



**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
СОЮЗ БИАТЛОНИСТОВ РОССИИ**

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

**МАТЕРИАЛЫ II ВСЕРОССИЙСКОЙ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ**

17 – 18 мая 2018 г.

МАЛАХОВКА, МГАФК

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
СОЮЗ БИАТЛОНИСТОВ РОССИИ

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ
ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

МАТЕРИАЛЫ II ВСЕРОССИЙСКОЙ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

17-18 мая 2018 г.

Малаховка

УДК 796.01(063)
ББК 75.1
С 56

*Редактор-составитель: доктор педагогических наук, профессор
Дунаев Константин Степанович*

С 56 **Современные тенденции развития теории и методики физической культуры, спорта и туризма : материалы II Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, 17-18 мая 2018 г. / Моск. гос. акад. физ. культуры ; ред.-сост. К. С. Дунаев. – Малаховка, 2018. – 424 с.**

ISBN 978-5-00063-022-8

В сборник вошли материалы научных исследований, представленные на II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (17-18 мая 2018 года), проведенной кафедрой ТМФКС Московской государственной академии физической культуры и союзом биатлонистов России (СБР). В сборник вошли материалы, доложенные на конференции и присланные для заочного участия. Тезисы докладов и статьи, включенные в настоящий сборник, опубликованы преимущественно в авторской редакции, сокращение текстов было минимальным.

Сборник предназначен для широкого круга специалистов в сфере физической культуры и спорта, преподавателей вузов, тренеров, аспирантов и студентов.

ББК 75.1

ISBN 978-5-00063-022-8

© Московская государственная академия физической культуры, 2018

8. Фешина, А. Н. Методы и средства физической подготовки в вузе / А. Н. Фешина, К. С. Дунаев // Юбилейная научно-практическая конференция аспирантов и студентов института : материалы конференции / Моск. ин-т ком. хоз. и строительства. – М., 2004. – С. 347-348.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СОВРЕМЕННЫХ УЧАЩИХСЯ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Герасевич А.Н.^{1,2}, к.б.н., доцент;

Пархоц Е.Г.², Олексюк А.П.², Титаренко Я.В.³

¹*Институт истории НАН Беларуси, отдел антропологии,
г. Минск, Республика Беларусь,*

²*Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина,
г. Брест, Республика Беларусь,*

³*Белорусский государственный университет,
г. Минск, Республика Беларусь*

Актуальность. Процесс физического развития (ФР) и функционального созревания организма школьников разного возраста характеризуется гетерохронностью, признаками полового диморфизма и другими характерными особенностями [1, 2, 3, 5, 7]. В прикладном аспекте динамика показателей ФР и физической подготовленности (ФП) имеет важное значение для индивидуальной оценки роста и развития организма детей разных стран [3, 4, 6, 8, 9].

Сведения мониторинга морфофункционального состояния необходимы определения отклонений в состоянии опорно-двигательного аппарата, уровня физподготовленности и отбора учащихся на занятия в различных медицинских группах на уроках физической культуры и здоровья. Дифференцировка процесса обучения в школе по категориям возраста (младший, средний и старший) дает основания для рассмотрения особенностей динамики показателей морфофункционального состояния организма учащихся с этой точки отсчета на восходящей стадии онтогенеза.

Целью работы было определение рейтинга показателей физического развития и физической подготовленности по динамике их приростов у детей старшего школьного возраста (15-17 лет).

Методы исследования. Общее количество обследованных (n=872, 439 мальчиков (М) и 433 девочки (Д)), учащиеся общеобразовательных школ г. Бреста в возрасте 15-17 лет. Применяемые методы: 1) антропометрия (обхватные, длиннотные, широтные размеры, всего - 18 показателей,

см. таблицу 1); 2) тестирование ФП (отдельные тесты из батареи Еврофит [9], всего - 5 показателей, см. таблицу 3); 3) математико-статистическая обработка.

Обсуждение результатов исследования. Анализ приростов средних значений широкого спектра *показателей ФР* показал, что у учащихся старшего школьного возраста (таблицы 1, 2) диапазоны приростов были выражено ниже (в сравнении с более младшими возрастами). В группе М их диапазон составил 0,19–2,45 %/год, в группе Д – 0,05–1,06 %/год. При таких низких скоростях прироста у М наивысший рейтинг был отмечен у показателей: масса тела (2,45 %/год), окружность предплечья (1,49 %/год), окружность грудной клетки (ОГК (выдох), 1,38 %/год), окружность плеча (1,37 %/год) и ОГК (вдох, 1,29 %/год). В группе Д картина приростов также была несколько иной. Наивысший в группе (но отнюдь не высокий по уровню) рейтинг имели: ширина эпифиза бедренной кости (ЭБК, –1,06 %/год), масса тела (0,90 %/год), ширина эпифиза плечевой кости (ЭПК, 0,82 %/год), окружность предплечья (0,75 %/год) и окружность плеча (0,74 %/год).

Наименьшие значения в рейтинговых позициях имели следующие показатели: у М – длина правой ноги (ПН, 0,19 %/год), длина левой ноги (ЛН, 0,25 %/год) и экскурсия грудной клетки (ЭГК, 0,34 %/год); у Д – длина тела сидя (0,05 %/год), ЭГК (0,10 %/год) и длина тела (0,19 %/год).

Важно вместе с определением приростов соматометрических показателей производить оценку приростов показателей физической подготовленности. Это необходимо делать учитывая принцип единства морфологических и функциональных свойств организма.

Таблица 1 – Абсолютные и относительные приросты средних значений показателей физического развития мальчиков старшего школьного возраста

№	Показатели	Средние значения		Приросты значений			Рейтинг
		15 лет	17 лет	абсол.	относ., %	отн., %/год	
1	Масса тела, кг	63,34±0,86	67,99±0,99	4,65	7,34	2,45	1
2	Длина тела стоя, см	174,53±0,62	178,27±0,70	3,74	2,14	0,71	12
3	Длина тела сидя, см	89,29±0,38	92,14±0,41	2,85	3,19	1,06	7
4	Длина ЛН, см	96,00±0,47	96,72±0,60	0,72	0,75	0,25	17
5	Длина ПН, см	96,12±0,46	96,67±0,62	0,55	0,57	0,19	18
6	ОГК (пауза), см	84,65±0,54	87,88±0,69	3,23	3,82	1,27	6
7	ОГК (вдох), см	89,76±0,54	93,23±0,66	3,47	3,87	1,29	5
8	ОГК (выдох), см	81,81±0,52	85,19±0,70	3,38	4,13	1,38	3

№	Показатели	Средние значения		Приросты значений			Рейтинг
		15 лет	17 лет	абсол.	относ., %	отн., %/год	
9	ЭГК, см	7,96±0,18	8,04±0,20	0,08	1,01	0,34	16
10	Окружность плеча,	26,02±0,25	27,09±0,34	1,07	4,11	1,37	4
11	Окружность пред-	22,85±0,16	23,87±0,23	1,02	4,46	1,49	2
12	Окружность талии,	72,12±0,52	73,64±0,61	1,52	2,11	0,70	13
13	Окружность таза,	91,39±0,58	94,13±0,58	2,74	3,00	1,00	8
14	Окружность бедра,	54,36±0,47	55,98±0,64	1,62	2,98	0,99	9
15	Окружность голе-	34,81±0,27	35,57±0,30	0,76	2,18	0,73	11
16	Ширина ЭПК, мм	68,03±0,36	66,91±0,86	-1,12	-1,65	-0,55	14
17	Ширина ЭБК, мм	92,55±0,69	95,14±0,80	2,59	2,80	0,93	10
18	Ширина таза, см	31,43±0,19	31,92±0,26	0,49	1,56	0,52	15

Таблица 2 – Абсолютные и относительные приросты средних значений показателей физического развития девочек старшего школьного возраста

№	Показатели	Средние значения		Приросты значений			Рейтинг
		15 лет	17 лет	абсол.	относ., %	относ., %/год	
1	Масса тела, кг	55,09±0,65	56,58±0,81	1,49	2,70	0,90	2
2	Длина тела стоя,	164,42±0,47	165,37±0,54	0,95	0,58	0,19	16
3	Длина тела сидя,	86,66±0,25	86,78±0,32	0,12	0,14	0,05	18
4	Длина ЛН, см	90,05±0,41	89,00±0,53	-1,05	-1,166	-0,389	12-
5	Длина ПН, см	90,07±0,41	89,02±0,54	-1,05	-1,166	-0,389	12-
6	ОГК (пауза), см	82,01±0,53	81,05±0,61	-0,96	-1,171	-0,390	11
7	ОГК (вдох), см	86,34±0,53	85,40±0,64	-0,94	-1,09	-0,36	14
8	ОГК (выдох), см	79,45±0,54	78,49±0,67	-0,96	-1,21	-0,40	10
9	ЭГК, см	6,89±0,18	6,91±0,16	0,02	0,29	0,10	17
10	Окр-сть плеча,	24,36±0,19	24,90±0,25	0,54	2,22	0,74	5
11	Окр-сть предпле-	21,25±0,13	21,74±0,17	0,49	2,31	0,77	4
12	Окр-сть талии,	66,38±0,44	67,21±0,59	0,83	1,25	0,42	9
13	Окружность таза,	91,24±0,47	92,51±0,67	1,27	1,39	0,46	8
14	Окр-сть бедра,	54,35±0,43	54,82±0,61	0,47	0,86	0,29	15
15	Окр-сть голени,	33,79±0,20	34,50±0,32	0,71	2,10	0,70	6

№	Показатели	Средние значения		Приросты значений			Рейтинг
		15 лет	17 лет	абсол.	относ., %	относ., %/год	
16	Ширина ЭПК,	60,80±0,34	59,31±0,69	-1,49	-2,78	-0,82	3
17	Ширина ЭБК, мм	87,57±0,39	84,79±0,87	-2,45	-3,17	-1,06	1
18	Ширина таза, см	30,63±0,17	31,07±0,25	-0,61	-0,79	0,48	7

Анализ динамики *показателей ФП* позволил сделать следующие заключения.

В *старшем школьном возрасте* (таблица 3) также происходила очередная перегруппировка показателей по рейтингу в сравнении с более младшими группами, но только в группе М: у них на первой позиции расположился показатель гибкости (прирост на 19,10 %/год), далее – показатель равновесия – (на 6,24 %/год – уменьшение, т. е. улучшение) и на 3-й позиции – результат броска медбола (на 5,71 %/год). В группе Д позиции показателей остались почти неизменными в рейтинге, однако уже значительно уменьшилась величина прироста по ведущим показателям – в 2–3,5 раза: на 1-й позиции в рейтинге был результат броска медбола (улучшение на 6,07 %/год), на 2-й – показатель гибкости (на 4,03 %/год) и на 3-й – сила мышц кисти (на 1,84 %/год).

Таблица 3 – Абсолютные и относительные приросты средних значений показателей физической подготовленности детей старшего школьного возраста

№	Показатели	Средние значения		Приросты значений			Рейтинг
		15 лет	17 лет	абсол.	относ., %	относ., %/год	
Мальчики							
1	Сила мышц кисти, кг	31,55 ±0,58	36,79 ±0,72	5,24	16,61	5,54	4
2	Равновесие, кол-во раз	8,49 ±0,49	6,90 ±0,59	-1,59	-18,73	-6,24	2
3	Скорость движения руки, с	12,84 ±0,28	11,25 ±0,53	-1,59	-12,38	-4,13	5
4	Гибкость, см	4,52 ±0,59	7,11 ±0,86	2,59	57,30	19,10	1
5	Бросок медбола, см	781,73 ±16,98	915,63 ±45,92	133,90	17,13	5,71	3

№	Показатели	Средние значения		Приросты значений			Рейтинг
		15 лет	17 лет	аб-сол.	от-нос., %	от-нос., %/год	
Девочки							
1	Сила мышц кисти, кг	21,74 ±0,32	22,94 ±0,42	1,20	5,52	1,84	3
2	Равновесие, кол-во раз	6,93 ±0,46	6,91 ±0,63	-0,02	-0,29	-0,10	5
3	Скорость движения руки, с	13,99 ±0,31	14,43 ±0,79	0,44	3,15	1,05	4
4	Гибкость, см	11,08 ±0,53	12,42 ±0,67	1,34	12,09	4,03	2
5	Бросок медбола, см	529,33 ±14,42	625,71 ±42,40	96,38	18,21	6,07	1

Проведенный анализ изменений соматометрических и функциональных показателей по скорости приростов (в год, годовых приростов) в разных половых группах в разрезе старшего школьного возраста (как и других возрастных групп) является важным и для системы образования Республики Беларусь. Современная информация такого типа практически отсутствует. А необходимость ее очевидна, так как учет возрастно-половых особенностей организма учащихся в процессе обучения является одной из основных категорий для рационального планирования учебной нагрузки, организации процесса обучения и физического воспитания.

Таким образом, исследование позволило выявить, что рейтинги приростов показателей в группах М и Д по категории старшего школьного возраста (15–17 лет) выглядят следующим образом:

- по соматометрическим показателям: *максимальные рейтинги*: у М – масса тела, окружность предплечья, ОГК (выдох), окружность плеча и ОГК (вдох); у Д – ширина ЭБК, масса тела, ширина ЭПК, окружность предплечья и окружность плеча; *минимальные рейтинги*: у М – длина ПН, длина ЛН и ЭГК; у Д – длина тела (сидя), ЭГК и длина тела;

- по показателям физической подготовленности: М – гибкость; равновесие; бросок медбола; Д – бросок медбола; гибкость; сила мышц кисти.

Выводы.

1. В рейтинге показателей физического развития по динамике приростов в группе учащихся старшего школьного возраста у мальчиков (масса тела, окружность предплечья, ОГК (выдох), окружность плеча и ОГК (вдох)) и девочек (ширина ЭБК, масса тела, ширина ЭПК, окружность предплечья и окружность плеча) ведущие места занимают как схожие, так и отличные друг от друга показатели. Это свидетельствует как об общих

тенденциях онтогенеза на этапе старшего школьного возраста, так и о проявлении признаков полового диморфизма. Кроме этого, особенностью динамики показателей является также низкая скорость прироста показателя экскурсии грудной клетки в обеих группах.

2. Рейтинг приростов показателей физической подготовленности у учащихся старшего школьного возраста достаточно хорошо дифференцирован. По половым группам рейтинг показателей выглядит следующим образом: у мальчиков: гибкость – равновесие – бросок медбола; у девочек: бросок медбола – гибкость – сила мышц кисти.

Обнаружение дифференцированного рейтинга приростов показателей физической подготовленности дает возможность сосредоточить внимание специалистов на более сензитивных (для данного отрезка онтогенеза) показателях при развитии физических способностей (качеств) у мальчиков и девочек, либо в случае отставания отдельных из них – усилить воздействие на организм учащихся для ликвидации такого отставания.

4. Полученные результаты свидетельствуют о гетерохронности процесса формирования морфофункционального статуса организма и проявлении выраженных признаков полового диморфизма у учащихся в период старшего школьного возраста.

Важным представляется обратить внимание специалистов на ведущие показатели при формировании элементов морфологии, физподготовленности и в целом функционального состояния организма современных учащихся для дальнейшего использования их в процессе обучения и физического воспитания при проведении врачебно-педагогического контроля.

Список использованных источников

1. Баранов, А. А. Физиология роста и развития детей и подростков (теоретические и клинические вопросы) : практическое руководство. В 2 т. Т. 1 / А. А. Баранов, Л. А. Щеплягина ; под ред. А. А. Баранова. – М., 2006. – 326 с.
2. Дунаев, К. С. Физическая культура : программа дисциплины для студентов I-IV курсов всех специальностей / К. С. Дунаев ; Мин-во обр. Рос. Федерации ; Моск. ин-т ком. хоз-ва и строительства. – М., 2000. – 24 с.
3. Изаак, С. И. Состояние физического развития и физической подготовленности молодого поколения России и их коррекция на основе технологии популяционного мониторинга : автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / С. И. Изаак. – СПб, 2006. – 52 с.
4. Мониторинг физического состояния школьников / С.П. Левушкин [др.]. – М. : Советский спорт, 2012. – 167 с.
5. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – С.109–113, 158–298.

6. Таблицы показателей морфофункционального состояния организма школьников г. Бреста / А. Н. Герасевич [и др.] ; под общ. ред. А. Н. Герасевича. – Брест : БрГУ, 2017. – 75 с.
7. Теория и методика физической культуры / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд. – М. : Советский спорт, 2010. – С. 106–190.
8. Физическое развитие детей и подростков Российской Федерации. 2013 г. Вып 6 / под ред. А. А. Баранова, В. Р. Кучмы. – М. : ПедиатрЪ, 2013. – 192 с.
9. Dziecko wiejskie bialskie / K. Górniak [i in.]. – B. Podlaska : Print-PAP, 2010. – 193 s.
10. Testing physical fitness. Eurofit experimental battery : provisional handbook [Электронный ресурс]. – Режим доступ : www.bitworks-engineering.co.uk. – Дата доступа: 01.04.2017.

ХАРАКТЕРИСТИКА КОНТИНГЕНТА СПОРТИВНЫХ АРБИТРОВ ПО БАСКЕТБОЛУ В РЕЖИМЕ ПРЕДСЕЗОННОГО РЕГИОНАЛЬНОГО СЕМИНАРА

*Горлова С.Н., к.б.н., доцент,
Соболев Д.В., к.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Воронежский государственный
институт физической культуры»,
Дерганов Ю.П., доцент,
вице-президент Воронежской Федерации Баскетбола,
г. Воронеж, Россия*

Актуальность. На сегодняшний день одним из проблемных направлений в спорте, является кадровая профессионально-образовательная политика в области судейства. В соответствии с п. 21 ст. 2 Федерального закона о спорте спортивный судья — это физическое лицо, уполномоченное организатором спортивного соревнования обеспечить соблюдение правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании, прошедшее специальную подготовку и получившее соответствующую квалификационную категорию.

