

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы X Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием, посвященной Году цифровизации в Республике Татарстан

Казань, 6 апреля 2022 года

Том 3. Секции 13 – 19

УДК 796/799
ББК 75.14
А 38

А 38 Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма.

Материалы X Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием, посвященной Году цифровизации в Республике Татарстан. Казань, 6 апреля 2022 года.

В 3 т. (6 апреля 2022 г.). – Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2022. – Том 3. – 707 с.

В сборнике представлены материалы X Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием «Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма», посвященной Году цифровизации в Республике Татарстан, проходившей 6 апреля 2022 года на базе ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», г. Казань.

Сборник предназначен для специалистов в области физической культуры, спорта и туризма, преподавателей высших учебных заведений, научных работников, студентов, тренеров, спортсменов.

общей редакцией проректора по научной работе и международной деятельности Поволжского ГУФКСиТ, к.б.н., доцента Назаренко А.С.

УДК 796/799
ББК 75.14

© Поволжский ГУФКСиТ

БИОЛОГИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ РИСОТ III КУРСА

*Насырова Л.Р., Смолина Ю.И.,
студенты
Научный руководитель – к.б.н., доцент Шамсувалеева Э.Ш.
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма
Казань, Россия*

Актуальность. Проблема сохранения и укрепления здоровья студентов всегда представляла исследовательский интерес. Уровень здоровья человека во многом зависит от его биологического возраста, показатель которого во многом зависит от физического состояния организма.

Цель исследования. Выявить средний показатель биологического возраста студентов направления РиСОТ.

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе исследования было проведено измерение различных показателей у студентов III курса направления РиСОТ в возрасте от 20 до 22 лет. В исследовании принимало участие 14 человек [1].

В ходе исследования были измерены следующие показатели: артериальное пульсовое давление (АДП), проба Ромберга, задержка дыхания на вдохе (ЗДВ), масса тела и субъективная оценка здоровья (СОЗ).

В результате исследования были получены следующие результаты. В ходе исследования состояния сердечно-сосудистой системы было выявлено, что показатели артериального давления студентов различны, однако находятся в пределах нормы (табл. 1).

Таблица 1 – Показатели артериального давления студентов

№	пол	АДП	№	пол	АДП
1	ж	34	8	ж	56
2	ж	46	9	ж	42
3	ж	41	10	ж	33
4	ж	38	11	ж	27
5	ж	43	12	ж	48
6	ж	46	13	м	45
7	ж	54	14	м	39

Исследование статической балансировки на основе пробы Ромберга показало, что студенты направления РиСОТ обладают низким уровнем развития вестибулярного аппарата (табл. 2).

Таблица 2 – Статическая балансировка

№	пол	Сек.	Оценка	№	пол	Сек.	Оценка
1	ж	14	2	8	ж	23	3
2	ж	13	2	9	ж	4	1
3	ж	37	4	10	ж	17	2
4	ж	4	1	11	ж	17	2
5	ж	6	1	12	ж	2	1
6	ж	9	1	13	м	3	1
7	ж	7	1	14	м	6	1

Оценка состояния дыхательной системы, основанная на времени задержки дыхания, показала, что студенты направления РиСОТ имеют довольно развитую легочную систему (табл. 3).

Набиуллина Э.Э. РАЗВИТИЕ РЕКРЕАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ГОРОДЕ АСТРАХАНЬ	319
Насырова Л.Р., Смолина Ю.И. БИОЛОГИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ СТУДЕНТОВ НАПРАВЛЕНИЯ РИСОТ III КУРСА	321
Огурцова В.В. ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА	323
Плаксина Д.С. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ СУДЕЙ ПО СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ	327
Садыкова Л.Р. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ РЕКРАЦИОННО-ПОЗНОВАТЕЛЬНОГО ПОХОДА	330
Сафин И.А. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СОРЕВНОВАНИЯ ПО КОМБИНИРОВАННЫМ ВИДАМ ТУРИЗМА ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ.....	332
Синицина А.Л. СУЩНОСТЬ И СОДЕРЖАНИЕ КОНФЛИКТА В ТУРИСТСКОЙ ГРУППЕ	335
Тазутдинова А.И., Хафизова А.Р. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ДИСТАНЦИЯ – ПЕШЕХОДНАЯ».....	337
Тюрина Е.А. ОЦЕНКА УРОВНЯ КРАЕВЕДЧЕСКИХ ЗНАНИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА МОСКОВСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ	340
Фассахутдинов А.И. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕКРЕАЦИОННОГО МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ФОРМАТЕ «ЛАБИРИНТ»	342
Харина Т.С. ПОДГОТОВКА ТУРИСТОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ К ВОДНОМУ ПОХОДУ	345
Хафизова А.Р., Тазутдинова А.И. ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ НОВИЧКОВ-СТУДЕНТОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ НА ЛЫЖАХ.....	348
Шведчикова.К.С. СРЕДСТВА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	351
Шигабиева Р.Р. ПОХОД ВЫХОДНОГО ДНЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЭТНОТУРИЗМА.....	353