

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И СПОРТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

«ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ - ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ: ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАНИЕ И ПРАКТИКУ»

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

МОСКВА, 31 МАРТА 2022 Г.

Департамент образования и науки города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»
Институт естествознания и спортивных технологий, г. Москва

Физическое воспитание и спорт - взгляд в будущее: интеграция науки и цифровых технологий в образование и практику

**Материалы
Международной научно-практической конференции**

г. Москва, 31 марта 2022 г.

Москва, 2022

УДК 796.08(082)
ББК 75
С23

Редакционная коллегия:

Козлова Светлана Юрьевна, доцент, кандидат педагогических наук (главный редактор);
Агамирова Екатерина Валерьевна, доцент, кандидат экономических наук (рецензент);
Борисовец Дильбар Рафкатовна, старший преподаватель (рецензент);
Гернет Ирина Николаевна, доцент, кандидат медицинских наук (рецензент);
Колоколова Инна Валерьевна, доцент, кандидат педагогических наук (рецензент);
Красильников Арсентий Александрович, доцент, кандидат педагогических наук (ответственный редактор);
Размахова Светлана Юрьевна, доцент, кандидат биологических наук (рецензент);
Стрижак Анатолий Петрович, профессор, доктор педагогических наук (рецензент).

Составитель:

А. А. Красильников, доцент, кандидат педагогических наук

Физическое воспитание и спорт - взгляд в будущее: интеграция науки и цифровых технологий в образование и практику: сборник статей по материалам Международной научно-практической конференции «Физическое воспитание и спорт - взгляд в будущее: интеграция науки и цифровых технологий в образование и практику» – М.: Изд-во Медиагруппа «ХАСК», 2022. 325 с.



© «МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И СПОРТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, Г. МОСКВА

ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ АППАРАТА ВНЕШНЕГО ДЫХАНИЯ У СПОРТСМЕНОВ-ЮНОШЕЙ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Головач М.В., кандидат биологических наук, доцент;

*Роменко И.Г., старший преподаватель, Брестский государственный
университет имени А.С. Пушкина, Брест, Беларусь*

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению эффективности применения средств специально-подготовительных упражнений на функциональное состояние аппарата внешнего дыхания у спортсменов-юношей с различным уровнем физической подготовленности.

Ключевые слова: показатели внешнего дыхания, студенты юноши, физическая подготовленность.

ASSESSMENT OF INDICATORS OF EXTERNAL BREATHING IN MALE STUDENTS OF DIFFERENT LEVEL OF PHYSICAL FITNESS

Halavach M.V., the candidate of biological sciences, associate Professor,

Ramenka I.G., senior lecturer; Brest State A. Pushkin University, Brest, Belarus

Abstract. The article is devoted to the consideration of the effectiveness of the use of means of special preparatory exercises for the functional state of the external respiration apparatus in male students with different levels of physical fitness.

Keywords: indicators of external breathing, male students, physical fitness.

Введение. Изучение особенностей уровня физического развития студентов имеет большое значение для эффективного и рационального

построения учебного процесса по физическому воспитанию, так как без учета особенностей физического развития невозможно успешно управлять физической подготовкой [1; 2].

Обобщение и анализ литературных данных свидетельствует о том, что систематические занятия физическими упражнениями в процессе обучения неоспоримо способствует физическому развитию студентов [1; 3].

Цель. Оценка функционального состояния кардиореспираторной системы лиц студентов-юношей в зависимости от спортивной специализации и квалификации.

