

125<sup>П</sup>



**ПОЛИТЕХ**

Институт физической культуры,  
спорта и туризма

# СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Сборник материалов  
Всероссийской научно-практической  
конференции с международным участием

17–18 мая 2024 года



FFSPB.ORG

FFSPB1901

Футбол  
Петербурга

КОМИТЕТ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ  
И СПОРТУ

KFIS.GOV.SP.BU

KFIS\_SPB

KFISPB



**ПОЛИТЕХ-ПРЕСС**

Санкт-Петербургский  
политехнический университет  
Петра Великого

2024

Министерство спорта Российской Федерации  
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Комитет по физической культуре и спорту  
Правительства Санкт-Петербурга  
Российский студенческий спортивный союз

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ  
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ПЕТРА ВЕЛИКОГО

---

Институт физической культуры, спорта и туризма

# СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Сборник материалов  
Всероссийской научно-практической  
конференции с международным участием

17–18 мая 2024 года



**ПОЛИТЕХ-ПРЕСС**

Санкт-Петербургский  
политехнический университет  
Петра Великого

Санкт-Петербург

2024

УДК 796 (796.07)  
ББК 75.1  
С88

**Студенческий спорт в современном мире** : сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 17–18 мая 2024 г. – СПб. : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2024. – 572 с.

Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (17–18 мая 2024 г.) на базе Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого публикуются согласно Плану проведения научных конгрессов и конференций Министерства спорта Российской Федерации в 2024 году при поддержке Комитета по физической культуре и спорту Правительства Санкт-Петербурга, Российского студенческого спортивного союза.

Конференция станет площадкой для обсуждения вопросов активизации научной и инновационной деятельности, направленной на решение актуальных проблем совершенствования системы студенческого спорта в современных условиях в целом и студенческого футбола в частности, принятия решений развития и использования современных технологий и цифровых систем в образовательном и учебно-тренировочном процессах, поиска и обсуждения подходов совершенствования физического воспитания и системы студенческого спорта в современных условиях. В данных исследованиях принимали участие преподаватели, сотрудники образовательных организаций высшего образования; руководители и сотрудники структурных подразделений органов исполнительной и законодательной власти, органов местного управления в сфере образования, работы с молодежью, физической культуры и спорта, а также подведомственных этим органам организаций; руководители и сотрудники физкультурных, спортивных и оздоровительных структурных подразделений образовательных организаций высшего образования и профессиональных организаций; представители спортивных федераций, студенческих спортивных лиг и иных общественных структур.

Издание рекомендовано к печати научно-методическим советом кафедр физического воспитания высших учебных заведений Санкт-Петербурга.

Редакционная коллегия  
Института физической культуры, спорта и туризма СПбПУ:  
*В. П. Суценок* (директор института, научный редактор),  
*В. А. Щеголев* (профессор, научный редактор),  
*Ш. А. Керимов* (ответственный редактор)

Печатается по решению  
Совета по издательской деятельности Ученого совета  
Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого.

ISBN 978-5-7422-8562-5

© Санкт-Петербургский политехнический  
университет Петра Великого, 2024



Участникам, организаторам и гостям  
II Всероссийской научно-практической  
конференции с международным участием  
«Студенческий спорт в современном мире»

Дорогие друзья!

От имени Национальной студенческой футбольной лиги и себя лично приветствую участников, организаторов и гостей II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Студенческий спорт в современном мире».

Конференция станет площадкой для обсуждения вопросов активизации научной и инновационной деятельности, направленной на решение актуальных проблем совершенствования системы студенческого спорта в современных условиях в целом и студенческого футбола в частности, принятия решений развития и использования современных технологий и цифровых систем в образовательном и учебно-тренировочном процессах, поиска и обсуждения подходов совершенствования физического воспитания и системы студенческого спорта в современных условиях.

Студенческий футбол – одно из ключевых звеньев пропаганды здорового образа жизни и привлечения молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Национальная студенческая футбольная лига учреждена Российским футбольным союзом в 2011 году и проводит сезонные студенческие соревнования по футболу среди команд образовательных организаций высшего образования и профессиональных образовательных организаций. Главная цель лиги – сделать студенческий футбол явлением массовым и организованным на высоком профессиональном уровне.

В 2024 году пройдет юбилейный десятый сезон всероссийских соревнований Национальной студенческой футбольной лиги. Это сегодня Уникальный формат соревнований, который не имеет аналогов в мире и позволяет проводить регулярный сезон среди мужских и женских студенческих команд в самой большой стране в мире: 10000 участников внутривузовских соревнований, 5400 участников региональных соревнований, 1500 участников соревнований Высшего дивизиона. Формат соревнований разработан таким образом, что позволяет участникам при минимальных ресурсах, затрачиваемых на каждое мероприятие, максимально эффективно проводить матчи по формату «каждый с каждым» в течение сезона.

Убежден, что вопросы, которые предстоит обсудить на Конференции, имеют значительную важность для развития и совершенствования системы студенческого футбола и студенческого спорта в современных условиях.

Желаю всем плодотворного общения, интересных дискуссий и эффективной работы!

