической культуры (Коломна).....	452
Прокудин Б.Ф., Ефремова Е.В., Бакланов Л.Н., Ковачева И.А. Особенности построения тренировочного процесса девушек-гребчих в период овулярно-менструального цикла (Коломна).....	461
Прокудин А.Б., Прокудин Б.Ф. О возможности использования искусственного интеллекта в спортивно-педагогической работе тренера-преподавателя (Берлин, Коломна).....	465
Разинов Ю.И. Перспективы подготовки спортивного резерва в свете физического состояния современных детей в возрасте 4-7 лет (Москва).....	469
Скокова О.В. Музыка и движение, или уроки радости (Коломна).....	472
Стребкова Ж.В. Трудовое воспитание и начальная профессиональная подготовка как условия ресоциализации несовершеннолетних делинквентов в Великобритании (Коломна).....	475
Сураева Г.М. Здоровьесберегающие образовательные технологии на уроках иностранного языка в начальной школе (Коломна).....	478
Хомутская Н.И. Языковые средства выражения иронии в немецкой романтической сказке (Коломна).....	481
Цветкова Л.Л. Обучение стратегиям чтения при изучении второго иностранного языка (Коломна).....	484
Цветкова Л.Л. Овладение письменной речью на французском языке и коммуникативно-деятельностный подход (Коломна).....	488
Шебеко А.А. Отношение студентов МГОУ к реальной и «идеальной» семье (Москва).....	490
Кузнецов Г.В., Прокудин Б.Ф. Влияние кругового метода проведения занятий на физическую подготовленность детей старшего школьного возраста (Коломна).....	493
Кузнецов Г.В. Особенности развития быстроты у детей школьного возраста (Коломна).....	496

*Научное издание*

**XXII 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 3.09.2012. 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 ГПУ МО «Коломенская типография», 140400, г. Коломна, ул. III Интернационала, 2 а.