



**«МОЛОДЕЖЬ-НАУКЕ – XII.  
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТУРИЗМА,  
ГОСТЕПРИИМСТВА, ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ И  
ТЕХНИЧЕСКОГО СЕРВИСА»**



**г. СОЧИ  
2021 Г.**

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное**  
**учреждение высшего образования**  
**«Сочинский государственный университет»**

**МОЛОДЕЖЬ-НАУКЕ – XII.**  
**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТУРИЗМА,**  
**ГОСТЕПРИИМСТВА, ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ И**  
**ТЕХНИЧЕСКОГО СЕРВИСА**

Материалы  
Всероссийской молодежной научно-практической конференции  
(15 – 17 апреля 2021 г.)

Сочи РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ» 2021

**УДК 33 + 37 + 796**  
**ББК 65.43 + 74 + 75**

Печатается по решению  
ученого совета факультета туризма и сервиса  
Сочинского государственного университета  
(протокол № 8 от 30.04.2021 г.)

**Ответственный за выпуск**  
к.т.н., доцент, Приходько Л.Н.

**МОЛОДЕЖЬ-НАУКЕ – XII. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, общественного питания и технического сервиса:** Материалы молодежной науч.-практ. конференции, г. Сочи, 15-17 апреля 2021 г. / отв. ред. к.т.н., доцент, Приходько Л.Н. – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2021. – 1210 с.

Включают тезисы докладов и статьи по следующим направлениям: теоретические и прикладные исследования в сфере туризма и гостеприимства; организация деятельности предприятий сферы туризма и гостеприимства в системе конкурентных рынков региона; лингвистические и межкультурные аспекты коммуникации в туризме; инновационные стратегии индустрии гостеприимства; исследования в области технического и транспортного сервиса; научно-методические проблемы спорта, физической культуры и адаптивной физической культуры.

Предназначены для специалистов сферы туризма и рекреационной деятельности, работников индустрии гостеприимства, технического и транспортного сервиса, студентов.

**УДК 33 + 37 + 796**  
**ББК 65.43 + 74 + 75**

©ФГБОУ ВО «СГУ», 2021

©Коллектив авторов, 2021

©Оформление РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2021

- Воздействие хронического круглосуточного освещения на уровень триглицеридов и тироксина в крови *Маренин В.Ю.; Гончарова Н.Д.; Оганян Т.Э.; Чигарова О.А.; Радкевич А.М.; Тимошенко Н.В.* 1081
- Проблематика гиподинамии и систематические подходы в ее профилактике *Меженкова А.Е., Попова М.В.* 1085
- Курение электронных сигарет и влияние их на организм человека *Мезенцева В.А.* 1091
- Физическая реабилитация детей младшего школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата средствами ЛФК в условиях поликлиники *Муратова М.В.; Ерешко Н.Е.* 1094
- Лактан – специализированный продукт для повышения устойчивости к гипоксической гипоксии *Мухамеджанов Э.К., Айтынова А.Е.* 1101
- Взаимосвязь адаптивной физической культуры и инклюзивного обучения: проблемы и дальнейшее развитие *Плякина В.В.* 1104
- Методические проблемы физической культуры у студентов, занимающихся фитнес-йогой в подготовительном учебном отделении *Попова Г.В.; Калюжин В.Г.* 1107
- Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом. *Посашкова Д.К.; Завлина Ю.И.; Посашкова О.Ю.; Аверьянова Н.А.* 1114
- Структурно-содержательные компоненты готовности будущих специалистов по адаптивной физической культуре к реабилитационной деятельности *Прихода И.В.; Кобелев С.Ю.* 1117
- Научно-методические аспекты оздоровительной и адаптивной физической культуры *Сагимбаева А.М.; Мелихов Я.П.; Ляшенко А.А.* 1122
- Обзор интернет приложений развития общей выносливости в условиях дистанционного обучения *Самара А.Б.; Лепилина Т.В.* 1125
- Анализ тренировочного процесса в пауэрлифтинге *Самойлов В.В.* 1128
- Морфофункциональные показатели спортсменов командных игровых видов спорта *Самохин А.В.; Колмогорцев Н.И.; Теплухин Е.И.* 1134
- Кинематика бегового шага спортсменов, занимающихся тхэквондо и спринтерским бегом *Свешникова И.А.; Коршиков В.М.* 1140
- Педагогические условия создания интегрированного пространства в процессе занятий флорболом со слабослышащими детьми младшего школьного возраста *Сенькин П. М.- Руднева Л. В.* 1148
- Методические проблемы адаптивной физической культуры при развитии координационных способностей у детей с дизартрией *Сипайло О.И.; Калюжин В.Г.* 1152
- Онлайн-тренировки в сфере оздоровительного фитнеса с юношами 18-20 лет *Сложеникин С.А.* 1157
- Физическая реабилитация детей старшего школьного возраста с ДЦП (спастической параплегией) с использованием стола-вертикализатора ErigoPro. *Терзи В.К.; Цицкишвили Н.И.* 1161
- Физическая культура со студентами в период пандемии *Угаркина М.А.; Кульков Я.А.; Скороходов А.А.* 1166

Но в организме все существует по принципу гомеостаза, поэтому при приеме янтарной кислоты она не используется, а включается в альтернативные пути ее утилизации, в частности на процесс липогенеза. Однако янтарная кислота относится к восстановленным соединениям и при ее приеме происходит активации систем борьбы с гипоксией. И в экспериментах на животных был показан эффект повышения физической работоспособности. Поэтому мы рассматриваем прием янтарной кислоты также как принцип метаболической тренировки к гипоксии.