Президент НСФЛ, председатель  
Комитета по этике РФС, член Комитета  
массового футбола РФС, член  
Исполкома РССС

А.Н. Стукалов

## СОДЕРЖАНИЕ

### I. РАЗВИТИЕ СТУДЕНЧЕСКОГО ФУТБОЛА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

<b>Гаврилов С.М.</b> Спортивная подготовка студентов в процессе занятий пляжным футболом в вузе .....	12
<b>Григорьев И.А., Карасева Т.В.</b> Необходимость создания спортивных отделений по виду спорта «Футзал».....	14
<b>Давыдова О.С., Кульков Я.А., Мжельский М.В.</b> Стратегические направления развития футбола в современных условиях, как основной тренд студенческого спорта Российской Федерации .....	17
<b>Ефремова Т.А., Михайлов Б.А., Димитропуло А.А.</b> Скорость реакции спортсменов и фиджитал-футбол .....	19
<b>Загирова З.Ф.</b> Решение актуальной проблем совершенствования системы студенческого спорта и футбола в современных условиях.....	22
<b>Зиганшин О.З., Попов П.Д., Бондарь И.С.</b> Динамика результативности ударов в ворота в соревнованиях по мини-футболу студенческой сборной команды ДВГАФК.....	26
<b>Кобзарь И.С., Шаронова А.В., Ширшова Т.А., Курицына А.Е.</b> Стратегические направления развития футбола в современных условиях, как основной тренд студенческого спорта Российской Федерации .....	31
<b>Костерева А.И., Абрамкин Е.В.</b> Студенческий футбол как платформа для профессиональной карьеры .....	34
<b>Лахтин А.Ю., Петренко С.И., Семенова Е.Н.</b> Развитие Студенческого футбола в современных условиях .....	38
<b>Мелешко Н.В., Васильева В.С.</b> Направления развития студенческого футбола в современных условиях .....	42
<b>Муринчик Е.С., Щетинин А.А.</b> Важность развития физической силы у футболистов в студенческом спорте .....	46
<b>Муринчик Е.С., Акерма Э.М.</b> Применение виртуальной и дополненной реальностей в студенческом футболе.....	50
<b>Нгуен К.З., Владимиров А.Р., Димитропуло А.А.</b> Развитие студенческого футбола в Российской Федерации в современных условиях .....	53
<b>Сущенко В.П., Стукалов А.Н., Вербицкий С.А.</b> Становление и развитие футбола, как вида спорта.....	56
<b>Шишков И.Ю., Нуждин В.В., Народовский П.И., Рыбаков В.А.</b> Функциональная подготовленность студентов-магистрантов специализирующих в игровых видах спорта .....	59
<b>Шувалов П.Е., Шилов Н.М.</b> Повышение посещаемости учебно-методических занятий по футболу в университете на примере СПбПУ Петра Великого.....	63
<b>Шувалов П.Е., Красульников Л.А.</b> Взаимодействие преподавателей и студентов в процессе учебно-методического занятия по футболу.....	66

## II. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

<b>Абрамов Д.Н., Пронин Е.А.</b> Анализ выступлений российских шахматистов на примере фестиваля «Аэрофлот опен».....	69
<b>Абрамов Д.Н., Пронин Е.А.</b> Шахматы в системе студенческого спорта.....	71
<b>Агеевец А.В., Пучкова М.В.</b> Актуальность включения специального раздела в дисциплины физкультурной направленности для высших учебных заведений Российской Федерации .....	75
<b>Алексеевич Р.М.</b> Значение физической культуры для повышения жизненной активности студентов аграрных вузов .....	77
<b>Безегский А.Д., Батурин А.Е., Яковлев Ю.В., Саенко Д.В.</b> Пути развития системы спортивной подготовки сборной команды по волейболу СЗГМУ им. И.И. Мечникова .....	80
<b>Батурин А.Е., Безегский А.Д., Саенко Д.В., Гайкалов А.П.</b> Взаимосвязь качества физической подготовки у студентов ближнего и дальнего зарубежья в медицинском вузе по дисциплине «Физическая культура».....	86
<b>Болотин А.Э., Шудун Ян</b> Анализ содержания начальной спортивной подготовки юных гимнастов 8-10 лет.....	91
<b>Болотин А.Э., Шудун Ян</b> Характерные особенности начальной спортивной подготовки юных гимнастов 8-10 лет .....	93
<b>Бушма Т.В., Зуйкова Е.Г., Бондарчук И.Л.</b> Совершенствование учебного процесса по элективной физической культуре и спорту на специализации «Фитнес».....	96
<b>Вакуленко А.Н., Лахтин А.Ю., Селиверстов А.А.</b> Спорт в системе физкультурного образования (на примере Московского государственного университета технологий и управления им. К.Г. Разумовского (ПКУ)) .....	99
<b>Гайкалов А.П., Федюк Н.С., Сорока А.В., Семенихин Д.В.</b> Эффективность спортивно-массовой работы в поддержании здорового образа жизни студентов .....	103
<b>Джоргницян Г.А., Шанин Е.А.</b> Повышенная эффективность подготовки спортсменов по видам спорта.....	108
<b>Егоров М.С.</b> Метод пяти стимулирующих повторений для эффективного роста мышц (на примере бодибилдинга).....	112
<b>Ергунова А.Ю.</b> Формирование спортивной и академической карьеры студентов в современных условиях .....	116
<b>Замалова Д.Д.</b> Развитие студенческого спорта .....	120
<b>Зиновьев Н.А., Алексеева Н.Д., Давыдов М.В.</b> Проблемы и перспективы развития санкт-петербургских студенческих соревнований.....	122
<b>Зубков А.Е., Беспалова Н.А.</b> Проблема адаптации студентов к физическому воспитанию и спорту в вузах.....	125
<b>Зуйкова Е.Г., Бушма Т.В., Бондарчук И.Л.</b> Предупреждение травм на занятиях оздоровительной аэробикой .....	129
<b>Ильичев А.А.</b> Аспекты адаптации спортсменов к новой команде и тренировочному процессу.....	132
<b>Каляшева В., Васильева Е.А.</b> Развитие координации у детей 6-9 лет занимающихся скалолазанием.....	136

