

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Пензенский государственный университет» (ПГУ)

Современные аспекты
физкультурной, спортивной
и психолого-педагогической работы
с учащейся молодежью

Материалы заочной научно-практической конференции
с международным участием

г. Пенза, 17 ноября 2017 г.

Под редакцией
А. А. Пашина, А. А. Рогова, С. В. Петруниной

Пенза
Издательство ПГУ
2017

УДК 796
ББК 75
С56

С56 Современные аспекты физкультурной, спортивной и психолого-педагогической работы с учащейся молодежью : материалы заоч. науч.-практ. конф. с междунар. участием (17 ноября 2017 г.) / под ред. А. А. Пашина, А. А. Рогова, С. В. Петруниной. – Пенза : Изд-во ПГУ, 2017. – 178 с.

ISBN 978-5-906913-58-6

Представлены научные статьи, в которых рассматриваются актуальные проблемы физического воспитания и спорта, психолого-педагогической работы с учащейся молодежью.

Издание предназначено для работников в области физической культуры и спорта вузов, тренеров, спортсменов, психолого-педагогической деятельности преподавателей, учителей и слушателей.

**УДК 796
ББК 75**

Редакционная коллегия:

Пашин А. А. – доктор педагогических наук, профессор,
директор Института физической культуры и спорта ПГУ;

Рогов А. А. – кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой «Физическое воспитание» ПГУ;

Петрунина С. В. – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры «Физическое воспитание» ПГУ

ISBN 978-5-906913-58-6

© Пензенский государственный
университет, 2017

Содержание

Аверьянов С. Е. ЦЕНТРАЛИЗОВАННАЯ ТРЕНИРОВКА В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ: ПРИНЦИПЫ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ	3
Аллакин Ю. А. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ СПОРТИВНЫМ СПОСОБОМ БРАСС ОБУЧАЮЩИХСЯ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	7
Аллакин Ю. А. ПРОБЛЕМЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ПЛАВАНИИ НА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ.....	9
Батяйкин А. М., Луткова И. Н., Лутков М. А. ПРОВЕДЕНИЕ ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	11
Беляева В. В., Беляев С. Н. РАЗВИТИЕ СКОРОСТНОЙ И СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ.....	15
Бибяков Р. А. МЕТОДИКА РАЗУЧИВАНИЯ РЫВКА ГИРИ.....	18
Беляев А. М., Сурков Н. О., Луткова И. Н. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ЛЫЖНИКОВ С УЧЕТОМ ИХ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ТИПОЛОГИИ.....	21
Бочкова Е. И., Кранчина М. В. ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	24
Бугреев В. В. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНЫМ ОРИЕНТИРОВАНИЕМ НА КУРСАНТОВ НАЧАЛЬНЫХ КУРСОВ ОБУЧЕНИЯ	28
Вдовина Н. Н., Краснов Р. Б., Солдатов В. А., Яковлев В. А. НАШ ПОДХОД К ПОДГОТОВКЕ СПРИНТЕРОВ	32
Вершкова О. И., Логутова О. А., Илютина Т. М., Шагалин А. К., Тельнов Ю. В. ИГРОВЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ДЦП.....	34
Вершкова О. И., Логутова О. А., Новак Е. С., Тельнов Ю. В. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ДЦП	37
Вишневский С. В. НОВЫЙ ПОДХОД КИНЕЗИОТЕЙПИРОВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ОПЕРАТИВНОГО ХИРУРГИЧЕСКОГО	

ВМЕШАТЕЛЬСТВА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МАНУАЛЬНО-МЫШЕЧНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ, ПРИМЕНЯЕМОГО В ПРИКЛАДНОЙ КИНЕЗИОЛОГИИ	40
<i>Володин Р. Н.</i> МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ В ГРУППАХ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	43
<i>Гонтарь В. В., Лутков А. Н., Луткова И. Н.</i> ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНАЖЕРНЫХ УСТРОЙСТВ В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ЛЫЖНИКОВ	47
<i>Гречко К. В., Тома Ж. В.</i> МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИКИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ.....	49
<i>Денисевич А. Н.</i> ИСТОРИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ГОРОДОШНОГО СПОРТА В ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ.....	55
<i>Ильин В. А., Ильин А. В.</i> ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ	57
<i>Крапчина М. В., Симаков А. В., Тихонова Ю. И.</i> ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫМ ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В НАПАДЕНИИ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 12–14 ЛЕТ	60
<i>Кирюхина И. А., Петрунина С. В., Хабарова С. М., Чистякова С. В.</i> ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОГО ПЛАВАНИЯ.....	63
<i>Коновалова К. О., Тома Ж. В.</i> НЕКОТОРЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ.....	66
<i>Кочеткова Е. Ф., Rogov A. A.</i> ОСОБЕННОСТИ ДОЗИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК У ЛИЦ С ФУНКЦИОНАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ.....	70
<i>Кочеткова Е. Ф., Позднышева Е. А., Терехина О. В.</i> ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	76
<i>Крупнов В. А., Карпушкин А. А., Вдовина Н. Н., Скоросов К. К.</i> МЕТОДЫ, ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ УПРАВЛЕНИЯ ОСВОЕНИЕМ ЭФФЕКТИВНОЙ ТЕХНИКИ ПЛАВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ	81