**Выводы.** Продукт Лактан может быть использован в качестве эргогенного препарата для повышения устойчивости организма к негативному влиянию гипоксической гипоксии. Механизм влияния продукта Лактан основан на активации метаболических систем по его утилизации. Биоактивность пробиотиков в отношении повышения работоспособности в горах тесно связано с содержанием в нем Л-молочной кислоты.

#### Список литературы

1. Кондрашова М.Н., Чаговец Н.Р. Янтарная кислота в скелетных мышцах при интенсивной деятельности и в период отдыха // Докл. АН СССР.-1971.-т.198.-№1.-С.243-246
2. Кондрашова М.Н. и др. Адаптация к гипоксии посредством переключения метаболизма на превращения янтарной кислоты. // В кн.: Митохондрии. - М.,Наука.-1973.-С.112-129

#### УДК 796.035-043.8

*Плякина В.В. – старший преподаватель, ЛГПУ г. Луганск, Луганская Народная Республика. (v.plyakina86@mail.ru)*

*Plyakina V.V. – Senior Lecturer, LSPU, Lugansk, Lugansk People's Republic (v.plyakina86@mail.ru)*

### **Взаимосвязь адаптивной физической культуры и инклюзивного обучения: проблемы и дальнейшее развитие** **The relationship between adaptive physical culture and inclusive learning: problems and further development**

**Аннотация.** Взаимосвязь адаптивной физической культуры и инклюзивного обучения: проблемы и дальнейшее развитие.

В данной статье рассматриваются медицинские, биологические, психолого-педагогические подходы к организации адаптивной физической культуры с людьми имеющими инвалидность и людьми, с ограниченными возможностями здоровья в высших учебных заведениях в условиях инклюзивного обучения. Описываются проблемы и направления развития адаптивной физической культуры.

**Abstract.** Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura i inklyuzivnoye obucheniye: real'nost', problemy i napravleniya razvitiya. Plyakina V.V. V dannoy stat'ye rassmatrivayutsya meditsinskiye, biologicheskiye, psikhologo-pedagogicheskiye podkhody k organizatsii adaptivnoy fizicheskoy kul'tury s invalidami i lyud'mi, s

ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh v usloviyakh inklyuzivnogo obucheniya. Opisuyayutsya problemy i napravleniya razvitiya adaptivnoy fizicheskoy kul'tury.

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, инвалиды, люди с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), реабилитация, доступная среда, социальная среда, ограничение в движении, коррекционная педагогика, инклюзивное обучение.

**Keywords:** adaptive physical culture, disabled people, people with disabilities, rehabilitation, accessible environment, social environment, restriction in movement, correctional pedagogy, inclusive education.

Тенденции развития системы образования в современном обществе демонстрируют, что люди с различными отклонениями в состоянии здоровья должны обучаться наравне с обычными здоровыми людьми. Большое значение для людей с ограниченными возможностями здоровья имеет получение профессии. Это помогает изменять их статус в обществе, получать право на безопасное существование и жизненное самоопределение. В связи с развитием информационного прогресса, все больше людей стали вести малоподвижный образ жизни. Гипокинезия, или ограниченная подвижность, характерна и для инвалидов. Она отрицательно влияет на развитие и формирование двигательной опоры, что ведет к нарушению развития. Для решения этой проблемы необходимо грамотно применять адаптивную физическую культуру, которая корректно восстановит дефицит движения у обучающихся с отклонениями по здоровью [1].

Целью исследования стала проверка эффективности методики обучения студентов физической культуры и спорта в условиях адаптивной направленности. Медицинские специалисты и ученые (Л.К. Семенова, А.П. Анохин, А.Р. Лурия) давно отмечают положительное влияние физических упражнений на выздоровление людей с нарушениями зрения, слуха, интеллекта и опорно-двигательного аппарата [2, 3]. Очень важно при работе со студентами и детьми грамотно подбирать физические упражнения, игры и доступные для них виды спорта. Так, в настоящее время возрождается комплекс ГТО. Он был разработан в 80-х годах, как система коррекции двигательной сферы слепых и слабовидящих [4]. Сейчас люди с ограниченными возможностями здоровья успешно выступают на Паралимпийских играх, демонстрируют высокие результаты во всероссийских и международных соревнованиях. Для занятий массовой адаптивной физической культурой и спортом необходимо не только создавать «доступную среду» для людей с особенностями в развитии и строить специализированные центры, но и подготавливать квалифицированных специалистов, где есть факультеты физической культуры и спорта и специального образования с кафедрами коррекционной педагогики и психологии. В связи с внедрением инклюзивного образования вопрос подготовки преподавателей адаптивной физической культуры становится все более актуальным. В этих условиях обучающиеся занимаются вместе со сверстниками. Этот процесс необходимо

