

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Мозырский государственный педагогический университет имени И. П. Шамякина»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы VI Международной
научно-практической конференции

Мозырь, 6–7 октября 2016 г.

Мозырь
МГПУ им. И. П. Шамякина
2016

УДК 796
ББК 75
А43

Редакционная коллегия:

С. М. Блоцкий, кандидат педагогических наук (ответственный редактор);
В. В. Клинов, кандидат педагогических наук;
Н. В. Зайцева, доктор педагогических наук, профессор;
Е. А. Масловский, доктор педагогических наук, профессор;
И. М. Масло, кандидат педагогических наук, доцент;
В. А. Черенко, кандидат педагогических наук;
В. А. Горовой, старший преподаватель

Печатается согласно плану проведения в 2016 году в учреждениях высшего образования и научных организациях, подчиненных Министерству образования Республики Беларусь, научных и научно-технических мероприятий и приказу по университету № 899 от 21.09.2016 г.

Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы VI Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 6–7 окт. 2016 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2016. – 262 с.
ISBN 978-985-477-589-0.

В сборнике представлены материалы конференции, отражающие результаты научных исследований в области физической культуры, спорта и туризма.
Адресуется научным работникам, преподавателям, методистам по физическому воспитанию, студентам.
Материалы публикуются в авторской редакции.

УДК 796
ББК 75

ISBN 978-985-477-589-0

© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2016

АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ И ГЕНЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

В.Ю. Давыдов, А.Ю. Журавский

Полесский государственный университет, Республика Беларусь

Введение. Проблема спортивного отбора и селекции является одной из основных теоретических и прикладных медико-биологических проблем физической культуры и спорта. Развитие теории спортивного отбора влияет на уровень спортивных достижений и на развитие спортивной науки в целом. Целью спортивной деятельности является достижение максимально возможного для конкретного индивидуума спортивного результата. В этой связи актуальными являются исследования индивидуальных возможностей спортсменов.

Рост спортивных достижений в большинстве видов спорта, в том числе и гребле на байдарках и каноэ, требует дальнейшего изучения индивидуальных возможностей спортсменов.

Оценка индивидуальных возможностей и выявление перспективных спортсменов в современных условиях спорта высших достижений приобретает особую значимость, способствуя повышению эффективности тренировочного процесса [1; 2].

В современных условиях спорта высших достижений особую значимость приобретает выявление наиболее одаренных, перспективных спортсменов, т.к. рекордные достижения характерны для спортсменов, обладающих наиболее оптимальными показателями, характерными для данного вида спорта. С одной стороны, спортсмены, отличающиеся по своим морфологическим, функциональным, психологическим особенностям, по-разному адаптируются к различным условиям деятельности, с другой стороны, целенаправленная деятельность оказывает влияние на отбор наиболее одаренных спортсменов и на формирование у них специфического морфофункционального статуса [3].

Данная работа посвящена результатам комплексных обследований сильнейших белорусских гребцов на байдарках и каноэ

Организация и методы исследования. Исследования проводились на тренировочных базах Республики Беларусь. Всего в исследовании приняло участие 42 спортсмена обоего пола, все спортсмены – члены национальной команды Республики Беларусь по гребле на байдарках и каноэ.

Комплексное обследование включало антропометрические измерения [4], анализ компонентов состава массы тела, биологический возраст, оценка морфофункционального состояния гребцов проводилось с использованием специальных шкал для оценки морфофункциональной пригодности юношей и девушек к занятиям греблей на байдарках и каноэ по методике. Анализировались следующие показатели: тотальные размеры тела, продольные, поперечные и обхватные показатели, пропорции тела, показатели компонентов состава массы тела, биологический возраст, уровни морфологического состояния и показатели соревновательной деятельности (всего 60 характеристик).

