



# Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры

Сборник материалов  
V Всероссийской научно-практической  
конференции с международным участием  
*Казань, 17 февраля 2023 года*

---

Том II. Секции 3-6



УДК 612.0+796.011.3

ББК 75.09

П 78

**П 78 Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры: Сборник материалов V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 16-17 февраля 2023 года.**

В 2 т. – Казань : ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2023. – Том 2. – 873 с.

В сборнике представлены материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры», прошедшей в рамках Десятилетия науки и технологий 16-17 февраля 2023 года на базе ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», г. Казань.

**Материалы представлены в авторской редакции.**

**Главный редактор:**

Е.В. Бурцева, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта Поволжского ГУФКСиТ.

**Редакционная коллегия:**

Л.А. Парфенова, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности Поволжского ГУФКСиТ.

Н.Н. Мугаллимова, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта Поволжского ГУФКСиТ.

Л.Е. Касмакова, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности.

А.А. Ризванова, преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и спорта Поволжского ГУФКСиТ.

М.А. Ильясова, ведущий специалист научно-методического отдела Поволжского ГУФКСиТ.

УДК 612.0+796.011.3

ББК 75.09

©ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2023

УДК 796.034-05

## ХОККЕЙ КАК ФОРМА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ

**Зарипова А.М., Бильданова Ф.Ю.,**

**Еникеев Ш.Р.**

*ст. преподаватель*

Поволжский государственный университет  
физической культуры, спорта и туризма  
Казань, Россия

*Аннотация.* В данной статье описывается развитие студенческого хоккея в России. Говорится о пользе занятий хоккеем как одной из форм физической активности молодежи, обучающейся в высших учебных заведениях.

*Ключевые слова:* студенческий спорт, хоккей, хоккейная лига, физическая активность.

**Актуальность.** От 24 ноября 2020 г. распоряжением Правительства РФ утверждена стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, одной из ее целей является повышение доли детей и молодежи в возрасте 3-29 лет, систематически занимающихся физической культурой и спортом с 83,9% до 90%.

Исходя из этого, можно сказать, что существование студенческих спортивных лиг является одной из главных возможностей занятия спортом для молодежи. Из-за чего многие учебные заведения России стараются обеспечить необходимой материальной базой свои студенческие спортивные клубы, способствуя развитию и поддержанию студенческого спорта.

Хоккей так же является одним из видов спорта, по которому создаются студенческие команды вузов различных профилей, проводятся соревнования и чемпионаты. Все это обуславливает актуальность рассматриваемой нами темы.

**Цель исследования:** рассмотреть хоккей как форму физической активности для студентов вузов различных профильных направлений.

**Организация и методы исследования.** Для достижения выбранной нами цели были проанализированы научно-исследовательские работы и научная литература по теме исследования, а так же различные интернет ресурсы.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Студенческий спорт в России имеет более чем вековую историю развития. Его зарождение происходило в начале XX века. В своем становлении отечественный студенческий спорт прошел несколько этапов. Современный этап развития студенческого спорта, начавшийся в связи с периодом реформирования общественных устоев и переходом экономики страны к рыночным отношениям, характеризуется появлением новых задач физического воспитания в высшей школе, направленных не только на развитие физических способностей студентов, но и на стимулирование их интереса к занятиям физической культурой и спортом, формирование ценностей здорового образа жизни, в которых двигательная активность является необходимым условием жизни [2].

В настоящее время насчитывается около 700 крытых ледовых площадок по всей России, что позволяет развивать не только детско-юношеский и профессиональный спорт. Так, в мае 2016 года учреждена ассоциация поддержки и развития студенческого хоккея «Студенческая хоккейная лига» Федерацией хоккея России и Российским студенческим спортивным союзом на основании поручений Президента Российской Федерации В.В. Путина по итогам заседания Совета по развитию физической культуры и спорта, которое проходило в Казани 22 апреля 2016 года.

Студенческая хоккейная лига ежегодно проводит чемпионат, в котором принимает участие 21 команда из 18 городов страны, а также первенство, в котором более 80 команд из 27 субъектов РФ. Сейчас на регулярной основе хоккеем занимаются не менее 3 тысяч студентов. СХЛ занимается широким привлечением студентов и молодежи к систематическим занятиям хоккеем, проводит промо-мероприятия, направленные на популяризацию студенческого хоккея, создает необходимые условия для повышения уровня мастерства студентов-хоккеистов.

Помимо СХЛ, которая охватывает всю Россию, так же существуют студенческие хоккейные лиги отдельных регионов. К ним относится МСХЛ – студенческая спортивная лига Москвы, объединяющая под своим началом хоккейные сборные столичных университетов. Она создана в 2010 году по инициативе студентов и выпускников вузов МАТИ и МИЭТ при поддержке Департамента физической культуры и спорта города Москвы. В московской студенческой хоккейной лиге насчитывается 27 команд, которые делятся на 2 дивизиона. Существует и студенческая хоккейная лига Санкт-Петербурга (СХЛ СПб), которая объединяет под своим началом хоккейные команды университетов Северной столицы. Лига была создана в 2012 году Федерацией хоккея Санкт-Петербурга и в настоящее время в первенстве и чемпионате среди студентов Санкт-Петербурга принимает участие 21 команда. Помимо этого существует так же и Сибирская студенческая хоккейная лига, учредившаяся в 2013 году и насчитывающая 10 студенческих хоккейных команд.

Наличие в высшем учебном заведении студенческой хоккейной команды и условий для тренировок могут являться для абитуриента одним из стимулов поступить в данный вуз. Студенческий хоккей предоставляет возможность для спортсменов, которые выпустились из спортивных школ или имели профессиональные контракты, продолжать занятия хоккеем на достаточно высоком уровне и получать высшее образование. Так же возможность заниматься хоккеем во время обучения в вузе положительно влияет на эмоциональный фон, мотивацию заниматься физической активностью и спортом, а так же вести здоровый образ жизни.

Двигательная активность в студенческом возрасте удовлетворяет биологические, социальные и личностные потребности. В период обучения в вузе дефицит двигательной активности приводит к ухудшению адаптации сердечно-сосудистой системы обучающихся к стандартной физической нагрузке, снижению жизненной емкости легких (ЖЕЛ), появлению избыточной массы тела за счет отложения жира, повышению уровня холестерина в крови.

Оздоровительный эффект при игре в хоккей обеспечивается динамической работой, разнообразной мышечной нагрузкой. Игра сопровождается развитием всех качественных сторон двигательной деятельности. Занятия хоккеем укрепляют иммунитет, сердечнососудистую систему, нервную систему, дыхательную систему, мышечную систему, глазные мышцы. Помимо этого хоккей воспитывает морально-волевые качества и является средством социализации людей [1].

**Заключение.** Исходя из вышеописанного, можно сделать вывод, что среди студентов одной из форм физической активности является спорт. И для развития студенческого спорта в России, в частности студенческого хоккея, начиная с 2010 года, были созданы студенческие хоккейные лиги. Благодаря созданным условиям молодежь в возрасте от 17 до 25 лет имеет возможность заниматься хоккеем, выступать на соревнованиях и заниматься учебной деятельностью. Занятия хоккеем имеют оздоровительный эффект и предотвращают дефицит двигательной активности, который появляется в период обучения у студентов, не занимающихся физической культурой и спортом.

#### Список литературы

1. Воронков, А. В. К вопросу о мотивации студентов к занятиям хоккеем с мячом, как одного из основных компонентов физкультурно-оздоровительной работы в высшем учебном заведении / Воронков А.В., Воронин И.Ю., Гречишников А.Л., Рущкой И.А. // Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта. – 2017. – С. 244-248.
2. Ростеванов, А. Г. Факторы оптимизации современного студенческого спорта / А. Г. Ростеванов, Т. П. Высоцкая, С. И. Бочкарева, Н. Е. Копылова // Культура физическая и здоровье. – 2019. – № 1(69). – С. 32-35.

## **СЕКЦИЯ 4**

### **СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА**

#### **И ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА ..... 350**

Афонасьев Н.Е.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У СТУДЕНТОВ СПОРТИВНЫХ  
ВУЗОВ В УСЛОВИЯХ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ ..... 351

Бурлакова Т.Л.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ  
НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ..... 354

Бутянов В.А., Коновалов И.Е.

ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ ВИДЕОАНАЛИЗА В ТРЕНИРОВОЧНОМ  
И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНЧЕСКИХ ВОЛЕЙБОЛЬНЫХ КОМАНД ..... 358

Гайдаш А.И.

СОВРЕМЕННАЯ ПРОБЛЕМАТИКА СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ  
И КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ..... 363

Галеев Б.Г.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ-БАСКЕТБОЛИСТОВ  
С УЧЕТОМ СИЛЫ И СЛАБОСТИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ..... 366

Гасанова Ю.Н., Сюч С.А.

ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ  
РОССИЙСКИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ВУЗОВ ..... 371

Головина Е.А., Бондарева А.Ю.

РЕАЛИЗАЦИЯ МЕТОДИКИ «МИКС-АЭРОБИКА» В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ.... 375

Голубина О.А., Кочнев А.В., Агеева О.Н., Юшманова Е.В.

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ПО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
В СЕВЕРНОМ ВУЗЕ ..... 379

Гулицкая Т.Н., Доманцевич Д.С.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ГИМНАСТИК В ФИЗИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ СТУДЕНТОВ... 383

Дяченко О.А.

ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ ДЛЯ ОПТИМИЗАЦИИ ПРОГРЕССА  
СИЛОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПАУЭРЛИФТИНГОМ ..... 387

Еганов А.В., Рзаев Д.О., Чикишев С.Г., Кошкарева Е.А.

ВЛИЯНИЕ ПАРАМЕТРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ КООРДИНАЦИОННОЙ ПАМЯТИ  
НА ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КУРСАНТОВ..... 389

Енченко И.В., Мовчанова М.Д.

ВЫБОР СТУДЕНТАМИ КЛАССА В ГРЕБНОМ СПОРТЕ  
С УЧЕТОМ ПЕРВОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ..... 392

Зарипова А.М., Бильданова Ф.Ю., Еникеев Ш.Р.

ХОККЕЙ КАК ФОРМА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ..... 397

Игнатьева М.Г.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ... 400