



СибАК
sibac.info

ISSN: 2541-9412

СТУДЕНЧЕСКИЙ научный журнал

выпуск №24(236)

часть 3





Электронный научный журнал

СТУДЕНЧЕСКИЙ

№ 24 (236)
Июль 2023 г.

Часть 3

Издается с марта 2017 года

Новосибирск
2023

УДК 08
ББК 94
С88

Председатель редколлегии:

Дмитриева Наталья Витальевна – д-р психол. наук, канд. мед. наук, проф., академик Международной академии наук педагогического образования, врач-психотерапевт, член профессиональной психотерапевтической лиги.

Редакционная коллегия:

Архипова Людмила Юрьевна – канд. мед. наук;

Бахарева Ольга Александровна – канд. юрид. наук;

Волков Владимир Петрович – канд. мед. наук;

Дядюн Кристина Владимировна – канд. юрид. наук;

Елисеев Дмитрий Викторович – канд. техн. наук;

Иванова Светлана Юрьевна – канд. пед. наук;

Корвет Надежда Григорьевна – канд. геол.-минерал. наук;

Королев Владимир Степанович – канд. физ.-мат. наук;

Костылева Светлана Юрьевна – канд. экон. наук, канд. филол. наук;

Ларионов Максим Викторович – д-р биол. наук;

Немирова Любовь Федоровна – канд. техн. наук;

Сүлеймен Ерлан Мэлсұлы – канд. хим. наук, PhD;

Сүлеймен (Касымканова) Райгүл Нұрбекқызы – PhD по специальности «Физика»

Шаяхметова Венера Рюзальевна – канд. ист. наук;

С88 Студенческий: научный журнал. – № 24 (236). Часть 3. Новосибирск: Изд. ООО «СибАК», 2023. – 68 с. – Электрон. версия. печ. публ. – [https://sibac.info/archive/journal/student/24\(236_3\).pdf](https://sibac.info/archive/journal/student/24(236_3).pdf).

Электронный научный журнал «Студенческий» отражает результаты научных исследований, проведенных представителями различных школ и направлений современной науки.

Данное издание будет полезно магистрам, студентам, исследователям и всем интересующимся актуальным состоянием и тенденциями развития современной науки.

ISSN 2541-9412

ББК 94

© ООО «СибАК», 2023 г.

| | |
|---|-----------|
| Оглавление | |
| Статьи на русском языке | 5 |
| Рубрика «Транспортные коммуникации» | 5 |
| РАЗВИТИЕ ТРАНСПОРТНО-ЛОГИСТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ РОССИИ Ромаданов Александр Григорьевич | 5 |
| ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТО АВТОМОБИЛЕЙ ПУТЕМ ВНЕДРЕНИЯ РОБОТИЗИРОВАННОГО ОСМОТРА И ОБСЛУЖИВАНИЯ Сейдалиев Адил Мирланович | 10 |
| СПОСОБ ЗАЩИТЫ ЛЕТАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ОТ САМОНАВОДЯЩИХСЯ РАКЕТ Хрусталёва Диана Андреевна Хрусталёв Андрей Алексеевич | 12 |
| Рубрика «Физика» | 15 |
| КАНАЛЫ И ПЕРЕНОСЧИКИ. АКТИВНЫЙ ТРАНСПОРТ Кобранова Мария Васильевна Бекбулатов Дамир Рашидович | 15 |
| ТРАНСПОРТ ИОНОВ В ВОЗБУДИМЫХ МЕМБРАНАХ Левинская Евгения Евгеньевна Бекбулатов Дамир Рашидович | 18 |
| ПОДБОР ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНОГО ГРУНТОВОГО ТЕПЛОВОГО НАСОСА Тарханова Екатерина Вячеславовна | 20 |
| ФИЗИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ГЕМОДИНАМИКИ Шалиткина Екатерина Андреевна Бекбулатов Дамир Рашидович | 23 |
| Рубрика «Физическая культура» | 25 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ЮРИСПРУДЕНЦИИ СРЕДСТВАМИ САМБО Бугров Антон Сергеевич Воронкова Елена Валерьевна | 25 |
| ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПРОДУКТИВНОСТЬ РАБОТЫ IT-СПЕЦИАЛИСТОВ Вараксин Владислав Александрович Мартыненко Наталья Владимировна | 28 |
| ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА Воложанина Алена Сергеевна Фахретдинова Альфина Юмадиловна Земленухин Илья Андреевич | 31 |
| ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА Воложанина Алена Сергеевна Фахретдинова Альфина Юмадиловна Земленухин Илья Андреевич | 34 |

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У БОРЦОВ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

Воложанина Алена Сергеевна

студент,
кафедра теории и методики единоборств,
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма,
РФ, г. Казань
E-mail: alena.volozhanina.02@mail.ru

Фахретдинова Альфина Юмадиловна

студент,
кафедра теории и методики единоборств,
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма,
РФ, г. Казань
E-mail: fakhretdinova.alfina2002@gmail.ru