При анализе эффективности спортивной деятельности рассматривались два показателя, отражающие успешность и стабильность выступления спортсмена в соревновательном сезоне. Успешность – способность спортсмена продемонстрировать личный рекорд или лучший результат сезона в ответственных соревнованиях. Стабильность – способность демонстрировать в течение всего первого соревновательного сезона результаты, находящиеся в пределах зоны $\pm 2\%$ от лучшего результата сезона.

Генотипирование спортсменов выполнялось на базе НИЛ лонгитудинальных исследований УО «Полесский государственный университет». Используя метод ПЦР [5] с последующим ПДРФ-анализом, определяли следующие полиморфизмы: I/D полиморфизм гена ангиотензин конвертирующего фермента (ACE), R577X полиморфизм гена, кодирующего белок скелетной мышцы α -актинин-3 (ACTN3) (rs1815739), C34T полиморфизм гена, кодирующего мышечную изоформу аденозинмонофосфатдезаминазы (AMPD1) (rs17602729), Arg16Gly полиморфизм гена, кодирующего $\beta 2$ -адренорецептор (ADRB2) (rs1042713), -9/+9 полиморфизм гена, кодирующего рецептор B2 типа (BDKRB2) брадикинина, Pro12Ala полиморфизм гена, кодирующего γ -рецептор, активируемый активаторами пероксисом (PPARG) (rs1801282), PPAR α G/Синтрон 7,Gly482Ser полиморфизм гена, кодирующего 1α коактиватор PPAR γ (PPARGC1A) (rs8192678), Val158Met полиморфизм гена, кодирующего фермент катехоламин ортометилтрансферазу (COMT) (rs4680), G894T полиморфизм гена, кодирующего эндотелиальную NO-синтазу (NOS3) (rs1799983).

Математическая обработка результатов исследования проводилась с помощью программы «MS Excel» (версия 7.0).

Результаты исследования и их обсуждение

Показатели стажа и возраста элитных гребцов представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Показатели стажа и возраста высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

Показатели	Байдарка(муж)		Каноэ (муж)		Байдарка(жен)		Каноэ (жен)	
	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
Возраст (лет)	25,1	4,91	25,6	3,68	23,1	1,85	23,0	3,70
Стаж (лет)	11,5	6,13	13,1	3,33	10,1	3,70	10,1	3,36

Примечания: t – критерий Стьюдента, ($p > 0,05$)

Сопоставление показателей стажа занятий у сильнейших белорусских гребцов на байдарках и каноэ показывает, что наибольший стаж отмечен в группе каноистов – 13,1±3,33, наименьший в группе каноисток и байдарочниц 10,1±3,36-10,1±3,70 лет. Различия как у мужчин, так и у женщин не достоверны ($p>0,05$).

Наибольший возраст отмечен в группе каноистов – 25,6±3,68, наименьший в группе каноисток – 23,0±3,70. Различия как у мужчин, так и у женщин также не достоверны ($p>0,05$).

Квалификационные показатели элитных гребцов на байдарках и каноэ представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Квалификационные показатели высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

Спортивный разряд	ЗМС	МСМК	МС
Байдарка (мужчины)	3	7	4
Каноэ (мужчины)	3	7	2
Байдарка (девушки)	3	4	-
Каноэ (девушки)	-	3	7

Примечания: t – критерий Стьюдента, * – $p<0,05$

При сопоставлении основных параметров тотальных размеров тела высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ выявлено, что наибольшие значения длины тела отмечены у гребцов на байдарках (187,6±1,51), наименьшие значения отмечены у каноистов (184,4±6,13), различия достоверно значимы ($p<0,05$). У женщин наибольшие показатели длины тела отмечены у байдарочниц – (173,0±5,18), наименьшие у каноисток (168,7±4,37). Различия достоверно значимы ($p<0,001$).

Масса тела наибольшая у гребцов на байдарках (91,8±25,1), наименьшие значения отмечены у каноистов (91,7±6,74), у женщин наибольшие значения отмечены у байдарочниц (69,4±4,74), наименьшие у каноисток (68,0±1,01). Различия не достоверны, как в мужских группах, так и в женских ($p>0,05$).