Судья - это жизненно важный и обязательный атрибут всех спортивных соревнований. В частности, в спортивных играх, квалифицированный судья, соблюдая принципы Fair Play, прежде всего, несет серьезную ответственность за воспитание игроков, тренеров, зрителей. Иными словами, судьи - первые помощники игроков на пути достижения высот в спорте - помощники верные и справедливые [3].

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

<i>Агальцов И.И., п. Малаховка, Россия, Юдин С.В., г. Москва, Россия, Портнов А.В., п. Малаховка, Россия</i>	
Изменение скоростно-силовых способностей футболистов 16-17 лет различного соматического развития в годичном цикле подготовки.....	3
<i>Алексашин Д.Я., г. Москва, Россия</i>	
Российский женский биатлон в кубке наций с 2009 года.....	8
<i>Анисимов В.Ю., Силаев М.Е., Вагин В.В., г. Москва, Россия</i>	
Направленность подготовки в гиревом спорте в подготовительном периоде тренировки.....	13
<i>Анюхин Р.Б., г. Москва, Россия Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия</i>	
Преимственность и значимость юношеских соревнований по пневматическому биатлону.....	16
<i>Багин Н.А., г. Великие Луки, Россия</i>	
Подготовка студентов – спортсменов высокой квалификации в вузе	20
<i>Баранова Л.А., г. Петропавловск-Камчатский, Россия</i>	
Двигательная активность - спортивный стиль жизни студентов.....	23
<i>Беликов П.А., Пампура Н.А., г. Москва, Россия</i>	
Профессионально-прикладная лыжная подготовка и её значение в исторических параллелях при экстремальных условиях.....	30
<i>Беляева Н.А., п. Малаховка, Россия, Сиверкина Т.Е., г. Москва, Россия</i>	
Анализ тактических действий лыжниц-гонщиц в спринтерской гонке на Олимпийских играх 2018 г.....	36
<i>Буторин В.В., п. Малаховка, Россия</i>	
Особенности социо-культурной анимации средствами физической культуры подростков от 14-16 лет.....	42

Буторин В.В. , п. Малаховка, Россия Психолого-педагогический аспект влияния подвижных игр на развитие личности детей и подростков.....	45
Бучельникова М.В., Усков И.В., Морозов А.П. , п. Малаховка, Россия Характеристика планирования физической нагрузки в подготовительном периоде в скоростно-силовых видах легкой атлетики.....	52
Валуев В.А., Буланова Е.В. , г. Москва, Россия Индивидуальная программа коррекции физической подготовленности.....	54
Валуев В.А., Моросанова Н.В., Тремпольцев А.Г. , г. Москва, Россия Особенности планирования тренировочной нагрузки в зимнем ориентировании на лыжах с учетом специального биологического цикла.....	61
Герасевич А.Н. , г. Минск, г. Брест, Республика Беларусь, Пархоц Е.Г., Олексюк А.П. , г. Брест, Республика Беларусь, Титаренко Я.В. , г. Минск, Республика Беларусь Динамика показателей физического развития и физической подготовленности современных учащихся старшего школьного возраста.	68
Горлова С.Н., Соболев Д.В., Дерганов Ю.П. , г. Воронеж, Россия Характеристика контингента спортивных арбитров по баскетболу в режиме предсезонного регионального семинара.....	74
Горюнов В.М., Полуянова О.А. , г. Арзамас, Россия Ценностные ориентации студентов на двигательную активность как важная цель теоретического курса вузовской физической культуры..	78
Григорян А.Л., Аванесян Г.М. , г. Ереван, Армения, Научно-прикладные основы организации и управления физическим воспитанием студентов.....	84
Дунаев К.С. , п. Малаховка, Россия Публикационная активность преподавателей кафедры ТМФКиС МГАФК с апреля 2017 года.....	89
Ежов П.Ф., Шергин А.В. , п. Малаховка, Россия, Кукало Е.В. , г. Москва, Россия Соотношение тренировочных нагрузок по видам подготовки в студенческой команде по мини-футболу на обще подготовительном этапе подготовительного периода.....	94