

(ISEA), *Procedia Engineering*, No. 2, available at: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S187770581000425X>.

4. Cignetti, F., Schena, F., Zanone, P.G. and Rouard, A. (2009), "Dynamics of coordination in cross-country skiing", *Human Movement Science*, Vol. 28, pp. 204-217.

5. Myhre, K., Welde, B., Hegge, A.M. and Sandbakk, O. (2014), "Gender differences in isolated upper-body poling among performance-matched cross-country skiers", *19th annual ECSS Congress Amsterdam, The Netherlands*, July 2-5 2014, pp. 245-246.

6. Holmberg, H. (2013), "Integrative biomechanics and physiology in c-c skiing", *6 International Congress on Science and Skiing 2013, St. Christoph a. Arlberg, Austria*, pp. 7.

7. Krenn, O., Werner, I. and Lawrence, E. (2013), "The lower extremity dexterity test quantifies sensorimotor control for cross-country skiing", *6 International Congress on Science and Skiing 2013, St. Christoph a. Arlberg, Austria*, pp. 82.

8. Losnegard, T. and Hallén, J. (2014), "Elite cross-country skiers do not reach their running VO₂max during roller ski skating", *Journal Sports Med. Phys. Fitness*, No. 54 (4), pp. 389-393.

9. Losnegard, T. and Hallén J. (2014), "Physiological differences between sprint- and distance-specialized cross-country skiers", *Int. Journal Sports Physiol. Perform.*, No. 9(1), pp. 25-31.

10. Carlsson, M., Carlsson, T., Olsson, M., Brorsson, S., Malm, C. and Tonkonogi, M. (2013), "Peak hand-grip force predicts competitive performance in elite female cross-country skiers", *19th annual ECSS Congress Amsterdam, The Netherlands*, July 2-5 2014, pp. 719.

11. Saltin, B. (2013), "Success in cc skiing: no longer just a question of a high aerobic capacity", *6 International Congress on Science and Skiing 2013, St. Christoph a. Arlberg, Austria*, pp. 14.

12. Sandbakk, O., Grasaas C.Å. and Grasaas, E. (2013), "Physiological determinants of sprint and distance performance level in elite cross-country skiers", *6 International Congress on Science and Skiing 2013, St. Christoph a. Arlberg, Austria*, pp. 93.

13. Sandbakk, O. and Holmberg, H. (2014), "A Reappraisal of Success Factors for Olympic Cross-Country Skiing", *International Journal of Sports Physiology and Performance*, No. 9, pp. 117-121.

14. Stögg, R., Müller, R. and Stögg, T. (2014), "Motor abilities and anthropometrics in youth cross-country skiing", *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, Vol. 25, I. 1, pp. 70-81.

15. Carlsson, T., Carlsson, M., Ronnestad, B., Hammarström, D., Malm C. and Tonkonogi, M. (2013), "The importance of scaling vo₂max to predict cross-country skiing performance", *18th annual ECSS Congress Barcelona, Spain, June 26-29, 2013*, pp. 909-910.

Контактная информация: aikin-va@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 06.04.2015.

УДК 796:005.745

ПОСЛЕСЛОВИЕ К IX МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Геннадий Иванович Мокеев, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой, **Константин Валентинович Шестаков**, кандидат педагогических наук, доцент, Уфимский государственный авиационный технический университет (УГАТУ); **Владимир Александрович Таймазов**, доктор педагогических наук, профессор, ректор, **Сергей Евгеньевич Бакулев**, доктор педагогических наук, профессор, **Екатерина Геннадьевна Мокеева**, доктор медицинских наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы, связанные с проведением IX международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма». Представлены особенности обсуждаемых вопросов, выделены особенности в организации и практическая значимость конференции.

Ключевые слова: научно-практическая конференция, физическая культура, спорт, учебный процесс.