Жизненная емкость легких наибольшая отмечена у байдарочников (6057,0±950,9), наименьшая – у каноистов (5723,1±920,9), у женщин отмечена аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют байдарочницы (3886±338,5). Наименьшие значения – каноистки (3300±202,0). Различия достоверны как в мужских группах, так и в женских ($p<0,05$).

По показателю кистевой динамометрии сильнейшей руки наибольшие значения отмечены у каноистов (51,8±11,04), наименьшие у байдарочников (50,9±11,9), у женщин отмечена аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют каноистки (30,3±3,70), наименьшие – байдарочницы (29,8±3,70). Различия не достоверны как в мужских группах, так и в женских ($p>0,05$).

Анализ компонентов состава массы тела высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ показал, что наименьшие значения абсолютной жировой массы (кг) отмечены у байдарочников (8,08±2,01), наименьшие у каноистов (8,68±2,82), у женщин отмечена аналогичная тенденция. Наименьшие значения абсолютной жировой массы (кг) отмечены у байдарочниц (9,30±2,49), наименьшие у каноисток (10,02±1,64). Различия не достоверны как в мужских группах, так и в женских ($p>0,05$).

Наименьшие показатели относительной жировой массы, % имеют каноисты (9,62±2,49), наибольшие – байдарочники (9,94±3,42). Различия не достоверны ($p>0,05$). Наименьшие значения относительной жировой массы, % имеют байдарочницы (13,21±3,63), наибольшие – каноистки (14,72±1,49). Различия не достоверны ($p>0,05$).

Наибольшие значения абсолютной мышечной массы (кг) отмечены у гребцов-аноистов (49,00±3,72), наименьшие – у байдарочников (47,61±2,21). Различия достоверно значимы ($p<0,5$). У женщин наибольшие значения отмечены у байдарочниц (35,51±3,02), наименьшие у каноисток (35,47±2,04). Различия не достоверны ($p>0,05$).

Наибольшие значения относительной мышечной масс (кг) отмечены у гребцов – каноистов (53,85±1,95), наименьшие у байдарочников (52,70±1,87). Различия не достоверны ($p>0,05$). У женщин наибольшие значения имеют каноистки (52,18±3,05), наименьшие – байдарочницы (51,15±2,77). Различия не достоверны ($p>0,05$).

Наибольшие значения тестов О.Попеску, в частности размаха рук отмечен у каноистов (200,0±4,60), наименьший у байдарочников (189,3±10,4). Различия достоверно значимы ($p<0,05$). У женщин наибольшие значения этого показателя отмечены у байдарочниц (175,7±5,19), наименьшие у каноисток (167,0±7,74). Различия достоверно значимы ($p<0,05$).

Длина тела, сидя с вытянутыми вверх руками, наибольшая у каноистов (151,4±3,37), наименьшая у байдарочников (148,8±6,44). Различия достоверны ($p<0,05$). У женщин наибольшие значения имеют байдарочницы (136,6±2,96), наименьшие – каноистки (133,5±4,21). Различия достоверны ($p<0,05$).

Длина тела, сидя до 7-го шейного позвонка, наибольшая у байдарочников (72,7±1,84), наименьшая у каноистов (70,6±0,31). Различия достоверны ($p<0,05$). У женщин отмечена аналогичная тенденция – наибольшие значения имеют байдарочницы, наименьшие – каноистки (65,1±2,70-62,3±2,09). Различия достоверны ($p<0,05$).

Оценка морфофункционального состояния гребцов проводилась с использованием специальных шкал для оценки морфофункциональной пригодности юношей и девушек к занятиям по гребле на байдарках и каноэ по методике В.Ю. Давыдова [4]. Итоговая оценка морфофункционального состояния рассчитывалась как средний балл из суммы оценок по всем признакам шкалы.

