

74.58  
Ф 50

ISSN 2079-0511

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СИБИРИ

Научно-методический журнал

1 (39) =



1 (39)



Омск 2018

Омск  
2018

**Научно-методический  
журнал**  
**1 (39), 2018**

**ISSN 2079-0511**

**Учредитель**  
Сибирский государственный  
университет физической  
культуры и спорта

**Главный редактор**  
С. Г. Куртев

**Редакционная коллегия:**

И. А. Арбузин  
О. Б. Галеева  
Н. В. Денисенко  
В. В. Козин  
Н. Р. Сагеева  
К. Ю. Симонова  
В. Н. Смоленцева  
И. Г. Таламова  
Н. П. Филатова

**Адрес редакции:**  
644009, г. Омск,  
ул. Масленникова, д. 144

© ФГБОУ ВО СибГУФК, 2018

**ПОДГОТОВКА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КАДРОВ**

**К. Ю. Симонова, Ю. С. Елисеева**  
СПОСОБЫ ОБУЧЕНИЯ АНГЛИЙСКОЙ ОТРАСЛЕВОЙ  
ТЕРМИНОЛОГИИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ.....3

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДОШКОЛЬНИКОВ,  
ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ**

**Н. А. Моисеева, Р. В. Сидорова, Д. М. Еремеев**  
ТИБЕТСКАЯ ГОРМОНАЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА  
КАК ОДНО ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ СРЕДСТВ ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ  
МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП.....7

**А. М. Славинская, Л. Ю. Башта**  
ИССЛЕДОВАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ  
И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
СТУДЕНТОК ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА  
ПРОФИЛЯ «ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ  
ТЕХНОЛОГИИ» (ФОТ).....10

**НАУКА – ПРАКТИКЕ**

**В. А. Аикин, Л. И. Аикина**  
СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ ДЛЯ ПЛОВЦОВ.....15

**А. И. Головачев, Н. П. Лопухов**  
ОСОБЕННОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ  
ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ  
ОСНОВНЫХ СИСТЕМ ЭНЕРГООБЕСПЕЧЕНИЯ  
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ  
НА ЭТАПАХ ОЛИМПЕЙСКОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ.....19

**Н. М. Курч**  
МЕТОДИКА ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИИ  
ПРИ НАРУШЕНИИ ОСАНКИ  
У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....28

**К. А. Мартынова, В. М. Бетюцкий,  
А. Ю. Асеева, Н. П. Филатова**  
ОЦЕНКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ИГРОКОВ  
МУЖСКОЙ ГАНДБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ «СКИФ» .....33

**Е. С. Ненашкин, Г. Д. Бабушкин**  
ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ  
ТЕННИСИСТОВ 5–10 ЛЕТ С УЧЕТОМ  
ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ.....36

**Б. П. Сокур, С. Е. Воробьева, В. Ф. Кириченко**  
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ  
ПОДАЧИ ТЕННИСИСТАМИ 9–10 ЛЕТ.....43

**Т. М. Троцкая, Ю. А. Мельникова**  
СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ  
В ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ .....47

**Н. П. Филатова, А. Ю. Асеева, П. С. Стрельников**  
СРОЧНЫЙ ЭФФЕКТ ТЕХНИЧЕСКИХ, ИГРОВЫХ И СКОРОСТНЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАДАНИЙ  
В ПОДГОТОВКЕ ХОККЕИСТОВ 9–10 ЛЕТ.....51

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ**

**Е. Ю. Лукьянова**  
ХАТХА-ЙОГА КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ВЛИЯНИЯ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА .....57

**А. Д. Паутов, Е. Е. Пипко**  
EVENT-МАРКЕТИНГ КАК СРЕДСТВО ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ЗИМНИХ ВИДОВ АКТИВНОГО ОТДЫХА.....59

**Л. Г. Пушкарева, В. И. Михалев**  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СИБИРСКОЙ ОЛИМПИЙСКОЙ АКАДЕМИИ.....62

## **СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ**

**Д. Ю. Пухова, М. Д. Лагутина**  
ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ДНЯ В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ.....66

**К. Ю. Симонова, Д. Е. Симонов**  
ОЛИМПИЙСКОЕ ПЕРЕМИРИЕ .....71