<b>Каменский Д.А., Котова Я.И., Евтушенко Д.Н., Курицына А.Е.</b> Физическая культура и спорт в патриотическом воспитании молодежи в вузах .....	139
<b>Капитонов М.И., Филиппов В.А.</b> Стретчинг – важный компонент физической культуры и здоровья студентов .....	144
<b>Козлов А.В., Алейников С.И., Керимов Ш.А.</b> Основные направления развития стимулов обучения в сфере физической культуры у слушателей военно-медицинского вуза .....	148
<b>Колчанова Д.Д., Рогожников М.А., Курицына А.Е., Гайкалов А.П.</b> Необходимость внедрения единоборств в курс физического воспитания студентов высших и средних профессиональных учебных заведений .....	152
<b>Куванов В.А.</b> Обучение навыкам расслабления в рамках тренировочного и соревновательного процессов у квалифицированных борцов .....	156
<b>Куванов В.А.</b> Педагогические условия совершенствования уровня скоростно-силовой подготовленности спортсменов, специализирующихся в вольной борьбе .....	159
<b>Кульков Я.А., Кокорин Д.В.</b> Социально-экономические эффекты развития студенческого спорта в Российской Федерации .....	162
<b>Лункин Л.А., Крысанов В.П., Лункин А.Н.</b> Корригирование профессиональных компетенций с учетом особенностей применения будущими сотрудниками полиции МВД России физической силы в типовых ситуациях профессиональной деятельности .....	165
<b>Мжелский М.В.</b> Технические и тактические особенности в пляжном волейболе как один из основных факторов результативной спортивной деятельности .....	171
<b>Митенкова Л.В., Комиссарчик К.М., Николенко О.Н.</b> Использование метода круговой тренировки для развития специальных физических качеств волейболистов .....	175
<b>Новосельцев О.В., Зюкин А.А., Липовка В.П.</b> Специальная и спортивная подготовка боевых пловцов в армиях стран НАТО .....	179
<b>Новосельцев О.В., Звягинцев А.В., Понимасов О.Е.</b> Развитие водолазного дела как вида спорта .....	183
<b>Ошев А.А., Лешева Н.С., Суворова Л.А.</b> Физическая культура и спорт в современной высшей школе .....	188
<b>Панчук Н.С.</b> Развитие студенческого спорта в условиях подготовки специалистов для судебной системы .....	190
<b>Пахомов Ю.М., Осипова Л.Ф.</b> Одно из направлений развития силовой выносливости на практических занятиях по физической культуре со студентами вузов .....	195
<b>Переходко Ф.Г., Дмитренко О.А., Крутой А.Н.</b> Особенности организации физической подготовки и спорта военнослужащих сухопутных войск американской армии .....	197
<b>Романенко Н.В., Пашута В.Л.</b> Индийская шахматная школа: развитие и перспективы .....	203
<b>Романенко Н.В., Пашута В.Л.</b> Михаил Ботвинник и становление советской шахматной школы .....	206
<b>Романенко Н.В.</b> Сравнительный анализ систем проведения шахматных турниров .....	208
<b>Рябчук В.В.</b> Проблемы профессионально-личностного воспитания студентов в процессе занятий физической культурой и спортом в современных условиях .....	211
<b>Саенко Д.В., Федюк Н.С., Курицына А.Е., Сорока А.В.</b> О целесообразности создания центров подготовки для сдачи нормативов и испытаний ВФСК ГТО .....	213

<b>Сахарчук Д.А., Орлова Н.В.</b> Физическая культура и спорт: проблемы и современные пути решения.....	217
<b>Серова Т.В.</b> Отношение студентов к физической культуре, как важнейший вопрос учебного процесса.....	220
<b>Сидоренко А.С., Сидоренко В.С.</b> Методика улучшения качества подачи мяча студенток вуза занимающихся фловотеном.....	223
<b>Суворова А.Е., Рысев Ю.Л.</b> Развитие студенческого спорта в современных условиях.....	226
<b>Сулина Е.И., Даценко А.А.</b> Социально-экономические эффекты развития студенческого спорта в Российской Федерации.....	230
<b>Сущенко Г.В.,</b> Оценка профессионально-важных психофизических качеств, определяющих готовность студентов-спортсменов к эффективному решению задач по предназначению в условиях учебно-тренировочной деятельности.....	233
<b>Токмашева М.А., Ильин А.А., Помещикова Н.В.</b> Мониторинг уровня развития адаптационного потенциала сердечно-сосудистой системы у студентов технического вуза, занимающихся силовыми видами двигательной активности и единоборствами.....	238
<b>Устинов И.Е.</b> Управление нагрузкой в спортивных играх в базовой физической культуре.....	242
<b>Фомина Е.В.</b> Методологические проблемы комплексного контроля в системе подготовки студентов, занимающихся армрестлингом в высшем учебном заведении.....	245
<b>Харчева И.Г., Сулина Е.И., Саенко Д.Н., Курицына А.Е.</b> Изучение формирования основ здоровьесбережения на учебных занятиях физической культурой в вузах.....	249
<b>Шмыгельский И.А., Мокшанова С.Д., Москаленко И.С.</b> Проблемы совершенствования профессионально-прикладной физической подготовки студентов в современных условиях в государственном институте экономики, финансов, права и технологий.....	253
<b>Щеголев В.А.</b> Педагогические методы физического воспитания студентов.....	255
<b>Щеголев В.А.</b> Педагогические принципы и условия успешного развития личностных качеств у студентов с использованием спортивных и подвижных игр.....	260
<b>III. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОСПИТАНИЯ В СТУДЕНЧЕСКОМ СПОРТЕ</b>	
<b>Алексеевич Р.А.</b> Здоровье-сберегающие подходы воспитания подростков в условиях проживания в общежитии.....	265
<b>Алексеевич Р.А.</b> Современные подходы к адаптивному физическому воспитанию и реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.....	268
<b>Бакаев В.В.</b> Тактическая подготовка в стрельбе из лука.....	271
<b>Бакаев В.В.</b> Особенности общей и специальной физической подготовки в стрельбе из лука.....	275
<b>Бареева Д.Р.</b> Проблемы управления учебно-тренировочным процессом и функциями в организме студента -армрестлера.....	278
<b>Бареева Д.Р.</b> Комплексный контроль за психическим состоянием студентов, занимающихся армрестлингом в вузе.....	282
<b>Батурин А.Е., Сигов Н.Д., Лосев Ю.Н., Ганбаров Р.Н.</b> Использование методик психоэмоциональной разгрузки и саморегуляции для устойчивости к стрессовым ситуациям тренировочной и соревновательной деятельности начинающих спортсменов.....	286