**EPILOG TO THE IX INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL
CONFERENCE “ACTUAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND
TOURISM”**

Gennady Ivanovich Mokeev, the doctor of pedagogical sciences, professor, Konstantin Valentinovich Shestakov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Ufa State Aviation Technical University; Vladimir Alexandrovich Taymazov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Sergey Evgenyevich Bakulev, the doctor of pedagogical sciences, professor, Ekaterina Gennadiyevna Mokeeva, the doctor of medical sciences, professor, The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

The article analyzes the questions connected with holding the IX international scientific and practical conference "Actual Problems of Physical Culture, Sports and Tourism". Features of the discussed questions have been presented; peculiarities in the organization and the practical importance of the conference have been marked out.

Keywords: scientific and practical conference, physical culture, sport, educational process.

19-21 марта 2015 года в г. Уфа на базе Уфимского государственного авиационного технической университета и Башкирского государственного педагогического университета прошла традиционная IX международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма». Представленные проблемы физической культуры и спорта обсуждались в 7 секциях [1].

Повышенный интерес вызвали материалы секций «Совершенствование процесса подготовки спортсменов различного квалификационного уровня», «Медико-биологическое обеспечение массового спорта и спорта высших достижений» и «Теоретико-практические проблемы формирования здоровья и подготовленности учащейся молодежи». Основная часть работ конференции была представлена учеными Сербии, Киргизии, Белоруссии и России. Активно обсуждались вопросы, связанные с выраженной тенденцией снижения физического развития и подготовленности студенческой молодежи.

Организаторами конференции выступили Министерство молодежной политики и спорта Республики Башкортостан, Уфимский государственный авиационный технический университет (Россия, Уфа), Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, СПб, Россия, Международная федерация каратэ (Сербия, Белград), Башкортостанское отделение Петровской академии наук и искусств.

Соорганизаторами конференции стали Башкирский государственный педагогический университет, Уфимский государственный нефтяной технический университет, Бирский филиал Башкирского государственного университета.

Целевой установкой IX международной научно-практической конференции явилось объединение усилий науки и практики общественных и государственных органов для решения задач отрасли физической культуры и спорта как одной из актуальнейших составляющих развития общества.

Целевая аудитория была представлена руководителями органов исполнительной власти, регламентирующей систему образования в области физической культуры и спорта Республики Башкортостан, научно-педагогическими работниками образовательных учреждений, представителями научно-исследовательских институтов, сотрудниками лечебно-профилактических учреждений, тренерами детско-юношеских спортивных школ, представителями спортивных федераций и др.

С приветственным словом к участникам и гостям конференции обратился Бугера Михаил Евгеньевич – зам. председателя комитета Государственного собрания Республики Башкортостан, депутат Государственной Думы РФ 3-х созывов (с 1996 по 2007 гг.).

Пленарное заседание было открыто докладом [3, 4] доктора медицинских наук, профессора, ученого секретаря Военно-медицинской академии им. СМ. Кирова В.Н. Цыгана (СПб, Россия), в котором он остановился на особенностях фармакологического и метаболического тюнинга в спорте высших достижений, указал на предпочтительность выбора фармакологических средств в зависимости от вида спорта, тренировочного цикла и задач подготовки.

Заметное внимание участники конференции уделили докладу профессора Баландина Ю.П. (Россия, г. Рязань) «Технология эргогенного обеспечения в спорте и фитнесе». Его информация о технологии эргогенного обеспечения спорта включала вопросы баланса суточных энергозатрат и энергопотребления от фактического питания рассматривались взаимосвязи оптимального рациона питания с тренировочным режимом и др.

Повышенный интерес участники конференции проявили к докладу [2] доктора медицинских наук, профессора Е.Г. Мокеевой (СПб, НГУ им. П.Ф. Лесгафта), в котором были представлены материалы, свидетельствующие о значительных количественных и функциональных нарушениях в различных звеньях иммунной системы высококвалифицированных спортсменов под воздействием напряженных психофизических нагрузок, что можно рассматривать как синдром иммунной дисфункции. Иммунологический мониторинг позволяет выявлять нарушения в иммунной системе, оценить и что очень существенно, прогнозировать функциональное состояние спортсмена. В зависимости от результатов иммунологического исследования может производиться коррекция иммунного статуса.

Профессор И. Йорга (г. Белград) в своем сообщении остановился на особенностях организации деятельности международной федерации «Фудокан каратэ» и активном развитии этого вида спорта в России.

