

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное образовательное учреждение высшего
образования «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени А.И. ГЕРЦЕНА»**

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



1797

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ:
ИННОВАЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

**Сборник материалов
Всероссийской научно-практической конференции
«ГЕРЦЕНОВСКИЕ ЧТЕНИЯ»**

ПОД НАУЧНОЙ РЕДАКЦИЕЙ:

д-ра пед. наук Эйдельман Любовь Николаевны,
канд. пед. наук, доцента Фокина Александра Михайловича,
д-ра пед. наук, профессора Зюкина Анатолия Васильевича,
канд. пед. наук, доцента Габова Михаила Владимировича

Сборник рекомендован к изданию ученым советом
Института физической культуры и спорта
РГПУ им. А.И. Герцена,
протокол № 13 от 05 мая 2022 года

**г. Санкт-Петербург
2022**

УДК 796
ББК 75.1

Научные редакторы: заведующая кафедрой оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта Института физической культуры и спорта РГПУ им. А.И. Герцена д.п.н. **Эйдельман Любовь Николаевна**; заведующий кафедрой физического воспитания и спортивно-массовой работы, директор Института физической культуры и спорта РГПУ им. А.И. Герцена к.п.н., доцент **Фокин Александр Михайлович**; профессор кафедры физического воспитания и спортивно-массовой работы Института физической культуры и спорта РГПУ им. А.И. Герцена д.п.н., профессор **Зюкин Анатолий Васильевич**; доцент кафедры физического воспитания и спортивно-массовой работы Института физической культуры и спорта РГПУ им. А.И. Герцена к.п.н., доцент **Габов Михаил Владимирович**.

Ответственный и технический редактор: д.п.н. **Эйдельман Любовь Николаевна**

Рецензенты: профессор Высшей школы спортивной педагогики Института физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого доктор педагогических наук, профессор **Болотин Александр Эдуардович**; профессор кафедры оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта Института физической культуры и спорта РГПУ им. А.И. Герцена, заместитель директора по учебно-спортивной работе ГБУ Спортивная школа Красногвардейского района СПб доктор педагогических наук, профессор **Филиппова Светлана Октавьевна**

Ф50 Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Герценовские чтения» / под научн. ред. Эйдельман Л.Н., Фокин А.М., Зюкин А.В., Габов М.В., // РГПУ им. А.И. Герцена. - СПб.: Изд.: ООО «Р-КОПИ», 2022. - 432 с.

ISBN 978-5-6048050-9-1

В Сборнике материалов Всероссийской научно-практической конференции «Герценовские чтения» «Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития» собраны научные статьи и доклады, раскрывающие современное состояние и перспективы развития физической культуры и спорта в России, актуальные вопросы подготовки педагогических кадров и совершенствования учебного процесса образовательных учреждений в данной сфере, научно-методические подходы в применении инновационных и традиционных физкультурно-оздоровительных технологий.

Сборник предназначен в качестве основной и дополнительной литературы для студентов и специалистов в области физической культуры, профессиональной физической подготовки, теории и методики спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Ответственность за достоверность сведений, соблюдение законов об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов.