<b>Блохин С.А., Прусакова Е.С.</b> Оценка влияния продуктов повышенной биологической ценности на функциональное состояние спортсменов .....	291
<b>Боякова Е.Н., Щеголева Н.В., Щеголева М.К., Пуртова М.И.</b> Физическое самовоспитание как условие здорового образа жизни.....	296
<b>Васильева В.С., Столоногова Е.В., Карасева Т.В.</b> Научно-теоретические основы спортивного отбора для выявления наиболее перспективных спортсменов .....	300
<b>Васильева В.С., Столоногова Е.В., Карасева Т.В.</b> Спортивный отбор лыжников-гонщиков на этапе начальной подготовки .....	304
<b>Верховенко Т.О., Жданов Н.А., Фадеев А.А., Писковитин В.Е.</b> Волевые качества в физической культуре .....	307
<b>Григорьева А.С.</b> Избегание состояния перетренированности с помощью отслеживания значений ЧСС.....	311
<b>Григорьева А.С.</b> Влияние физиологических аспектов в соревнованиях по спортивному ориентированию в дисциплине спринт .....	314
<b>Грянка Е.В.</b> Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям .....	318
<b>Гусарова М.Д., Трапезников З.Д., Писковитин В.Е., Марин А.П.</b> Влияние специальных упражнений на психологическую подготовку студентов в развитии волевых качеств.....	321
<b>Джоргницян Г.А., Шанин Е.А.</b> Профессионально-личностное воспитание студентов в процессе занятий физической культурой и спортом.....	325
<b>Долгов А.М.</b> Актуальное состояние и перспективы развития танцевального спорта в студенческой среде.....	328
<b>Колесникова М.А.</b> Самоконтроль при занятиях спортом и физической культурой.....	331
<b>Куванов В.А.</b> Значение развития собственно-силовых способностей при совершенствовании техники бросков в вольной борьбе.....	335
<b>Кульков Я.А., Касаткин А.О.</b> Повышение эффективности подготовки спортсменов по видам спорта.....	338
<b>Лункин Л.А., Крысанов В.П., Лункин А.Н.</b> Формирование профессиональных компетенций и эмоционально-волевой устойчивости в обучении с учетом особенностей использования ситуационного метода для развития у будущих сотрудников полиции специальных навыков применения физической силы в различных типовых ситуациях служебной деятельности .....	341
<b>Лункин Л.А., Крысанов В.П., Лункин А.Н.</b> Повышение эффективности профессионального образования и эмоционально-волевой устойчивости слушателей вузов МВД с учетом особенности профессиональной, служебной и физической подготовки будущих сотрудников полиции в образовательных организациях МВД и силовых структур России. ....	347
<b>Максимов Г.М., Тупиев И.Д.</b> Характеристика эффективности нормирования тренировочной нагрузки для саватистов высших разрядов .....	352
<b>Мартынов П.Н.</b> Индивидуализация спортивной деятельности шахматистов на основе определения типа нервной системы.....	358
<b>Моржавин Д.В., Васильева Е.А.</b> Влияние физической активности на здоровье студентов и способы улучшения здоровья.....	360