Не меньший интерес вызвал доклад доктора биологических наук, профессора Ю.Н. Романова (УГПУ г. Челябинск) «Анализ особенностей долговременной адаптации кикбоксеров в системе интегральной подготовки», которым были исследованы и выявлены особенности долговременной адаптации квалифицированных кикбоксеров в системе интегральной подготовки. По его данным одним из основных способов адаптации организма кикбоксеров к скоростно-силовым нагрузкам анаэробной направленности предсоревновательного этапа, часто сопровождаемого явлениями гипоксии, явлениями уменьшения активности органов и систем, переход их на экономное расходование кислорода и субстратов биологического окисления. Кроме того, исследованная гипоксическая тренировка в сочетании с повторными нагрузками моделирования боевых практик приводит к модифицированному тренировочному эффекту, при котором ускоряются темпы развития адаптации к применяемым физическим нагрузкам.

Не прогнозируемо неподдельный интерес, участники конференции проявили к теме здоровья и функциональной подготовленности студенческой молодежи. Сам факт поступательной отрицательной динамики роста количества студентов с различного рода заболеваниями повысил градус обсуждения темы. Вопрос – что делать?

В течение ряда десятилетий идет констатация факта. Более 30÷50% (в зависимости от региона) больных студентов первокурсников. В то же время отмечено, что степень напряженности жизни студента от 1 курса до завершения процесса обучения в вузе заметно возрастает: повышается психоэмоциональная напряженность учебного процесса, в деятельность студента включаются различного рода дополнительные работы, направленные на повышение материального положения. В свою очередь, объем физической (спортивной) деятельности заметно сокращается, что в итоге негативно сказывается на функциональной подготовленности и стрессоустойчивости студентов и состоянии их здоровья. Данные последних лет свидетельствуют о том, что количество студентов с отклонениями в состоянии здоровья превысили 50% рубеж. А это будущие выпускники Высшей

школы, наиболее профессионально подготовленные специалисты, спрос на которых в настоящее время чрезвычайно высок.

Стало очевидным, несмотря на значительное число защищенных диссертационных работ направленных на повышение эффективности учебного процесса по физическому воспитанию, учебные занятия с кратностью (2×90 мин. в неделю) не способны кардинально изменить проблему физической подготовленности. Заметим, что для большинства занимающихся (по причине низкой функциональной готовности) реализация в полном объеме такой нормы физической нагрузки является стрессовой, что, несомненно, вызывает отрицательные самоощущения и не желание студентами в таком режиме выполнять рекомендуемую физическую нагрузку.

Участниками дискуссий были вынесены интересные предложения по изменению регламента проведения учебных занятий по физическому воспитанию в вузе. В частности, было инновационное предложение об увеличении кратности занятий (до 3-4 в неделю по 60 и 45 мин) при сохранении недельной суммарной длительности (180 мин/неделя).

Заметим, эффективность такого подхода была теоретически обоснована и экспериментально подтверждена преподавателями кафедры физического воспитания УГАТУ А.С. Юдиным (1990) на примере легкой атлетики и мини-футбола С.А. Томаровым (2009) в своих диссертационных работах [5, 6].

В этом подходе единственная сложность – организационная. Каким образом такая организация процесса проведения учебных занятий по физическому воспитанию будет «вписываться» в общее расписание университета? Но здесь следует расставить приоритеты, т.е. что важнее, здоровье студентов или сложности в организации. Представляется, что подходы, используемые авторами в указанных диссертационных работах, имеют реальную перспективу, т.е. перспективу внедрения в реальный учебный процесс по физическому воспитанию в вузах.

В ходе конференции было сделано более 30 докладов. Изданы материалы научных сообщений участников.

На завершающем пленарном заседании была принята Резолюция конгресса, которая отражает основные тенденции и перспективы совершенствования системы физического воспитания в образовательных учреждениях, а также возможности разработки и внедрения инновационных технологий в области массового спорта и спорта высших достижений.

Привлекательной особенностью данной конференции явилось проведение однодневного блицтурнира четырех команд по мини-футболу между сборными командами ученых России, студентов Турции, Алжира и Пакистана. Это вызвало повышенный интерес не только у участников конференции, но и зрительской аудитории вузов. Кстати победителями турнира стала сборная команда ученых России.