УДК 796
ББК 75.1

© Коллектив авторов, 2022

© Дизайн обложки: РГПУ им. А.И. Герцена, 2022

© Издательство ООО «Р-КОПИ», 2022

ISBN 978-5-6048050-9-1

ОГЛАВЛЕНИЕ

Обращение к участникам конференции Фокина А.М. - директора Института физической культуры и спорта РГПУ имени А.И. Герцена	4
СЕКЦИЯ 1	
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	10
Арефьева П. М., Захарьева Н. Н. Особенности развития утомления мастеров спорта, занимающихся спортивной аэробикой	10
Артемьева Ж.С. Анализ техники как основа совершенствования выполнения комбинированных равновесий с работой предметом в художественной гимнастике	15
Ботяев В.Л., Дронь Ю.А. Координационная подготовленность юных спортсменов каратистов на этапе начальной подготовки	20
Грачев К.А., Зюкин А.А. Специфические особенности техники приемов акватлона	24
Григорьев В.И. Фрактальные процессы в развитии физической культуры студентов на платформе ESG	27
Жевлаков Е.Г., Фарбей В.В., Фарбей В.В. Применение дыхательных упражнений в стрелковой подготовке биатлонистов различных типов	32
Кириянова Л.А. Структуризация показателей горно-беговой подготовленности спортсменов горного бега	36
Колесников Н. В., Морозова Л.В. Распределение и параметры тренировочных нагрузок в годичном макроцикле подготовки юных легкоатлетов	40
Ложкин В. А., Ложкина Г.В. Терминология физической культуры	43
Ложкин В.А., Ложкина Г.В. Специальная терминология физической культуры .	48
Лукьяненко В.П., Лукьяненко Н.В. Особенности реализации фитнес-программ функциональной направленности в занятиях с молодыми женщинами	54
Макарова В.С., Степанова И.А., Соболева Е.А. Использование предметов художественной гимнастики как материальных регуляторов при совершенствовании специфических движений эстетической гимнастики	60
Мальцев Д.В. Целесообразность раннего начала занятий спортивным плаванием	64
Мельникова Т.И., Виноградова О.П. Повышение скоростной реакции студентов средствами бадминтона	68
Ошуркова С.М., Медведева Е.Н. Алгоритм освоения комбинированных поворотов с работой предметом на основе учета биомеханической структуры движений в художественной гимнастике	72
Родичкин П.В., Пахарева А.П. Применение комплекса упражнений для укрепления голеностопного сустава у спортсменов – легкоатлетов на этапе спортивной специализации	77
Петрова К.Т., Родичкин П.В., Малышева Е.В. Предпосылки использования оздоровительной аэробики в образовательных учреждениях	80
Петрова К.Т., Родичкин П.В., Малышева Е.В. Комплексное развитие физических способностей студентов педагогических колледжей средствами оздоровительной аэробики	82
Пильник Я.Л. Ограничение травмоопасных факторов в военно-прикладном плавании	85
Пильник Я.Л. Подходы к формированию оплаты труда профессиональных спортсменов	88

Плешивцев М.В., Фокин А.М., Малышева Е.В. Физическая культура и спорт в образовательных учреждениях в условиях дистанционного обучения	93
Понимасов О.Е. Основы формирования силового потенциала гребка в командных упражнениях гребли	96
Соболева А.Е., Скорохватова Г.В. Факторы конкурентных преимуществ в фитнес индустрии	99
Соболева Е.А., Медведева Е.Н., Супрун А.А. Актуальность учета технико-эстетических компонентов исполнительского мастерства в художественной гимнастике, как показатель надежности выступления на соревнованиях	102
Сомкин А.А. Перспективные опорные прыжки в женской спортивной гимнастике на «Олимпийский цикл» 2021-2024 годов	105
Трофимович И.И., Нарский А.Г., Соколов Ю.И. Организация учебно-тренировочного процесса на общеподготовительном этапе подготовки юных легкоатлетов	110
Филиппова С.О. Оценка результатов выполнения занимающимися спортивных школ Санкт-Петербурга контрольно-переводных нормативов при зачислении на различные этапы спортивной подготовки	115
Чепак Е.М., Сомкин А.А. Прогнозирование основных тенденций развития вольных упражнений в женской спортивной гимнастике на новый «Олимпийский цикл»	119
СЕКЦИЯ 2	
АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ	124
Бурханова И.Ю., Воронин Д.И. Игровые образовательные технологии подготовки кадров в сфере адаптивной физической культуры	124
Венедиктов И.Н., Кипрушина И.И. Слагаемые формы отчета магистранта по практикам научно-исследовательской работы	129
Витенко Ю.Э. Коррекция физической подготовленности студентов специальных медицинских групп в учебно-тренировочном процессе	133
Власова Н.О. Актуальные проблемы подготовки педагогических кадров в области физической культуры и спорта	137
Волкова Н.Л. Использование электронных курсов в подготовке педагогов по физической культуре	141
Гусева Т.А., Соколова А.А., Брызгалова Е.Н. Потенциал рабочей тетради в организации самостоятельной работы обучающихся педагогического колледжа	145
Евгеньев А.А., Виноградов И.Г., Шубин Е.Г., Пилина И.Б. Взаимосвязь ритма движения и дыхание в беге на короткие дистанции	149
Зюкин А.В., Понимасов О.Е. Акценты преподавания безопасности спорта в специализированных вузах физической культуры	153
Костов Ф.Ф., Малышева Е.В., Смирнова Г.Н. Оценка качества производственной практики студентами института физической культуры	157
Малышева Е.В., Сабурова Е.В. Компетенции тренеров по синхронному плаванию в практике подготовки юных синхронисток	160
Певицына Л.М. Технология разработки программы повышения квалификации учителей физической культуры для размещения в федеральном реестре	163
Рябчиков А.И., Чепак Е.М. Обоснование дополнительного сокращения отдельных гимнастических терминов	167
Скорохватова Г.В., Яцковец А.С., Любченко А.А. Адаптация бакалавров института физической культуры и спорта к дистанционной форме обучения	170

Скорохватова Г.В., Ансимова З.Ю., Коновалов Д.Е. Профессиональная готовность бакалавров к выполнению трудовых функций	174
Смирнова Г.Н. Повышение профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры и спорта в формате педагогических практик	177
Смирнова Г.Н. Теоретические основы организационно-управленческих компетенций у студентов физкультурного вуза	182
Чепакон Е.М., Рябчиков А.И., Трушина Т.Л. Гимнастическая терминология в профессиональной деятельности специалистов по физической культуре	185
Юревич С.Н., Левшина Н.И., Санникова Л.Н. Коммуникативная компетентность педагога физической культуры	188

СЕКЦИЯ 3

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗНОГО ТИПА И ВИДА	191
--	------------

Алексеева С.В. Отношение студентов к комбинированной форме обучения с применением информационных технологий в преподавании физической культуры	191
Архипова Ю.А., Онучин Л.А., Сизова Т.В. Традиционные и инновационные формы организации массовых физкультурно-спортивных мероприятий рекреативной направленности в вузе	195
Бледнова В.Н., Шепелева М.И. Дистанционные образовательные технологии по элективной дисциплине «Физическая культура и спорт»	200
Болотин А.Э., Габов М.В., Сагиев Т.А., Жукова Т.В. Специфика проявления силовых способностей у юных биатлонистов в условиях соревновательной гонки	204
Бондин В.И., Пономарёва И.А., Глушкова Д.Ю. Организационно-методические инновационные подходы к формированию мотивации студентов к занятиям оздоровительной физической культурой	208
Васильков В.Г., Камачева Е.А. Роль физической культуры в учебном процессе у студентов творческих специальностей	212
Глухова М.Ю., Абдурахманова А.К. Подвижные игры как средство развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста	216
Горюченко Е.С., Фокин А.М., Зюкин А.А., Белорусова С. А. Ранговая структура факторов, определяющих необходимость использования индивидуальных заданий в процессе подготовки баскетболистов	221
Забоева Е.А., Головки А.А. Профессионально-личностное воспитание студентов института информационных технологий и технологического образования в процессе занятий физической культурой и спортом	225
Забоева Е.А., Головки А.А. Формирование профессиональных качеств студентов института информационных технологий и технологического образования средствами физической культуры	228
Зефирова Е.В., Соловьёва Т.В. Самостоятельные занятия физическими упражнениями школьников, как средство совершенствования учебного процесса	231
Зуб И.В. Дисциплина «Физическая культура и спорт» как средство подготовки специалистов плавсостава к самостоятельным занятиям физическими упражнениями во время рейса	235
Зюкин А.В., Карпова С.Н., Габов М.В., Барченко С.А. Профилактика заболеваний плечевого сустава на основе применения упражнений с резиновым жгутом	239
Клочкова М.Е., Фроленков А.А. Оздоровительно-рекреационное воздействие стритбола на студентов творческих специальностей	242
Костромин О.В., Зайцев А.В. Спортивная состязательность, как основа повышения интереса студентов к занятиям физической культурой и спортом	246