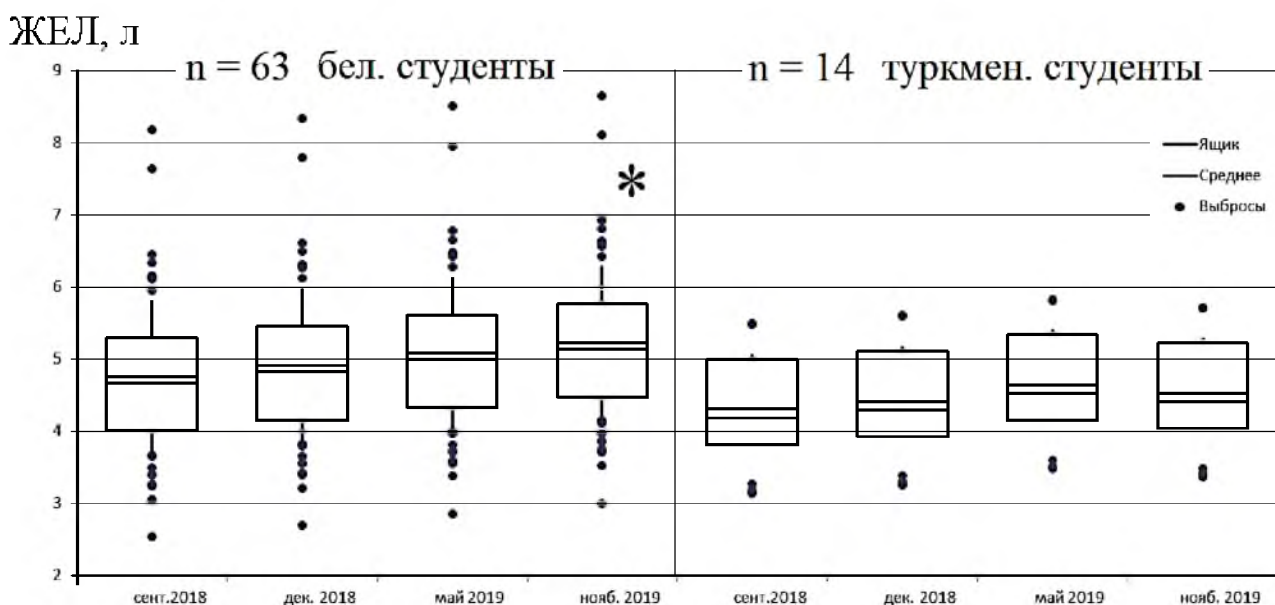
Методика и организация исследования. Исследование было проведено с сентября 2018 по ноябрь 2019 года на базе кафедры анатомии, физиологии и безопасности человека Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина. В исследованиях на добровольной основе принимали участие 77 студентов-юношей 1–2 курса факультета физического воспитания разной спортивной квалификации, в возрасте 18–22 года. Спортивная квалификация испытуемых – мастер спорта (МС) (n=7), кандидат в мастера спорта (КМС) (n=8), I разряд (n=13), II разряд (n=6), не имеющие спортивного разряда (n=46, в том числе 14 туркменских студентов). В ходе педагогического эксперимента был проведен сбор спортивного анамнеза; антропометрические измерения испытуемых; измерение показателей, характеризующие легочные объемы.

Результаты исследования и их обсуждение. Наибольшие величины жизненной емкости легких (ЖЕЛ) наблюдались у юношей, имеющих спортивную квалификацию МС и КМС ($5,59 \pm 0,52$ л и $5,20 \pm 0,39$ л), и наименьшие были у юношей, не имеющих спортивного разряда ($4,33 \pm 0,16$ л у белорусских студентов и $4,31 \pm 0,22$ л у туркменских студентов).

Разница в ЖЕЛ оказалась еще более существенной и составила почти 13% ($p < 0,05$) между МС и туркменскими юношами, 12% ($p < 0,05$) между КМС

и туркменскими юношами, 11,3% ($p < 0,05$) между 1 разрядом и туркменскими юношами (рисунок 1). В то же время динамика ЖЕЛ у туркменских студентов имела ряд следующих особенностей: 1) в течение двух семестров ЖЕЛ у туркменских студентов увеличился на 0,33л (6,3%), а затем после летних каникул в третьем семестре ЖЕЛ снизился на 0,11 л (2,4%); 2) увеличение ЖЕЛ у туркменских студентов по данным критерия Стьюдента не достоверно.

Рисунок 1 - Динамика ЖЕЛ (л) у студентов-юношей за 1,5 года (* - $p < 0,05$)



Заключение. Анализ динамики ЖЕЛ у белорусских и туркменских студентов за экспериментальный период позволил нам выявить достоверное увеличение значений ЖЕЛ на 9,2% через 1,5 года только у белорусских студентов-юношей. в рамках реализации образовательного стандарта высшего образования по специальности «Физическая культура».

Литература

1. Белоцерковский, З.Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов / З.Б. Белоцерковский. – М. : Советский спорт, 2005. – 312 с.
2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические

аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры)
: учеб. для ин-тов физ. культ. / Л.П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991.
– С. 150-180.

3. Зданевич, А.А. Физическое развитие, физическая и психологическая
подготовленность спортсменов : монография / А.А. Зданевич, Л.В. Шукевич ;
под общ. ред. А.А. Зданевича. – Брест : БрГУ, 2017. – 291 с.