Земленухин Илья Андреевич

научный руководитель, канд. пед. наук,
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма,
РФ, г. Казань

ASSESSMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF WRESTLERS AT THE STAGE OF IMPROVING SPORTS SKILLS

Alena Volozhanina

Student,
Department of Theory and Methodology of Martial Arts,
Volga State University physical culture, sports and tourism,
Russia, Kazan

Alfina Fahretdinova

Student,
Department of Theory and Methodology of Martial Arts,
Volga State University physical culture, sports and tourism,
Russia, Kazan

Ilya Zemlenukhin

Scientific supervisor, Candidate of Pedagogical Sciences,
Volga State University physical culture, sports and tourism,
Russia, Kazan

АННОТАЦИЯ

В данной статье представлено исследование, направленное на оценку физических качеств у спортсменов-борцов. Автором представлены результаты оценки скоростных способностей, мышечной силы, вестибулярной устойчивости, выносливости, гибкости, координационных способностей. Тестирования были выбраны из числа нормативов общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этап совершенствования

спортивного мастерства, представленных в Федеральном стандарте спортивной подготовки по избранному виду спорта (ФССП).

ABSTRACT

This article presents a study aimed at assessing the physical qualities of athletes-wrestlers. The author presents the results of the assessment of speed abilities, muscle strength, vestibular stability, endurance, flexibility, coordination abilities. The tests were selected from among the standards of general physical and special physical training for enrollment in groups at the stage of improving sports skills, presented in the Federal Standard of Sports Training for the Chosen Sport (FSSP).

Ключевые слова: этапы подготовки, борьба, тестирование, борцы.

Keywords: stages of preparation, wrestling, testing, wrestlers.

Актуальность. На сегодняшний день правила соревнований по борьбе достаточно жестки для спортсменов и постоянно изменяются для повышения динамичности и зрелищности борцовского поединка [2]. Изменения правил всегда являются причиной проведения исследований взаимосвязей между успешностью соревновательной деятельности и компонентами спортивной подготовки. Необходимо выяснять, каким образом такие изменения могут повлиять на организацию тренировочного процесса, на развитии каких качеств спортсмена следует уделять особое внимание. Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по спортивной борьбе, значительное влияние на результативность имеют такие качества, как скоростные способности, мышечная сила, вестибулярная устойчивость, выносливость. Среднее влияние имеют такие физические качества, как гибкость и координационные способности [1]. Телосложение, согласно Стандарту, имеет незначительное влияние. Однако в Стандарте отсутствует разделение как на весовые категории, так и на половые различия. Наличие весовых категорий в спортивной борьбе необходимо для уравнивания шансов во время проведения схватки между спортсменами. Отсутствие данных разграничений в нормативах общей физической и специальной физической подготовки может повлиять на качество выполнения нормативов, что может указывать на некоторую некорректность приведенных нормативов в Стандарте.

Цель исследования: оценить физические качества у борцов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на базе Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, города Казань. В исследовании приняли участие 15 спортсменов, возрастом от 18 до 20 лет, со спортивной квалификацией КМС. В процессе исследования были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, эксперимент, математическая статистика.

Результаты исследования и их обсуждение. В процессе исследования было проведено тестирование для оценки развития физических качеств у спортсменов. В качестве контрольных испытаний были выбраны тесты из Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная борьба». Для определения соответствия подготовленности спортсменов требованиям ФССП по виду спорта, результаты были обработаны и сравнены с нормативами для зачисления в группу на этап совершенствования спортивного мастерства (таблица 1).

Таблица 1.

Сравнение результатов тестирования спортсменов с нормативами ФССП

| 1 | Показатель | Норматив | Хср | Норматив |
|---|-------------------|------------------------------|----------|-----------|
| 2 | Сила | Подтягивание | 15,86 | 6+ |
| 3 | | Метание набивного мяча (3кг) | 9,8 | 6,3+ |
| 4 | Скоростно-силовые | Прыжок в длину | 240,13 | 180+ |
| 5 | Координация | Челночный бег | 6,49 | до 7,6 |
| 6 | Быстрота | Бег 100м. | 13,31 | до 14,4 |
| 7 | Выносливость | Бег 1500м. | 5,4 мин. | до 7 мин. |

Хср – средний показатель

По результатам тестирования физической подготовки спортсменов было выявлено, что показанные результаты по всем проведенным тестам (подтягивание, метание набивного мяча 3 кг., прыжок в длину, челночный бег, бег на 100м. и 1500м.) соответствуют нормативам зачисления в группу на этап совершенствования спортивного мастерства. Из этого можно сделать вывод о том, что борцы, прошедшие тестирование, имеют необходимый уровень физической подготовки для своего этапа подготовки. Несмотря на отсутствие разделения нормативов по привычным весовым категориям, спортсмены справились с нормативами.

Выводы. По итогам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что исследуемые борцы имеют необходимый уровень развития качеств, которые значительно влияют на результативность.

Список литературы:

1. Приказ Министерства спорта РФ от 30 ноября 2022 г. № 1091 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "спортивная борьба"
2. Латышев Н.В. Анализ соревновательной деятельности борцов вольного стиля на играх олимпиады в Пекине 2008 года/ Н.В.Латышев//Педагогические, психологические, медико-биологические проблемы физической культуры и спорта.-2009.-№5.-С.106-109.

Электронный научный журнал

СТУДЕНЧЕСКИЙ

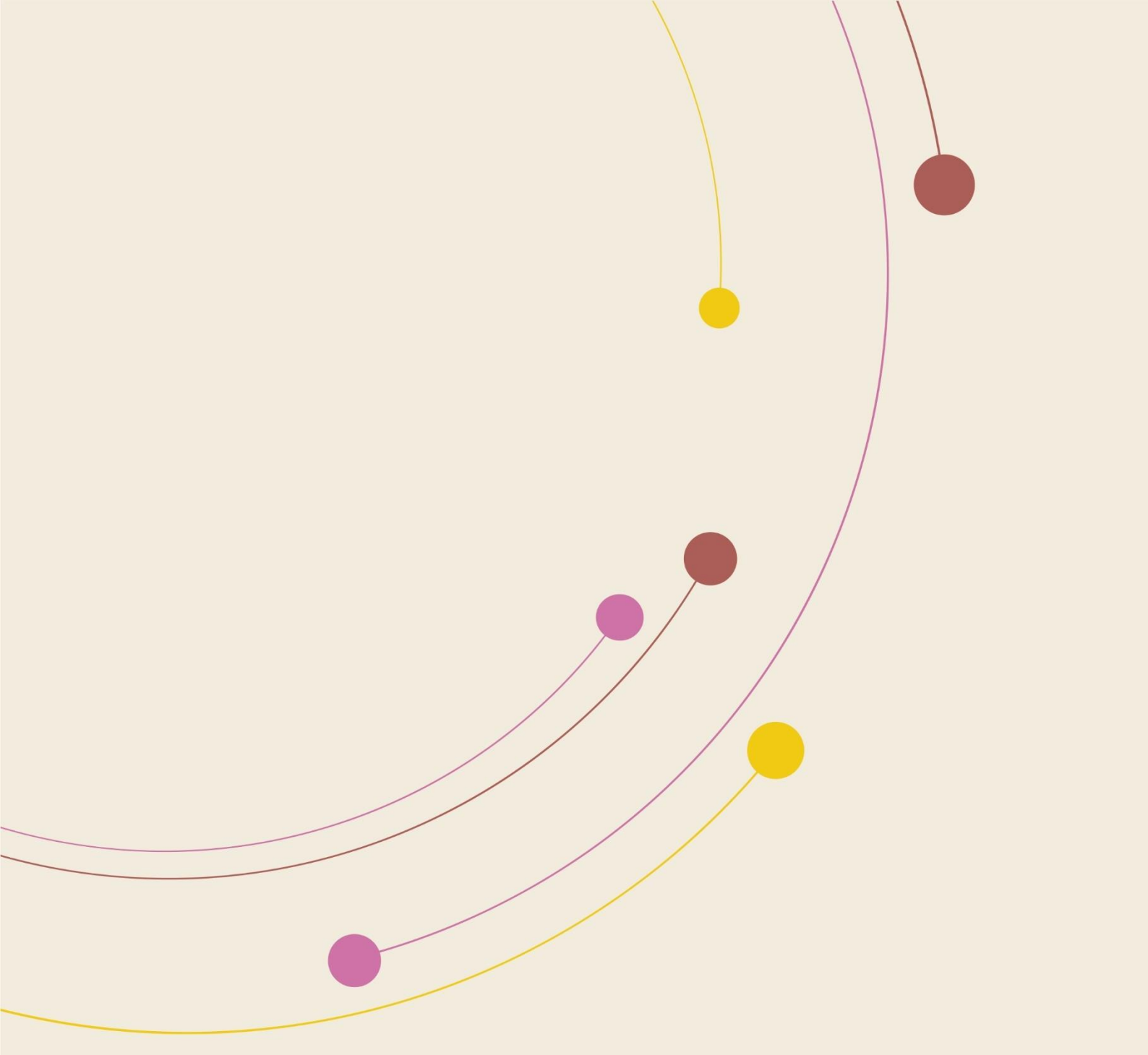
№ 24 (236)
Июль 2023 г.

Часть 3

В авторской редакции

Издательство ООО «СибАК»
630049, г. Новосибирск, Красный проспект, 165, офис 4.
E-mail: mail@sibac.info

16+



Свидетельство о регистрации СМИ:
ЭЛ № ФС 77 - 77221 от 20 ноября 2019 г.
г. Новосибирск



sibac.info