Таблица 3. – Морфофункциональное состояние высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

Морфологическое состояние	n	низкое		Ниже среднего		среднее		Выше среднего		высокое	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Байдарка (муж)	14	-	-	-	-	2	14,29	8	57,14	4	28,57
Каноэ (муж.)	12	-	-	-	-	2	16,67	8	66,66	2	16,67
Байдарка (дев.)	7	-	-	-	-	2	28,57	5	71,43	-	-
Каноэ (дев.)	9	-	-	-	-	4	44,45	5	55,55	-	-

Большинство обследуемых спортсменов обоего пола (таблица 3) отнесено к свыше среднего уровню морфологического состояния – 61,90%, к высокому уровню морфологического состояния отнесено 4,30% контингента, и 23,8 % спортсменов отнесено к среднему уровню морфологического состояния, низкое и ниже среднее морфологическое состояние нам не встретилось.

Литература

1. Апариева, Т.Г. Методика отбора детей для занятий гребным спортом в ДЮСШ: учебное пособие / Т.Г. Апариева. – Волгоград: ВГАФК, 2004. – 25 с.
2. Волков, В.М. Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
3. Губа, В.П. Основы распознавания раннего спортивного таланта: учеб. пособие для высш. учеб. завед. / В.П. Губа. – М.: ТЕРРА-СПОРТ, 2003. – 208 с.
4. Давыдов, В.Ю. Теоретические основы спортивного отбора и специализации в олимпийских видах спорта дистанционного характера: автореф. дис. ... д-ра биол. наук: 03.00.14; 13.00.04 / В.Ю. Давыдов; МГУ им. М. В. Ломаносова. – М., 2002. – 40 с.
5. Ахметов, И.И. Молекулярная генетика спорта: монография / И.И. Ахметов. – М.: Сов. спорт, 2009. – 268 с.

РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СПОРТСМЕНОВ С ПОМОЩЬЮ МОДУЛЯ «EmWave-2»

В.Н. Дворак

УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

Уровень развития современной спортивной науки позволяет, в настоящее время, достаточно эффективно решать вопросы физической, тактической и технической компетентности спортсменов. В то же время психологическая подготовка является составным компонентом спортивной тренировки, которому не всеми тренерами и спортсменами, в силу различных как объективных, так и субъективных факторов, уделяется достаточное внимание. Вместе с тем для спортсмена крайне важны навыки самообладания и умения самоуправления своим эмоциональным состоянием, для того, чтобы в условиях психологического давления и длительного напряжения показывать стабильные высокие результаты. Поэтому важность решения задач психологической компетентности заключается в развитии у спортсменов навыков саморегуляции и оптимизации предстартового состояния. Целью этого процесса является формирование состояния психической готовности спортсмена к соревнованиям, повышения уровня психической надежности.

Развитие спортивной карьеры протекает в условиях постоянного стресса, поэтому для эффективной реализации цели спортивной деятельности и решения поставленных задач необходима постоянная адаптация к стресс-факторам как внутренней, так и внешней природы. Первостепенное значение в этом направлении имеет развитие внутренних ресурсов эффективного преодоления экстремальных психологических нагрузок.

Одним из свойств личности, обеспечивающим успешность преодоления стресса, является ее стрессоустойчивость. Стрессоустойчивость – это совокупность личностных качеств, позволяющих субъекту переносить стресс – значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки (перегрузки) без особых вредных последствий для деятельности окружающих и своего здоровья [1].

Спортсменам с низким уровнем стрессоустойчивости свойственно неумение регулировать свое психоэмоциональное состояние. Перед соревнованиями для таких спортсменов в основном характерно состояние психического перенапряжения что, как правило, негативно отражается на итоговых результатах их выступления. Опасно и состояние перевозбуждения. При таком состоянии стрессовая ситуация может возникнуть даже из-за незначительного раздражителя. В то же время спортсменам высокого класса свойственна большая эмоциональная устойчивость, и, как следствие, они более легко преодолевают стрессовые ситуации [2]. Однако и в карьере опытных спортсменов можно найти множество эпизодов, когда они терпели поражение или не смогли показать свой лучший результат, прежде всего, по психологическим причинам. Поэтому высококлассный спортсмен – это психологически устойчивый спортсмен, умеющий даже в кризисный момент соревнования управлять своим эмоциональным состоянием, обладающий высоким уровнем стрессоустойчивости.