Крупнов В. А., Тихонов Ю. В., Илютина Т. М., Бальзанников А. Б., Хлудов Г. А. ОБОСНОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ОБУЧЕНИИ СПОРТИВНЫМ СПОСОБАМ ПЛАВАНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРНЫХ СИСТЕМ.....	82
Кужанов Е. Н. МЕТОДИЧЕСКАЯ РЕКОМЕНДАЦИЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТРЕЛКА ИЗ ПИСТОЛЕТА.....	85
Логинов В. П. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ	87
Можаров А. И., Советов М. Г., Боков Г. В., Пашин А. А. ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ «ИГР – ВИКТОРИН» С МЕЖПРЕДМЕТНЫМИ СВЯЗЯМИ ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	93
Можаров А. И., Боков Г. В., Советов М. Г., Мастерова Е. В. СОДЕРЖАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР С ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ	97
Нестеровский Д. И. СПЕЦИФИКА ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА РЕГБИСТОВ 12–18 ЛЕТ	100
Нестеровский Д. И. ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ШКОЛЬНИКОВ 12–13 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ БАСКЕТБОЛА	105
Парамошкин А. Р., Евстратов А. А., Новак Е. С., Орлова Л. М. АСПЕКТЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ТРЕНЕРОМ И СПОРТСМЕНОМ.....	109
Пашин А. А., Хмельков А. Н., Васильева А. М. О НЕОБХОДИМОСТИ УЧЕТА ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ	113
Пашин А. А., Хмельков А. Н., Васильева А. М. САМООЦЕНКА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.....	115
Петрунина С. В., Кирюхина И. А., Хабарова С. М., Чистякова С. В. МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ С ПОРАЖЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	117

Потапов Ю. Н. ВНЕДРЕНИЕ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ	121
Самойлин О. В. ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ И ОБУЧЕНИЕ ОТДЕЛЬНЫМ УПРАЖНЕНИЯМ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ НА ТРЕНИРОВКАХ ПО ВОЛЕЙБОЛУ	124
Седов Д. Г., Зими́на Л. В., Кузнецов А. М. СПОРТИВНЫЙ МАССАЖ В ПОДГОТОВКЕ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ	127
Скоросов К. К., Карпушкин А. А., Чернецов Г. А., Съедугин А. П. КОНТРОЛЬ ЛАКТАТА У ШОРТ-ТРЕКОВИКОВ В ХОДЕ СТАНДАРТИЗИРОВАННЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО МЕЗОЦИКЛА	130
Скуднов В. М. ТЕХНОЛОГИЯ ВЫВЕДЕНИЯ БЕГУНОВ НА РЕКОРДНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	132
Скуднов В. М., Соловьев В. Б. ПОКАЗАТЕЛИ КИСЛОТНО- ОСНОВНОГО СОСТОЯНИЯ КРОВИ СПОРТСМЕНОВ ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТЕ	135
Скуднов В. М., Соловьев В. Б., Володин Р. Н. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В ПОДГОТОВКЕ УЧАЩИХСЯ ВОЕННЫХ УЧИЛИЩ	137
Соловьев В. Б., Скуднов В. М. ПЕПТИДЕРГИЧЕСКАЯ СИСТЕМА КАК КООРДИНИРУЮЩЕЕ ЗВЕНО В ЦЕПИ АДАПТАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ ПРИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТЕ	140
Тренгулов К. Р., Акатьев В. П., Шерыхалин С. А., Шерыхалина Ю. Б. УСЛОВИЯ ЛЕТНЕГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ ДЛЯ СПОРТИВНОЙ ОРИЕНТАЦИИ ДЕТЕЙ	144
Трофимов О. Б., Хмельков А. Н. РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	147
Тома Ж. В., Григорьева О. Д. ПРИНЦИП ИНТЕНСИФИКАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ДЕТЕРМИНАНТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	149
Тренгулов К. Р., Спивак Е. В., Шерыхалина Ю. Б., Солдатов В. А. ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ЛЕТНЕГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ	153

<i>Тренгулов К. Р., Шерыхалин С. А., Спивак Е. В., Яковлев В. А.</i> НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ЛЕТНЕМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ	156
<i>Чернецов Г. А., Евстратов А. А., Белодед В. Г., Шагалин А. К., Тельнов Ю. В.</i> ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ДЦП В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО ДЕТСКОГО САНАТОРИЯ	158
<i>Шидловский И. Е.</i> МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ – СПЕЦИАЛИСТОВ СЛУЖБЫ РАВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММАМ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ВУЗЕ	161
<i>Шиндина И. В., Rogov A. A.</i> ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК ГТО	166
<i>Шиндина И. В.</i> ПОДГОТОВКА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ КАДРОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ОСНОВЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	169

Научное издание

Современные аспекты
физкультурной, спортивной
и психолого-педагогической работы
с учащейся молодежью

Материалы заочной научно-практической конференции
с международным участием

г. Пенза, 17 ноября 2017 г.

Материалы представлены в авторской редакции

Компьютерная верстка *М. Б. Жучковой*
Дизайн обложки *А. А. Стаценко*

Подписано в печать 14.12.2017.
Формат 60×84¹/₁₆. Усл. печ. л. 10,35.
Тираж 100. Заказ № 790.

Издательство ПГУ.
440026, Пенза, Красная, 40.
Тел./факс: (8412) 56-47-33; e-mail: iic@pnzgu.ru