Кочергин А.Б., Дышко Б.А., Фокин А.М., Каменева М.А. Использование тренировочных средств и средств контроля для реализации силовых возможностей в плавании	250
Кубанов И.А. Динамика изменения ростовых параметров профессиональных спортсменов в современном волейболе	255
Кузнецова О.М., Тихомиров В.М., Кузнецов А.А. Об актуальности внесения структурных изменений в содержание занятий по физической подготовке в интересах повышения мотивации к процессу своего физического совершенствования обучающихся-девушек военной академии воздушно-космической обороны	259
Лавриненко Н.И. Особенности взаимодействия стопы с опорой при беге в обычных условиях и с тягой за пояс вперед	262
Малиновская Н.В., Фёдорова А.В., Позднякова Е.В. Формы организации спортивно-массовых мероприятий в условиях дистанционного обучения	268
Новикова А.В., Захаров А.Е., Кручинина М.А. Формирование мотивации у студентов первого курса к самостоятельной организации двигательной активности	271
Пальтиель Л.Р., Овчинников В.П. Байдарочный поход по русскому северу как средство историко-патриотического воспитания студенческой молодежи	274
Правдов М.А., Правдов Д.М. Олимпийское образование детей дошкольного возраста на основе интеграции образовательных областей программы детского сада	277
Райзих А.А. Оценка уровня физической подготовленности юношей допризывного возраста на основе выполнения государственных требований ВФСК ГТО	282
Савельев Д.С., Жерлыгина Е.С. Практика применения гимнастики animal flow в занятиях студентов технического вуза	285
Савельев Д.С., Жерлыгина Е.С., Панченко И.А. Использование онлайн-курса «Энциклопедия упражнений. Тренажерный зал» для локального использования студентами Горного университета	290
Сагиев Т.А., Габов М.В., Жукова Т.В., Барченко С.А. Содержание базового блока подготовки юных биатлонистов на основе блочно-модульной технологии развития силовой выносливости	294
Сайкина Е.Г. Проблема пролонгированного снижения интереса школьников к урокам физической культуры и пути ее решения: авторский взгляд	298
Сидоренко А.С. Развитие мышечно-связочного аппарата лучезапястного сустава студентов играющих во фловотен	304
Степченкова О.П. Влияние соревновательно-игровой методики на посещаемость занятий по физической культуре в вузе	308
Стрелецкая Ю.В., Калинина Т.В. Педагогический контроль на занятиях оздоровительной аэробикой в рамках элективных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт»	312
Стрелецкая Ю.В. Влияние занятий аэробикой на физическую подготовленность и физическое развитие студенток заочной формы обучения в рамках элективных занятий по физической культуре в сельскохозяйственном вузе	316
Тусеева Е.И., Соболева Н.Ю., Кузьмина Ю.Б. Применение знаний принципов здорового образа жизни в повседневной жизни студентов	321
Устинов И.Е. Упражнения с ограничением зрительного контроля в практике физического воспитания студентов неспортивных вузов	325
Фарберов М.Б., Шелкова Л.Н., Соколов Н.Г. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи	328
Чернышева Е.Н., Носова Я.В. Формирование двигательной компетенции в образовательном пространстве высшего учебного заведения	331
Чернышева Е.Н., Носова Я.В. Организация учебно-тренировочного процесса по легкой атлетике в условиях непрофильного вуза	335

Шейченко Т.А. Морское многоборье, как прикладной вид физической культуры	337
Шелкова Л.Н., Горовенко Е.С., Габов М.В., Васютина И.П. Обоснование показателей профессиональной готовности тренеров студенческих команд по баскетболу	342

СЕКЦИЯ 4

ИННОВАЦИОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ РОССИИ	346
--	-----

Абрамова Ю.Н., Макарова А.А., Сахарова Ю.А. Инновационные образовательные и физкультурно-оздоровительные технологии в оздоровлении воспитанников дошкольной образовательной организации	346
--	-----

Бондаренко И.В., Пономарева Н.П. Использование авторского игрового пособия «Прыг-скок, квадратики» для развития самостоятельной двигательной деятельности детей дошкольного возраста с нарушением опорно-двигательного аппарата	351
--	-----

Гусева Т.А., Селезнева Д.Л. Технология терренкур в дошкольных образовательных учреждениях	355
--	-----

Захарьева Н.Н., Степаник И.А., Коняев И. Д., Малиева Е.И. Значение показателей вариабельности ритма сердца для оценки адаптации юных артистов балета к физической нагрузке	359
---	-----

Кузьмина С.В., Никитина Е.С. Влияние дистанционного обучения на физическую подготовленность студентов вузов	365
--	-----

Никитина Е.С., Сорокина Л.С. Использование индивидуальных заданий для спортсменок легкоатлетов сборной команды университета с применением дистанционных технологий обучения	368
--	-----

Никитина Е.С., Данилова В.О. Использование фитнес-технологий в процесс общей физической подготовки баскетболисток 3х3	372
--	-----

Перевозникова Н.И. Технология обучения физической культуре в дистанционном формате	375
---	-----

Смирнова Ю.В., Сайкина Е.Г. Анализ применения инновационных технологий в занятиях по физической культуре с военно-прикладной направленностью в научных исследованиях студентов и магистрантов	379
--	-----

Удалова М.А. Анализ развития специальной выносливости гимнасток, выступающих в групповых упражнениях художественной гимнастики	384
---	-----

Федорова А.В., Малиновская Н.В. Применение современных образовательных технологий в формировании информационных потребностей студентов	387
---	-----

СЕКЦИЯ 5

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И АДАПТИВНОГО СПОРТА В РОССИИ	390
--	-----

Бакуленко И.Н. Реализация проекта «Пижамная зарядка» с обучающимися с поражением опорно-двигательного аппарата	390
---	-----

Владимирова О.Б., Крицына М.А. Использование игр с мячом в воспитании детей с расстройством аутистического спектра	395
---	-----

Григан С.А., Вишина А.Л. Физкультурно-оздоровительные занятия со студентами с ограниченными возможностями здоровья	399
---	-----

Евсикова Н.Ю. Возможности осуществления физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в рамках инклюзивного образования.....	403
Иванов А.В., Баряев А.А. Особенности классификации игроков в хоккее-следж (адаптационное направление)	406
Ильина Г.В. Взаимодействие с семьями воспитанников с ограниченными возможностями здоровья по реализации коррекционно-развивающих комплексов	409
Кувшинова И.А., Шафранова Ю.А. Адаптивная физическая культура как один из методов реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья	414
Максимова С.Ю. Возможности оптимизации физической подготовки детей с расстройством аутистического спектра	418
Матвеев А.Д., Меркулова О.А., Егорова А.М. К вопросу о формировании положительного отношения к инклюзивной физкультурно – оздоровительной работе у студентов вузов	421
Умнякова Н.Л., Хамбур И.Г. К проблеме двигательной депривации детей школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья: сравнительный анализ	425
Эйдельман Л.Н., Соловьёва Т.В. Особенности преподавания дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», реализуемой в процессе обучения бакалавров по направлению подготовки 49.03.02	429