Преодоление стресса спортсменами включает в себя совокупность действий, усилий по предотвращению, устранению, ослаблению воздействия стрессоров и сдерживанию их влияния на организм и психику наименее травмирующим образом. Процесс преодоления стресса рассматривают как психологическую

СОДЕРЖАНИЕ

Валетов В.В., Блоцкий С.М. Факультет физической культуры за 15 лет: современное состояние и перспективы развития 3

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Безлепкин А.В. Роль учителя физической культуры в формировании здорового образа жизни.....	7
Бобренко И.В. Организационно-методические особенности проведения занятий по развитию пространственного ориентирования детей дошкольного возраста с умственной отсталостью	8
Ворочай Т.А., Кравченко В.А., Ковалева О.А. Сравнительный анализ физического состояния подростков 13–14 лет с учетом их двигательной активности.....	10
Гаврилович Н.Н., Золотухина Т.В. Развитие спортивного туризма в Гомельской области.....	13
Горовой В.А., Фурманов А.Г. К вопросу о понятии феномена «физическая рекреация»	15
Дегтярева Е.И., Дойняк Ю.П. Изменение показателей периферической крови людей при патологиях дыхательной системы.....	17
Долинський Б.Т., Клименко О.В. Взаємозв'язок валеологічної освіти з дисциплінами професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи.....	19
Зайцева Н.В., Тарун А.М. Формирование культуры здоровья старшеклассников.....	22
Зинченко Н.А., Железная Т.В. Проектирование оздоровительно-спортивных технологий занятий плаванием в физическом воспитании студентов	24
Золотухина Т.В., Гаврилович Н.Н. Физкультурно-оздоровительное направление в вузовском образовании	26
Кандаракова Н.А., Хонякова Т.В., Мисюк И.Н. Физическая культура и спорт – основы здорового образа жизни человека.....	28
Кветинский С.С. Структура здорового образа жизни	29
Медведев В.А., Маркевич О.П. Физическое воспитание студенческой молодежи с оздоровительной направленностью.....	31
Ничипорко Н.Н., Величко Е.Б. Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи по организации физкультурно-оздоровительной работы.....	33
Петрушкина Н.П., Щелканова Ю.В., Симонова Н.А. Оценка эффективности фитопрофилактики у младших школьников II–III групп здоровья	35
Полубок В.С., Кравчук А.В. Физическая культура как компонент здорового образа жизни	37
Романчук О.В., Романчук Е.В., Тонкоблатова И.В., Семашко Д.Н. Положительное влияние занятий физической культурой на умственные и физические качества студентов	39
Савко Э.И., Подоляко Т.С., Калантай С.В. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи	42
Сергейчик Н.А., Степанцов В.М. Оценка параметров физических нагрузок студентов	43
Чеховська М.Я. Важливість залучення батьків у процес реабілітації дітей з хронічною серцевою недостатністю.....	46
Шевців У.С., Чеховська Л.Я. Вплив програми шейпінг-класік на функціональний стан жінок	48
Щур С.Н., Клинова И.В. Теоретические основы мотивации здорового образа жизни будущего учителя.....	50

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ, СТУДЕНТОВ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Абрамович П.А. Теоретические основы самостоятельных занятий физической культурой.....	53
Арпентьева М.Р. Психологическое сопровождение физической культуры и спорта: к разработке интегративной модели	55
Афонько О.М. Формирование профессиональных компетенций студентов по дисциплине «Физическая культура»	58
Барков В.А., Баркова В.В. Педагогическая практика студентов факультета физической культуры: состояние и проблемы организации.....	60