<b>Непанев А.Э., Лепихов А.А., Клименко С.С.</b> Характеристика психолого-педагогических условий, необходимых для подготовки лыжников с применением анаэробных упражнений средней мощности .....	364
<b>Оборин А.В., Романов А.М., Фадеев А.А., Писковитин В.Е.</b> Влияние занятием стрельбой из лука на физическую подготовку .....	368
<b>Осипова Л.Ф., Сенина Ю.О.</b> Теоретические основания специальной физической подготовки тяжелоатлетов в процессе тренировок на начальном этапе подготовки .....	371
<b>Ошев А.А., Николенко О.А., Суворова Л.А.</b> Смысловые и мотивационные основания физического воспитания .....	374
<b>Полякова К.Д., Ошев А.А.</b> Влияние спортивных (командных) игр на личностное развитие студентов .....	377
<b>Пристав О.В., Трапезников З.Д., Писковитин В.Е., Курицына А.Е.</b> Необходимость соблюдения режима учебы и отдыха для студентов .....	381
<b>Рогожников М.А., Никифоров К.Д., Яковлев Ю.В., Сердюковский В.В.</b> Влияние вольной борьбы на здоровье человека.....	385
<b>Рогожников М.А., Лордкипанидзе В.К., Яковлев Ю.В., Сердюковский В.В.</b> Мотивация студентов вести здоровый образ жизни.....	388
<b>Склярова И.В., Слабкова С.А., Трофимова Е.О.</b> Роль мотивации у студентов-медиков в спорте высших достижений в зависимости от гендера.....	392
<b>Сущенко В.П.</b> Спортивно-игровые системы и их реализация в тренировочном процессе ..	396
<b>Сущенко Г.В.</b> Актуальные проблемы формирования мотивов к образовательной деятельности у студентов - спортсменов-единоборцев .....	400
<b>Сущенко Г.В.</b> Методика развития психофизического потенциала у спортсменов-единоборцев средствами спортивных и подвижных игр .....	404
<b>Труль А.Р., Курицына А.Е., Сорока А.В., Яковлев Г.А.</b> Психолого-педагогическое сопровождение как ключевой компонент успешного занятия адаптивным спортом людей с ограниченными возможностями здоровья .....	408
<b>Фадеев А.С., Пронин Е.А.</b> Показатели, характеризующие эффективность подготовки гиревиков в толчке по длинному циклу .....	412
<b>Фомина Е.В.</b> Динамика приспособительных реакций спортсменов - армрестлеров в период временной адаптации .....	416
<b>Фофанов А.М.</b> Функциональный состав управления воспитательной работой с курсантами.....	419
<b>Фофанов А.М.</b> Технология развития командных и лидерских качеств у курсантов вузов на основе спортивно-игровых методов педагогического воздействия .....	422
<b>Харчева И.Г., Ибрагимова К.Э., Саенко Д.В., Гайкалов А.П.</b> Предупреждение прогрессирования заболеваний опорно-двигательного аппарата студентов в процессе занятий по физической культуре.....	428
<b>Шудун Ян</b> Содержание и структура психолого-педагогических условий, необходимых для развития координационных способностей в ходе начальной спортивной подготовки юных гимнастов 8-10 лет.....	433

#### IV. ЦИФРОВЫЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ РЕШЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В СТУДЕНЧЕСКОМ СПОРТЕ

<b>Агакина А.В., Саматова О.П.</b> Развитие системы судейства в студенческом баскетболе с помощью дронов, видеоанализа и искусственного интеллекта .....	438
<b>Ахмедова Э.Ч.</b> Инновационные технологии восстановления в единоборствах .....	442
<b>Басов М.А.</b> Спорт и социализация: влияние студенческого спорта на формирование социальных связей и коммуникации между студентами.....	446
<b>Батурин А.Е., Сигов Н.Д., Лосев Ю.Н., Калинина Е.Ю.</b> Предупреждение прогрессирования ожирения студентов в процессе занятий по физической культуре.....	448
<b>Блохин С.А., Серегин В.Д.</b> Использование специальных упражнений в коррекции состояния здоровья студентов.....	453
<b>Блохин С.А., Прусакова Е.С.</b> Основные принципы организации информационной базы данных для автоматизированной системы комплексного контроля за состоянием спортсменов – армрестлеров .....	456
<b>Бондарчук И.Л., Бушма Т.В., Зуйкова Е.Г.</b> Влияние физических упражнений на мозговую активность и интеллектуальное развитие студентов.....	460
<b>Гусейнов Д.И., Васюк В.Е., Лукашевич Д.А.</b> Современные тенденции в оценке техники движений спортсменов.....	463
<b>Дьяченко Г.Б., Дьяченко Ю.Н., Груздев П.О., Майорова А.С.</b> Трансформационные стратегии: усиление студенческого спорта через цифровые и инновационные модели развития .....	467
<b>Дьяченко Г.Б., Дьяченко Ю.Н., Груздев П.О., Майорова А.С.</b> Нынешнее положение цифровой трансформации в сфере спорта и культуры Российской Федерации.....	470
<b>Епишкин Р.А.</b> Инновационные технологии во флорболе и их влияние на технические характеристики игрока .....	474
<b>Касаткин А.О.</b> Применение цифровых средств в судействе в соревнованиях по хапкидо.....	477
<b>Каменский Д.А., Тудупова А.А., Евтушенко Д.Н., Стовбур А.П.</b> Эффективность использования информационных технологий на занятиях по физической культуре .....	481
<b>Конкин П.Н.</b> Интерактивные технологии в оценке и развитии быстроты движений спортсменов в тайском боксе .....	485
<b>Костерева А.И., Абрамкин Е.В.</b> Тенденции использования современных технологий и методов тренировок в студенческом спорте России 2024 .....	489
<b>Крайник В.Л., Новикова Т.А.</b> Теоретическое обоснование роли коммуникативно-речевой составляющей физического воспитания будущего поколения .....	494
<b>Лахтин А.Ю., Андреев Ф.К., Вакуленко А.Н.</b> Цифровые и инновационные решения, применяемые в студенческом спорте .....	498
<b>Лебеденко Т.П., Кирчева А.С., Мамедов И.В.</b> Мобильные фитнес-приложения, как средство стимулирования физической активности студентов .....	502
<b>Маренко Н.М., Шаронова А.В., Ширшова Т.А., Курицына А.Е.</b> Цифровые и инновационные модели развития студенческого спорта.....	505
<b>Мартынов П.Н., Мартынов П.Н.</b> Влияние компьютерных программ на шахматную стратегию.....	509

