

74.58
\$50

ISSN 2079-0511

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СИБИРИ

Научно-методический журнал

1 (41) =



ОМСК 2019



1 (41)

ОМСК
2019

**Научно-методический
журнал
1 (41), 2019**

ISSN 2079-0511

Учредитель
Сибирский государственный
университет физической
культуры и спорта

Главный редактор
С. Г. Куртев

Редакционная коллегия:

В. А. Аикин
И. А. Арбузин
Ю. В. Ворожко
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

ПОДГОТОВКА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КАДРОВ

И. К. Леванчукова
ТЕХНОЛОГИЯ ОРГАНИЗАЦИИ
И РЕЖИССУРА ПРОВЕДЕНИЯ ЦЕРЕМОНИЙ
ОТКРЫТИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ
ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ СПОРТА.....3

Л. Г. Мосяйкина
ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ИНОЯЗЫЧНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ.....10

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДОШКОЛЬНИКОВ,
ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ**

Е. А. Митрохин
МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ
СИБИРСКОГО ИНСТИТУТА УПРАВЛЕНИЯ –
ФИЛИАЛА РАНХиГС К ЗАНЯТИЯМ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
КАК КОМПОНЕНТ
ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ.....16

В. Н. Хардин, С. В. Воробьев, Р. С. Жуков
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ
АНТИДОПИНГОВОГО ВОСПИТАНИЯ
ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ.....18

НАУКА – ПРАКТИКЕ

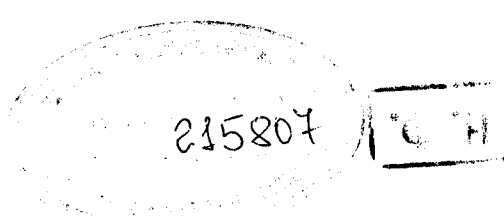
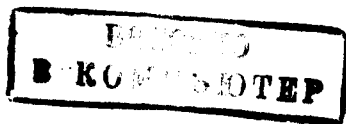
Д. Ф. Алиев, О. Н. Кудря, В. П. Бачин
ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ ПЛОВЦОВ
ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ
ГИПЕРОКСИЧЕСКОЙ ГАЗОВОЙ СМЕСИ.....22

В. А. Аикин, И. А. Кузнецова, В. С. Крамарь
ВАРИАНТ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ
ДЛЯ ОБОСНОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПОДХОДА
В ТРЕНИРОВКЕ
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ.....26

С. А. Бабушкин
ВЗАИМОСВЯЗЬ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
И ПОМЕХОУСТОЙЧИВОСТИ НА ТОЧНОСТЬ УДАРОВ
ПО ВОРОТАМ С ХОДА
ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....32

Т. Ю. Ведел, Л. П. Черапкина
ЭФФЕКТЫ НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ
У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИМНАСТОК.....35

И. Т. Лысаковский, А. С. Зухов
ПОИСК ВАРИАНТОВ ОПТИМИЗАЦИИ КОМПОНЕНТОВ
СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
СПОРТСМЕНА ПРИ ПОДВЕДЕНИИ К СОРЕВНОВАНИЯМ...39



Н. А. Мальцева, М. С. Расин
ПАРКОВАЯ ТЕРРИТОРИЯ КАК ОБЪЕКТ ОРГАНИЗАЦИИ
ПОЗИТИВНЫХ ФОРМ ДОСУГА МОЛОДЕЖИ.....45

В. Н. Смоленцева, Е. А. Шовина
ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА КАК ФАКТОР ЭФФЕКТИВНОСТИ
ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКЕ.....49

Б. П. Сокур
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПЕРЕМЕЩЕНИЙ В ТЕННИСЕ.....53

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Г. П. Волхонская, Т. П. Берсенева
АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ СибГУФК К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ.....57

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ

Е. В. Гинжул, Т. А. Кравчук
ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕСУРСНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ
ПРОГРАММ ФОРМИРОВАНИЯ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ
ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВА V СТУПЕНИ ВФСК ГТО
«ТУРИСТСКИЙ ПОХОД С ПРОВЕРКОЙ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ»61

Н. В. Губарева
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ХАТХА-ЙОГИ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ
ЛЮДЕЙ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....66

Е. А. Самсонова, А. Ю. Самсонов
ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА КАК ФОРМА ЗАНЯТИЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.....69

ОБСУЖДАЕМ, СПОРИМ

В. Н. Попков
НУЖНА ЛИ МАТЕМАТИКА В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ВУЗЕ?73