Конференция показала, насколько велика потребность современной спортивной науки в помощи других наук, в какой степени она сама осознает свой междисциплинарный характер. Чтобы иметь возможность объяснить и интерпретировать феномен спортивной науки, привлекаются сведения из различных наук: социологии, физической культуры, социальной психологии, психоанализа, анатомии, физиологии и т.д.

Участники конференции выразили большую благодарность министру молодежной политики и спорта Республики Башкортостан А.И. Иванюте и И.О. ректора Уфимского государственного авиационного технического университета профессору А.Н. Дегтяреву за радушный прием и условия для работы конференции.

Очередная X международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма» планируется на конец марта 2016г. в г. Уфа на базе Уфимского государственного авиационного технического университета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы междунар. науч.-практич. конф. / Уфим. гос. авиац. техн. ун-т. – Уфа : [б.и.], 2015. – 394 с.
2. Мокеева, Е.Г. Синдром иммунной дисфункции у высококвалифицированных лыжников и велосипедистов / Е.Г. Мокеева, В.Н. Цыган // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы IX Междунар. конф. – Уфа, 2015. – С. 321-322.
3. Цыган, В.Н. Клинико-физиологическая характеристика «ресверальгина» в коррекции спортивного стресс-синдрома / В.Н. Цыган // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы IX Междунар. конф. – Уфа, 2015. – С. 320-321.
4. Цыган, В.Н. Иммунология спортсменов / В.Н. Цыган, Е.Г. Мокеева, Е.А. Чернявский // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы IX Междунар. конф. – Уфа, 2015. – С. 323-325.
5. Томаров, С.А. Эффективность различных вариантов организации и содержания учебных занятий по физическому воспитанию студентов (на примере мини-футбола) : дис. ... канд. пед. наук / Томаров С.А. – Санкт-Петербург, 2011. – 172 с.
6. Юдин, А.С. Эффективность различных вариантов организации и содержания учебных занятий по физическому воспитанию студентов в вузе : дис. ... канд. пед. наук / А.С. Юдин. – Ленинград, 1992. – 148 с.

REFERENCES

1. *Actual problems of physical culture, sport and tourism (2015), Materials of the international scientific and practical conference*, Ufa state aviation technical university, publishing house Bashkir state pedagogical university.
2. Mokeeva, E.G. and Tsygan V N. (2015), "Syndrome of immune dysfunction at highly skilled skiers and cyclists", *Actual problems of physical culture, sport and tourism: materials IX International conference*, Ufa, publishing house Bashkir state pedagogical university, pp. 321-322.
3. Tsygan, V.N. (2015), "Clinic-physiological characteristics of "resveralgin" in correction sports a stress syndrome", *Actual problems of physical culture, sport and tourism: materials IX International conference*, Ufa, publishing house Bashkir state pedagogical university, pp. 320-321.
4. Tsygan, V.N., Mokeeva, E.G. and Chernyavsky, E.A. (2015), "Immunology of athletes", *Actual problems of physical culture, sport and tourism: materials IX International conference*, Ufa, publishing house Bashkir state pedagogical university, pp. 323-325.
5. Tomarov, S.A. (2011), *The effectiveness of various options of the organization and the maintenance of studies on physical training of students (on the example of futsal)*, dissertation, St. Petersburg.
6. Yudin, A.S. (1992), *The effectiveness of various options of the organization and the maintenance of studies on physical training of students in higher education institution*, dissertation, Leningrad.

Контактная информация: mokeevgi@mail.ru

Статья поступила в редакцию 10.04.2015.

УДК 796.011

МЕТОДЫ АДАПТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ

*Олег Евгеньевич Пискун, кандидат педагогических наук, доцент,
Валерий Иванович Григорьев, доктор педагогических наук, профессор,
Санкт-Петербургский государственный политехнический университет*

Аннотация

В статье предлагается метод ориентированный на пересмотр традиционных взглядов на управление физической подготовкой студентов. Раскрываются перспективы использования методов лайф-менеджмента в коррекции морфофункциональных перестроек в организме, приращении функциональных резервов – как научная проекция перехода к новому технологическому этапу раз-