

ISSN 2415 - 8771

ИНТЕРНАУКА
internauka.org

**ССІІ МЕЖДУНАРОДНАЯ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ**



8(203)

**МОЛОДОЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ:
ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ**

**«МОЛОДОЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ:
ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ»**

*Сборник статей по материалам ССIII международной
научно-практической конференции*

№ 8 (203)
Март 2021 г.

Издается с декабря 2015 г.

Москва
2021

УДК 08
ББК 97
М75

Председатель редакционной коллегии:

Ходакова Нина Павловна – д-р пед. наук, проф. Московского городского педагогического университета, чл.-кор. Академии информатизации образования, проф. Европейской и международной Академии Естествознания, почетный профессор и почетный доктор наук Российской Академии Естествознания.

Редакционная коллегия:

Виштак Ольга Васильевна – д-р пед. наук, канд. тех. наук, зав. кафедрой Информационных систем и технологии Балаковского института техники, технологии и управления (филиал) ФГБОУ ВПО «Саратовский государственный технический университет им. Гагарина Ю.А.»;

Дейкина Алевтина Дмитриевна – д-р пед. наук, проф. кафедры теории и практики преподавания русского языка и русского языка как иностранного (ТППРЯиРКИ) Московского государственного педагогического университета (МПГУ). Руководитель научной школы «Аксиологическая лингвометодика: мировоззренческие и ценностные аспекты в школьном и вузовском преподавании»;

Добротин Дмитрий Юрьевич – канд. пед. наук, доц. Московского городского педагогического университета;

Напалков Сергей Васильевич – канд. пед. наук, ст. препод. Арзамасского филиала ФГАОУ ВО «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского».

М75 Молодой исследователь: вызовы и перспективы. сб. ст. по материалам ССШ междунар. науч.-практ. конф. – № 8(203). – М., Изд. «Интернаука», 2021. –207 с.

ISSN 2415-8771

ББК 97

ISSN 2415-8771

Оглавление	
Доклады конференции на русском языке	9
Гуманитарные науки	9
Секция 1. Искусствоведение	9
КАЗАХСТАНСКИЕ АНИМАЦИОННЫЕ ФИЛЬМЫ И ИХ ОСОБЕННОСТИ	9
Ербол Айдана Ерболкызы Мурсалимова Гульнара Амангельдиновна	
Секция 2. Краеведение	14
ГЕРОЙ КУЗБАССА НИКОЛАЙ ГРИГОРЬЕВИЧ УШАКОВ	14
Дервянкина Валерия Александровна Ужан Ольга Юрьевна	
Секция 3. Педагогика	19
ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	19
Дербеденева Марина Александровна Винокурова Наталья Валентиновна	
ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ОРФОГРАФИЧЕСКОЙ ЗОРКОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ	24
Зеленова Татьяна Валерьевна Винокурова Наталья Валентиновна	
ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОСМЫСЛЕННОМУ СКОРОЧТЕНИЮ	29
Ларина Дарья Эдуардовна Мазуренко Оксана Владимировна	
ВЛИЯНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	35
Маенкова Регина Александровна Винокурова Наталья Валентиновна	
ОБУЧЕНИЕ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ РЕШЕНИЮ ОЛИМПИАДНЫХ ЗАДАЧ ПО АЛГЕБРЕ МЕТОДАМИ ДИСКРЕТНОЙ МАТЕМАТИКИ	41
Таратынова Анна Николаевна Храмова Надежда Александровна	

Секция 4. Физическая культура	45
БЫСТРОТА – ОШИБКИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ, И МЕТОДЫ ЕЁ РАЗВИТИЯ	45
Бахшуллаева Малохат Бахтиёр кизи	
Боймуродов Ражаб Сайфитдинович	
Попов Владислав Александрович	
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В УЧРЕЖДЕНИИ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	49
Муратшин Ильяс Салаватович	
Габидуллина Светлана Каюмовна	
Секция 5. Филология	52
СХЕМЫ КАК ВИД ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ НА УРОКАХ ЛИТЕРАТУРЫ	52
Салимгареева Галия Фагимовна	
Борисова Валентина Васильевна	
Секция 6. Юриспруденция	57
ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОГО НАЙМА ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ ПО ЖИЛИЩНОМУ КОДЕКСУ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ (ОСНОВАНИЯ И ПОРЯДОК ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ЖИЛОГО ПОМЕЩЕНИЯ ПО ДОГОВОРУ СОЦИАЛЬНОГО НАЙМА)	57
Алексееенко Ирина Петровна	
СУДЕБНОЕ РЕШЕНИЕ И ЕГО РЕАЛИЗАЦИЯ ПО ДЕЛАМ ОБ ОСПАРИВАНИИ НЕНОРМАТИВНЫХ ПРАВОВЫХ АКТОВ В АРБИТРАЖНЫХ СУДАХ	67
Пилипенко Владимир Андреевич	
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ УСЛУГОДАТЕЛЯ КАК ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА ЮРИДИЧЕСКИХ УСЛУГ	73
Подшибякина Галина Дмитриевна	
Богданова Тамара Дмитриевна	
Естественные и медицинские науки	77
Секция 7. Математические науки	77
КРИПТОСИСТЕМЫ С ОТКРЫТЫМ КЛЮЧОМ	77
Бадина Юлия Викторовна	
Храмова Надежда Александровна	

СЕКЦИЯ 4.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

БЫСТРОТА – ОШИБКИ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ, И МЕТОДЫ ЕЁ РАЗВИТИЯ

Бахиуллаева Малохат Бахтиёр кизи
студент,
Бухарский государственный университет,
Республика Узбекистан, г. Бухара

Боймуродов Ражаб Сайфитдинович
научный руководитель, старший преподаватель,
Бухарский государственный университет,
Республика Узбекистан, г. Бухара

Попов Владислав Александрович
научный руководитель, ст. инструктор-методист,
Бухарский колледж олимпийского резерва,
Республика Узбекистан, г. Бухара

АННОТАЦИЯ

В этой статье рассмотрены аспекты эффективного построения тренировочного занятия и методика развития физического качества быстрота, приведены примеры упражнений для её развития.

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada o'quv mashg'ulotini samarali qurish jihatlarini va tezlikning jismoniy sifatini rivojlantirish metodikasi o'rganilgan, uni ishlab chiqish bo'yicha mashqlarning namunalari keltirilgan.

Ключевые слова: легкая атлетика, техника, интенсивность, интенсивность.

Kalit so'zlar: yengil atletika, texnik, intensivlik, intensivlik.

Многие начинающие тренеры на этапах начальной подготовки не уделяют должного внимания развитию быстроты, а уделяют много времени силе и

выносливости. Но такие качества как сила и выносливость можно развить практически в любом возрасте.

Ребёнок 12-13 лет, занимающийся спортом и работающий с отягощениями, даже если и сильнее многих ровесников, но слабее юношей или девушек 16-17 лет. Более того много примеров того что при работе на силу, абсолютные силовые показатели и средний прирост выше у юношей и девушек 16-17 лет. Тренера применяя отягощения в работе с детьми 12-13 лет не только теряют время, но и подвергают риску здоровье спортсменов.

Это же относится и к применению кроссовой подготовки у детей 12-13 лет. Мало того, что тратится драгоценное время, которое можно использовать на развитие ловкости и скорости, освоению техники и создания прочного фундамента физических навыков, но и развивается психологическая усталость от однообразных упражнений. В возрасте 12-13 лет больше всего утомляет монотонная работа.

Пример можно привести следующий: мальчик 13 лет, занимающийся легкой атлетикой скажем метанием копья, имеет следующие силовые показатели в упражнениях - жим лежа 40 кг и приседание со штангой 70 кг. При значительном увеличении тренировочного времени направленного на развитие силы он может в среднем к 16 годам достичь 100-110 кг в жиме лежа, и 120-140 кг в приседании со штангой на плечах. Юноша, который начнет заниматься в 15 лет даже если и будет отставать от этих показателей в 16 лет, то к 17 годам при равных условиях, их силовые показатели сравняются. Но в период 13-15 лет ребенок, занимающийся упражнениями, направленными на развитие силы, имеет большой риск получения спортивной травмы, и что самое губительное он теряет драгоценное время, которое можно было истратить на развитие ловкости и быстроты, технической подготовки.

Если брать выносливость, то развить её можно даже в преклонном возрасте. Во многих международных «Марафонах» участвуют люди всех возрастов и успешно завершают эту непростую дистанцию, что и подтверждает данное утверждение. Это не значит, что развитию силы и выносливости в этом возрасте

не нужно уделять внимания, но нельзя выделять под это большую часть тренировочного процесса. Целесообразнее давать предпочтения скоростно-силовым упражнениям при развитии силы и использовать меньшие промежутки отдыха для развития выносливости.

Активный рост и изменение физических показателей создает благоприятные условия для развития быстроты в промежутке 12-15 лет. В этом возрасте происходит наибольший прирост скоростных показателей и создается прочный фундамент для развития этого качества в дальнейшем.

Упражнения для развития быстроты:

Рывки и ускорения из различных исходных положений (сидя, лежа, стоя на коленях и т.д.) по зрительному сигналу.

Прыжки через скакалку (частота вращения максимальная).

Рывки с резкой сменой направления и мгновенными остановками.

Рывки на короткие отрезки с резкой сменой направления движения и резкими остановками способствуют развитию быстроты перемещения.

Имитационные упражнения с акцентировано-быстрым выполнением какого-то отдельного движения. Быстрые перемещения, характерные для волейбола, баскетбола и др., с последующей имитацией или выполнением технического приема. Различные сочетания имитационных упражнений, выполняемых в разной последовательности, способствует развитию такого вида быстроты, как быстрота переключения с одних действий на другие. Для развития всех форм быстроты необходимо руководствоваться следующими положениями:

Если основная задача занятия развитие быстроты, то ее следует решить непосредственно после разминки. Развивать способность к произвольному (сознательному) расслаблению мышц. Начинать развитие быстроты следует с выполнения упражнений равномерным методом, со средней интенсивностью: как только развивается способность контроля за движениями, применять метод переменных и повторно-переменных упражнений; наибольшая скорость (интенсивность) движений на этой стадии – 80-85 % от максимальных возможностей.

Известно, что потенциальные возможности нервно-мышечной системы в быстроте движений значительно выше, чем принято считать. Свидетельство этому – выполнение в облегченных условиях движений с большой быстротой в условиях, способствующих увеличению темпа и импульсивности (например, бег по наклонной дорожке, плавание за лидером, метание облегченных снарядов, уменьшение размеров площадки в спортивных играх и др.).

Большинство упражнений, применяемых для развития быстроты, предъявляет высокие требования к работе внутренних органов. Поэтому их могут применять только молодые, здоровые и хорошо тренированные люди. При построении тренировки нужно учитывать, что скоростная работа очень интенсивна и требует большого расхода энергии. Одновременно с развитием быстроты необходимо упражняться в совершенствовании техники избранного вида спорта.

Список литературы:

1. Методическое пособие: «Развитие физических качеств метателя копья» Попов В.А.
2. Методическое пособие: «Развитие физических качеств борцов греко-римского и вольного стиля» Попов В.А., Давронов А.
3. Материалы интернет изданий