Борисок А.А. Формирование двигательных-координационных способностей у воспитанников старшего дошкольного возраста посредством упражнений с предметами	62
Босенко А.И., Самокиш И.И. Взаимосвязь физического развития и физической подготовленности студентов 17–19 лет	64
Бугаевский К.А. Исследование особенностей костного таза в разных половых соматотипах по классификации Дж. Таннера у студенток специальной медицинской группы	66
Бугаевский К.А. Исследование ряда репродуктивных показателей у студенток с низкими значениями индекса массы тела	68
Буцько А.В., Грушник А.В., Сидоренко В.М. Общие закономерности тренировочных занятий атлетической гимнастикой для девушек.....	70
Буцько А.В. Здоровье как социальная ценность человека	72
Василевич А.В. Теоретические аспекты педагогического проектирования	74
Василец В.В., Шебеко Л.Л. Анализ показателей сердечно-сосудистой и вегетативной нервной системы у лиц молодого возраста с наследственными нарушениями соединительной ткани	76
Дойняк Ю.П., Дегтярева Е.И., Шпудейко М.А. Влияние силового фитнеса с легкоатлетической направленностью на уровень физического здоровья студенток педагогических специальностей.....	78
Германова В.П., Конькина Е.В. Спорт как механизм формирования и развития личности.....	80
Глебова Л.А. Физическое воспитание в детских оздоровительных лагерях	81
Горовой В.А., Блоцкий С.М., Блоцкий А.С. Комплексная методика оздоровительных занятий по физическому воспитанию студенток специальных медицинских групп.....	82
Есенкова И.А., Шутов В.В. Организационно-педагогические условия развития компетенций выпускника факультета физического воспитания	84
Жадько Д.Д., Курбанов Д.И., Кравчук А.В. Особенности телосложения студентов УО «ГрГМУ» основной и специальной медицинской группы	86
Журавский А.Ю., Давыдов В.Ю. Взаимосвязь морфофункциональных показателей квалифицированных гребцов на байдарках с их спортивными результатами	88
Захарченко О.А., Козырев А.В., Пархоменко А.И. Применение дополнительных занятий оздоровительной физической культурой для коррекции физического состояния студенток специального отделения.....	90
Зинченко Н.А., Железная Т.В. Двигательная активность и ее физиологические механизмы поддержания физической и умственной работоспособности студентов в вузе	92
Ільницький І.М. Використання засобів боксу для покращення фізичної підготовленості учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою	94
Кветинский С.С. Уровень физического здоровья студентов основного отделения	96
Клинов В.В., Коледа В.А. Структура креативно-творческого компонента культуры досуга сельских старшеклассников	98
Конопацкий В.А. Основные особенности возрастного развития подростков 12–13 лет, занимающихся спортом.....	99
Кошман М.Г., Галото О.Л. Организационно-педагогические аспекты спортивно ориентированного физического воспитания учащихся на II ступени общего среднего образования	101
Кошман М.Г., Галото О.Л. Формирование физической культуры школьников в процессе инновационного физического воспитания	104
Кравчук А.В., Полубок В.С. Основные задачи и направления физического воспитания учащейся молодежи, студентов и детей дошкольного возраста.....	105
Кузьмина Л.И., Позняк А.В. Определение эффективных средств и методов для развития координационных способностей у учащихся младшего школьного возраста	107
Купчинов Р.И. Взаимоотношение между понятиями физическое воспитание и физическая культура	110
Курако А.А., Антонова Е.А., Ромашкевич А.И. Влияние музыкальных подвижных игр на готовность организма детей школьного возраста к физическим нагрузкам.....	112
Курако А.А., Антонова Е.А., Ромашкевич А.И. Использование подвижных игр под музыкальное сопровождение в подготовительной части урока по физической культуре и здоровью с детьми среднего школьного возраста	113
Лутковская О.Ю. