

УДК 796.011
ББК 75
А 43

Рекомендовано к изданию научно-методическим советом Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

А 43 «Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта в Восточной Сибири»: Материалы Областной *VIII* научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых (24 апреля 2015 г.). – Иркутск: ООО «Мегапринт», 2015. – 186с.

В сборнике представлены материалы Областной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. Публикации отражают результаты теоретических и эмпирических исследований по направлениям работы конференции.

Сборник адресован специалистам в области физической культуры и спорта, преподавателям высшего и среднего профессионального образования, студентам, аспирантам, тренерам детско-юношеских спортивных школ, методистам, научным работникам, а также всем лицам, интересующимся современными проблемами развития физической культуры и спорта в Восточной Сибири.

В материалах сохранено авторское изложение и выполнено лишь необходимое редактирование, в связи с чем, за качество и достоверность представленных материалов ответственность несет автор публикации.

Ответственные редакторы:

Воробьева Е.В. - д.п.н., доцент, директор Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

Богданович Н.Г. - к. псих. н., доцент, зам. директора Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ» по НИР

Киселева И.Н. – зав. научно-исследовательской лабораторией Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» в г. Иркутске, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

НАПРАВЛЕНИЕ V. ТЕНДЕНЦИЯ РАЗВИТИЯ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ВОСТОЧНОЙ СИБИРИ	10
<i>Александрова Е.В.</i> СТРУКТУРА ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ НАГРУЗОК У БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	10
<i>Борисова Е.В., Цоктеева Ч.Д.</i> РАЗВИТИЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА В ВОСТОЧНОЙ СИБИРИ	13
<i>Васьковский Р.А., Гаськова Н.П.</i> ПОВЫШЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПРИНТЕРОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	15
<i>Винникова Е.В., Григорьев А.А.</i> МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ 12-13 ЛЕТ, С ПРИМЕНЕНИЕМ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР	18
<i>Гумбатов Э.Р., Черкашина А.Г.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА	22
<i>Кабанов А.Е.</i> РАЗРАБОТКА БИЗНЕС-ПРОЕКТОВ ОРГАНИЗАЦИЙ, РЕАЛИЗУЮЩИХ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ	24

<i>Казимиренко А.И., Воробьева Е.В.</i> ПЛАНИРОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ БОКСЕРОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ	28
<i>Каптуров А.А., Якимов К.В., Куго Э.Э.</i> ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ПАУЭРЛИФТЕРОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ	36
<i>Кончаков Д. С.</i> МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ КАЧЕСТВ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ ПОЖАРНО-ПРИКЛАДНОГО СПОРТА В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА	39
<i>Суханова Т.А., Гусляков О.С.</i> ПОВЫШЕНИЕ СКОРОСТНО - СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОКСЕРОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	42
<i>Якимов К.В., Куго Э.Э.</i> РОЛЬ СУДЬИ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА	44
НАПРАВЛЕНИЕ VI. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРЫ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	47
<i>Агафонова Т.А., Распутин В.В.</i> ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДАХ ОБУЧЕНИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	47
<i>Верницкая Л.В.</i> КОРРЕКЦИЯ МАССЫ ТЕЛА У ДЕТЕЙ 7-10 ЛЕТ, СТРАДАЮЩИХ ОЖИРЕНИЕМ, СРЕДСТВАМИ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ	49
<i>Губарь Н.А., Губарь С.А., Королева А.А.</i> АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	54

<i>Баженова В.А.</i> ИСТОРИЯ ПАРАЛИМПИЙСКИХ ИГР	58
<i>Бандуровская Я.А.</i> ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ, КАК СПОСОБ ПОДДЕРЖАНИЯ ДЛИТЕЛЬНОЙ РЕМИССИИ ПРИ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ	61
<i>Булычева Н.А.</i> ЙОГАТЕРАПИЯ ПРИ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ	63
<i>Данилова А.В.</i> КОНЦЕПЦИЯ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	66
<i>Думнова А.А.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ	69
<i>Кувин С.С., Васильева Е.А., Гуманенко В.В.</i> ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИХ КОНТРАКТУР КОЛЕННОГО СУСТАВА	72
<i>Монгуш А-Х.М.</i> АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	73
<i>Новоселова Т.А.</i> ЗНАЧЕНИЕ ЛЕЧЕБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ РЕАБИЛИТАЦИИ В ПОСТОПЕРАТИВНОМ ПЕРИОДЕ ПОСЛЕ УДАЛЕНИЯ МЕЖПОЗВОНКОВОЙ ГРЫЖИ	76
<i>Степаненко Д.А., Булнаева Г.И.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СПОРТСМЕНОВ ИНВАЛИДОВ И СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БОРЬБОЙ	80

<i>Труфанова Е.А., Паламарчук А.В.</i> ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	82
<i>Юшина А.В., Гаськова Н.П.</i> ПРИМЕНЕНИЕ ПРОГРАММЫ «АДАПТИВНЫЙ ПАУЭРЛИФТИНГ» ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА	85
НАПРАВЛЕНИЕ VII. ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ КАК СРЕДСТВО НРАВСТВЕННОГО И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ	89
<i>Балуева А.А.</i> АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ	89
<i>Ван В.М.</i> ВЛИЯНИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МИРОВОЙ КУЛЬТУРЫ	90
<i>Меркулович И.О., Балдухаева И.И.</i> СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР ДРЕВНЕГРЕЧЕСКИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР	93
НАПРАВЛЕНИЕ VIII. ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ И ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	96
<i>Антипина Н.В.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	96
<i>Аржадеева В.С.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СНОУБОРДОМ НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ И ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ	99

<i>Баранова М. А., Гришина Г. А.</i> СИСТЕМА ОЦЕНКИ РАБОТЫ ОРГАНИЗМА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ	101
<i>Баранова О.С., Черкашина А.Г.</i> ВЛИЯНИЕ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ НА ОРГАНИЗМ ПОДРОСТКОВ	104
<i>Ворожцов А.М.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И ВЕДЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА	106
<i>Говорушкина В.Н., Ацута А.Д.</i> ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ГЛАЗАМИ СТУДЕНТОВ	109
<i>Громова Я.С., Лыженкова Р.С., Букина П.И.</i> ИННОВАЦИИ, КАК НЕОБХОДИМЫЙ ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА СТАНОВЛЕНИЕ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ	112
<i>Дыбов С.П.</i> ЙОГА КАК СРЕДСТВО УЛУЧШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ 9-12 ЛЕТ	115
<i>Карнапольцева Н.В.</i> «ФИТНЕС» КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ВЕДУЩИЙ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ	118
<i>Козлова С.В.</i> ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ	121
<i>Коломеец В.С., Шохирев В.В.</i> ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ В ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ ПЕРИОД	124
<i>Кудряшова Е.М.</i> ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И САМОРАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА	126

<i>Куколина Н.В., Косова Е.В.</i> МУДРОСТЬ НАРОДА – ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ О ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ	129
<i>Махляр Е.Е.</i> ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА	134
<i>Паргаменко А.С.</i> РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ	136
<i>Пахоменко Е.А.</i> ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА СИСТЕМУ КРОВООБРАЩЕНИЯ	139
<i>Перевалов Д.Ю.</i> ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ И ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	141
<i>Сивун Н.Ф.</i> ЗДОРОВЬЮ МОЖНО НАУЧИТЬ	143
<i>Скородед Е. П., Струганов С. М.</i> ФОРМИРОВАНИЕ УДАРНОЙ ТЕХНИКИ СРЕДСТВАМИ ИГРОВОГО МЕТОДА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ	146
<i>Смолянникова К.А., Струганов С. М.</i> ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ГТО КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА	150
<i>Суворова И., Беляева К.В.</i> ПЛИОМЕТРИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ	153
<i>Мариненко И.А., Хомколов П.В.</i> ЭЛЕКТРОМАГНИТНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ И ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ	157

<i>Тарасюк К.Н.</i> ЭРГОНОМИКА КАК ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ	160
<i>Калашникова Р.В., Хабалов М.И.</i> АЙКИДО, ПОЛЬЗА И ВОЗМОЖНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ	162
<i>Хромченко М.И., Топченюк И.А.</i> ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА НА ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ВСЕСТОРОННЕ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	165
<i>Шатковская А.В., Лыженкова Р.С.</i> МОТИВАЦИЯ, КАК НЕОБХОДИМЫЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ	168
<i>Ярулин С.И., Соболева А.А.</i> БОКС - СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ	172