осуществлять всем, не только инструкторам по спорту и преподавателям адаптивной физкультуры. Однако очень важно учитывать все факторы. Это – социальная среда, функциональные и антропометрические показатели. Ученые выяснили, что дети с нарушениями интеллекта и зрения при занятиях адаптивной физической культурой начинают развиваться физически. Те, кто имеют ограничения в движении, начинают лучше ориентироваться в пространстве и развивать умственные способности [5]. С развитием технического прогресса и информационных технологий все больше детей еще в раннем возрасте начинают вести малоподвижный образ жизни: играют в компьютерные игры, занимаются по онлайн- учебникам, меньше выходят на улицу. Это, зачастую, приводит к нарушениям опорно-двигательного аппарата. У детей с инвалидностью страдают и без того неразвитые умения и навыки. Для сохранения здоровья необходимо правильно питаться, делать элементарные физические упражнения (зарядку), принимать воздушные и водные процедуры и не забывать о психологическом состоянии. Все эти комплексные подходы и создают благоприятные условия для коррекции и развития двигательной сферы. Роль адаптивной физической культуры и спорта очень велика. Это создает благоприятные условия для формирования психологического координационного, интеллектуального развития, а также помогает перестройке нарушенных слуховых, зрительных, речевых анализаторов. В процессе подготовки и переподготовке педагогов, инклюзивное образование предъявляет определенные требования. Специалисты должны точно понимать всю суть инклюзивного подхода, в процессе обучения уметь взаимодействовать со всеми студентами вне зависимости от ограничений по здоровью, а также учитывать психологические и возрастные особенности развития студентов. Обеспечить нормальное функционирование доступной социальной среды и процесс обучения студентов с ОВЗ в условиях инклюзивного образования, можно, благодаря знаниям медицины, анатомии, основ дефектологии, педагогики и психологии и других областей науки, обеспечивающих правильную коррекционную работу. Специалист по физической культуре и спорту в рамках реализации инклюзивного подхода в образовании играет важную роль. Потому как занятия физической культурой в социальной адаптации инвалидов и людей с ограниченными возможностями здоровья стимулируют к установлению контактов со всем окружающим миром и помогают им лучше адаптироваться в социальной среде.

### **Список литературы**

1. Вернер Н.А. Исследование отечественных и зарубежных подходов к интегрированному и инклюзивному обучению в образовательных организациях //Санкт-Петербургский образовательный вестник. - 2017. - №11-12. - С. 15-16.
2. Власова, Т.А. О детях с отклонениями в развитии / Т. А. Власова, М. С.Певзнер. - М., 1973. – 57 с.
3. Конанова Е.И. Организация инклюзивного образовательного

## **Итоги работы всероссийской молодежной научно-практической конференции «МОЛОДЕЖЬ-НАУКЕ – XII. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, общественного питания и технического сервиса»**

В работе Всероссийской научно-практической конференции (15-17 апреля 2021 г.) г. Сочи, ул. Пластунская, 94, корпус № 2, ФТС СГУ) приняло участие более 200 человек.

На 6 секционных заседаниях, круглом столе и пленарном заседании было заслушано более 100 докладов.



В сборник конференции вошли статьи преподавателей и студентов из следующих городов

России: Москва, Санкт-Петербург, Ставрополь, Бийск, Екатеринбург, Оренбург, Казань, Краснодар, Калининград, Сыктывкар, Нижневартовск, Новосибирск, Омск, Орёл, Ростов-на-Дону, Армавир, Сочи, Симферополь, Таганрог, Ярославль, Красноярск, Уфа, Таганрог, Челябинск, Майкоп, Волгоград, Саратов, Анапа, Томск, Елец, Чита, Рыбинск, Мценск, Сургут, Хабаровск, Петрозаводск

а также из стран ближнего зарубежья: г. Алматы, г. Туркестан (Казахстан), г. Донецк (Донецкая Народная Республика), г. Минск (Беларусь) и Европы: Италия, Рисский университет.



Научное издание

**«МОЛОДЕЖЬ-НАУКЕ – XII. Актуальные проблемы туризма,  
гостеприимства, общественного питания и технического сервиса»**

Материалы  
Всероссийской научно-практической конференции  
студентов, аспирантов и молодых ученых,  
г. Сочи, 15-17 апреля 2021 г.  
[Электронное издание]

*Ответственный за выпуск  
к.т.н., доцент, Приходько Л.Н.*

*Статьи печатаются в авторской редакции*

*Подписано в печать .  
Уч.-изд. л.      Усл. печ. л.  
Редакционно-издательский центр ФГБОУ ВО «СГУ»  
354003, г. Сочи, ул. Пластунская, 94. Тел*