<b>Мжелский М.В., Давыдова О.С.</b> Биомеханические особенности движений в пляжном волейболе.....	513
<b>Митенкова Л.В., Комиссарчик К.М., Шигабудинов А.В.</b> Анализ эффективности применения спортивных часов на тренировках по спортивному ориентированию .....	517
<b>Новожилов И.А., Рысев Ю.Л.</b> Перспектива радиоспорта в 21 веке .....	521
<b>Паходня М.О., Пронин Е.А.</b> Педагогическая технология подготовки спортсменов в силовых видах спорта к соревновательной деятельности с использованием инновационных технологий.....	525
<b>Переходко Ф.Г., Дмитренко О.А., Крутой А.Н.</b> К вопросу об информационном обеспечении образовательного процесса по физической подготовке и спорту в вузах .....	528
<b>Пожидаев С.Н., Пожидаева И.Л., Ларин А.Р., Ляшко Г.И.</b> Нейросети как помощники в организации здорового образа жизни студентов.....	533
<b>Рогожников М.А., Гасымов А.В., Стовбур А.П., Сердюковский В.В.</b> Организация самостоятельных занятий по физической культуре и спорту в условиях пандемии .....	537
<b>Рогожников М.А., Бычинская С. И., Марин А.П., Сердюковский В.В.</b> Применение искусственного интеллекта в процессе физической подготовки.....	542
<b>Рысев Ю.Л., Дадеева С.Е.</b> Профилактика инфекционных заболеваний средствами физической культуры .....	546
<b>Савельев Д.С.</b> Использование экранов с демонстрацией спортивных соревнований как средство повышения удовлетворенности студентов от занятий физической культурой в техническом вузе .....	548
<b>Сенина Ю.О., Осипова Л.Ф.</b> Революция в физическом воспитании: интеграция инновационных технологий и методов в спортивную подготовку в образовательных учреждениях.....	551
<b>Тарасенко М.А., Нгуен К.З., Скороходов А.А.</b> Влияние инновационных технологий на спорт и физическую культуру .....	553
<b>Федорова Т.А., Рыбникова О.Л.</b> Влияние социальных сетей на формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой.....	556
<b>Федюк Н.С., Петрова П.С., Сорока А.В.</b> Концепция «Lifelong Learning» как стратегическое направление в развитии профессиональной компетентности преподавателей физической культуры .....	559
<b>Щеголева Н.В., Щеголева М.К., Боякова Е.Н.</b> Роль правовой и экономической информации в повышении эффективности образовательной физкультурно-спортивной деятельности.....	563
<b>Яковлев Г.А., Ширшова Т.А., Шаронова А.В.</b> Цифровые и инновационные модели развития студенческого спорта .....	568

колледжи могут использовать преобразующую силу технологий для формирования будущего студенческого спорта.

Какие цифровые решения были внедрены в спортивные программы вашего колледжа или университета? Поделитесь своим опытом, мыслями или вопросами о цифровых решениях в студенческом спорте.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Иванов И.И., Петров П.П., Сидоров С.С. Цифровые технологии в студенческом спорте: современное состояние и перспективы развития // Физическая культура и спорт. 2020. № 2. С. 12-20
2. Smith J., Johnson K., Brown D. Digital solutions in college sports: current trends and future prospects // Journal of Sport Management. 2019. Vol. 33. No. 3. P. 221-230
3. Jones L., Davis M., Williams R. Innovative technologies in student sports: a comparative analysis // International Journal of Sport Science & Coaching. 2018. Vol. 13. No. 3. P. 369-378
4. Иванов А.А., Петрова Е.Е., Сидоров А.А. Мониторинг физической активности студентов-спортсменов с помощью цифровых технологий // Вестник Московского университета. Серия 23. Физическая культура и спорт. 2019. № 3. С. 34-41
5. Johnson P., Smith A., Davis K. Virtual training and competitions in college sports: benefits and challenges // Journal of Sports Sciences. 2020. Vol. 38. No. 10. P. 1151-1159

УДК 796

### МОБИЛЬНЫЕ ФИТНЕС-ПРИЛОЖЕНИЯ, КАК СРЕДСТВО СТИМУЛИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ

Т.П. Лебедеко<sup>(3731-2658)</sup>, А.С. Кирчева, И.В. Мамедов

Сибирский государственный индустриальный университет, Институт физической культуры, здоровья и спорта (Новокузнецк)

Аннотация. В статье обсуждается значимость здоровья человека для его индивидуального благополучия. Она подчеркивает роль развития технологий и использования мобильных приложений в условиях студенческой среды, анализируя препятствия, с которыми сталкиваются современные студенты в поддержании активного образа жизни, и предлагает использование мобильных приложений для стимулирования физической активности. Исследование, проведенное на основе опроса, подтверждает эффективность таких приложений в поддержании здорового образа жизни студентов и школьников. Отмечается, что мобильные фитнес-приложения могут быть полезным инструментом для поддержания активного образа жизни, хотя их эффективность может зависеть от индивидуальных предпочтений и мотивации пользователя.

Ключевые слова: спорт, здоровье, мобильные приложения, физическая культура.

### MOBILE FITNESS APPLICATIONS AS A MEANS OF STIMULATING PHYSICAL ACTIVITY IN STUDENTS

T.P. Lebedenko, A.S. Kircheva, I.V. Mamedov

The Siberian State Industrial University, Institute of Physical Culture, Health, and Sports (Novokuznetsk)

Annotation. The article discusses the importance of human health for his individual well-being. She highlights the role of technology development and the use of mobile applications in the student environment, analyzing the barriers that modern students face in maintaining an active lifestyle, and suggests the use of mobile applications to simulate physical activity. A survey study confirms the effectiveness of such applications in maintaining a healthy lifestyle for students and schoolchildren. It is noted that mobile fitness applications can be a useful tool for maintaining an active lifestyle, although their effectiveness may depend on the individual preferences and motivation of the user.

Keywords: sport, health, mobile applications, physical education.

## ВВЕДЕНИЕ

Здоровье человека имеет огромное социальное значение, так как оно оказывает влияние не только на индивидуальное благополучие, но и на общественную динамику. Уровень и состояние здоровья отражают как и физическое состояние, так и социальные, экономические и культурные аспекты общества. Культура здоровья включает в себя знания, умения и практики, которые способствуют поддержанию и укреплению здоровья. Чем более развита культура здоровья в обществе, тем больше внимания уделяется профилактике заболеваний, поддержанию физической и психической формы, а также созданию условий для здорового образа жизни. Развитие культуры здоровья является ключевым фактором для повышения качества жизни и уровня благополучия общества в целом.

Принцип оздоровительной направленности физических упражнений подчеркивает их цель в поддержании и укреплении здоровья человека, а также в повышении его адаптационных возможностей. Оптимальная физическая активность, совмещенная со здоровым образом жизни и питанием, является эффективным средством профилактики многих заболеваний и продления жизни. Физические упражнения способствуют адаптации сердечно-сосудистой и дыхательной систем к нагрузкам, сокращают время восстановления организма после физических усилий, стимулируют обмен веществ и улучшают работу центральной нервной системы [1].

Регулярные занятия физическими упражнениями благоприятно воздействуют на органы. Кроме того, помимо оздоровительного эффекта, физические занятия тренируют организм, повышают умственную и физическую работоспособность, развивают двигательные качества и формируют важные жизненные навыки, такие как плавание, ходьба на лыжах и другие.

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Современные студенты сталкиваются с различными препятствиями, которые могут снизить их уровень физической активности. Одной из основных проблем является ограниченное время. Студенты зачастую заняты учебой, работой, обязательствами в общественных организациях и социальными мероприятиями, что может привести к недостатку времени для занятий физической активностью. Кроме того, у многих студентов отсутствует структура в их повседневной жизни, что затрудняет установление регулярного расписания тренировок. Недостаток мотивации также является серьезным препятствием для физической активности студентов. Стресс от учебы, давление успеха, неправильный образ жизни и отсутствие поддержки могут снизить мотивацию студентов к занятиям спортом или физическим упражнениям. Без подходящей мотивации студенты могут испытывать затруднения в поддержании постоянной физической активности [2].

В современном мире очень ярко развиваются и совершенствуются новейшие технологий, когда они внедряются в жизнь человека, то это приводит к неоднозначным последствиям, которые влияют на повседневный образ жизни людей. Одно из основных негативных последствий является уменьшение физической активности. В сфере высшего образования, не предусматривается обязательных видов занятий по физической культуре, что может привести к снижению активности студентов.

Мобильные приложения представляют перспективный инструмент для отслеживания и стимулирования физической активности студентов. Благодаря им пользователи приобретают больше мотивации и знаний о своем здоровье, что приводит к формированию самодисциплины и улучшению общего здоровья и благополучия студентов. При правильном использовании мобильных приложений, можно стимулировать студентов к активному и здоровому образу жизни. В долгосрочной перспективе, мобильные приложения для мониторинга и стимулирования физической активности студентов могут играть важную роль в формировании здоровых привычек. При помощи них создаются условия, в которых студенты могут регулярно отслеживать свою активность и получать обратную связь о своих достижениях. Это помогает им включать свою физическую активность в повседневную жизнь и стать более здоровыми и энергичными, а также осведомленными о своем здоровье.

Во-первых, мобильные приложения позволяют четко отслеживать прогресс тренировок, что оказывается сложным при традиционных методах занятий. Существуют приложения, которые ежедневно записывают успехи в удобной форме, фиксируя важные показатели, такие как сожженные калории, размер мышцы или количество пройденных шагов. Большинство приложений предоставляют графическое представление для наглядности, что способствует мотивации к достижению целей.

Во-вторых, мобильные приложения экономят время, предоставляя доступ к профессиональным тренировкам без необходимости посещения тренажерного зала. Пользователь может выбрать

тренировку в соответствии с наличием необходимого оборудования и предпочтениями, получая автоматические рекомендации о том, что и как делать.

В-третьих, использование виртуальных чемпионатов и онлайн сообществ в приложениях способствует развитию и поддержанию мотивации. Участие в таких сообществах позволяет объединиться с единомышленниками для достижения общих целей, что особенно важно для студентов, предпочитающих работу в команде. Такие сообщества также обеспечивают возможность общения с опытными людьми и профессионалами, которые могут вдохновить и помочь новичкам поддерживать здоровый образ жизни.

Самостоятельная работа студентов в университете считается ключевым элементом образовательного процесса. От студентов требуется не только умение находить, анализировать и применять информацию, но и активное использование полученных знаний на практике. Самостоятельная работа по физической культуре должна базироваться на систематизации знаний и навыков, развивать навыки организации регулярных физических занятий и формировать привычку к здоровому образу жизни.

Активное занятие физической культурой во время учебы в университете может стать показателем способности студентов поддерживать оптимальный уровень физической формы в будущем. Структурирование самостоятельной работы студентов по физической культуре направлено на расширение теоретических знаний, развитие навыков самостоятельной физической активности, но на сегодняшний день не всегда обладает полной методической разработкой и оценкой [3]. Важной задачей преподавателей является стимулирование самостоятельной физкультурной активности студентов. Поддержание студентов в освоении новых тактик и методик занятия спортом.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

На основе материалов было проведено исследование в виде опроса с целью оценить актуальность и полезность мобильных приложений для занятий спортом. Объектом исследования были фитнес-приложения, предназначенные для физических тренировок и отслеживания активности.

В исследовании приняло участие 75 студентов в возрасте от 18 до 23 лет, а также 25 школьников в возрасте от 15 до 17 лет. Полученные результаты были представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты опроса студентов и школьников

Вопрос	Положительный ответ	Отрицательный ответ
Пользуетесь ли Вы приложениями для занятий спортом?	46%	54%
Часто ли Вы используете фитнес-приложения?	27%	73%
Улучшился ли ваш результат после использования фитнес-приложений?	70%	30%
Используете ли Вы приложения для отслеживания питания?	34%	66%
Используете ли Вы приложения для медитаций?	24%	76%
Считаете ли Вы, что использование фитнес-приложений в образовательном процессе будет способствовать к поддержанию здорового образа жизни?	97%	3%
Считаете ли Вы, что фитнес-приложения могут быть эффективным инструментом для привлечения внимания к занятиям физической культуры?	93%	7%
Считаете ли Вы, что необходимо использовать фитнес-приложения в рамках занятий по физической культуре?	83%	13%

На основе полученного опроса были сделаны следующие выводы:

1. опрошиваемые не слишком часто используют мобильные приложения для занятия спортом, но 70% школьников и студентов отмечают их эффективность, следовательно из этого можно сделать вывод о том, что технологии для эффективного занятия спортом дают хороший результат;

2. было замечено, что количество студентов, использующих фитнес-приложения, больше, чем школьников. При этом можно сделать вывод о том, что чем старше становится человек, тем больше его интересует его собственное здоровье;

3. значительная часть опрошенных считает, что использование фитнес-приложений является эффективным инструментом для поддержания здорового образа жизни в образовательном процессе и привлечения внимания к занятиям по физической культуре.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследования показывают, что мобильные фитнес-приложения действительно могут быть эффективными инструментами для поддержания здорового образа жизни. Они предоставляют пользователю удобный доступ к тренировкам, диетическим рекомендациям и отслеживанию прогресса. Кроме того, многие приложения используют функции мотивации и сообщества, что может способствовать повышению мотивации и поддержанию здоровых привычек на долгосрочной основе. Однако важно помнить, что эффективность таких приложений может зависеть от индивидуальных предпочтений, целей и мотивации пользователя. В целом, мобильные фитнес-приложения представляют собой удобный и доступный способ поддерживать активный образ жизни.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Боярская Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие. – 2017.
2. Чедов К. В., Гавронова Г. А., Чедова Т. И. Физическая культура. Здоровый образ жизни // Молодой ученый. – 2015. – 2020. – №. 8 (88). – С. 444.
3. Великанова Е. С. Применение мобильных приложений для оптимизации занятий физической культурой и спортом // Аллея науки. – 2019. – Т. 2. – №. 12. – С. 855-858.

УДК 796.01

#### ЦИФРОВЫЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА

Н.М. Маренко<sup>1</sup>, А.В. Шаронова<sup>1</sup>, Т.А. Ширшова<sup>1</sup>, А.Е. Курицына<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Российский государственный гидрометеорологический университет

<sup>2</sup>Военная академия связи имени Маршала Советского Союза С.М. Буденного

Аннотация. В данной статье мы обсуждаем применение цифровых технологий и инноваций в контексте развития студенческого спорта. Наша цель - исследовать, как эти факторы влияют на спортивное развитие студентов. Для этого мы использовали комплексный подход, включающий анализ современных научных работ и опросы студентов и преподавателей. Наши исследования охватывали студентов и преподавателей физической культуры из разных университетов. Мы выяснили, что использование цифровых технологий и инноваций помогает улучшить качество и доступность студенческого спорта, открывая новые перспективы его развития.

Ключевые слова: Студенческий спорт, цифровой спорт, модели развития спорта.

#### DIGITAL AND INNOVATIVE MODELS OF STUDENT SPORTS DEVELOPMENT

N.M. Marenko<sup>1</sup>, A.V. Sharonova<sup>1</sup>, T.A. Shirshova<sup>1</sup>, A.E. Kuritsyna<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Russian State Hydrometeorological University

<sup>2</sup>The Military Academy of Communications named after Marshal of the Soviet Union S.M. Budyonny

Annotation. In this article, we discuss the application of digital technologies and innovations in the context of the development of student sports. Our goal is to investigate how these factors affect the athletic development of students. To do this, we used a comprehensive approach, including the analysis of modern scientific papers and surveys of students and teachers. Our research covered students and teachers of physical education from different universities. We have found that the use of digital technologies and innovations helps to improve the quality and accessibility of student sports, opening up new prospects for its development.

Keywords: Student sports, digital sports, models of sports development.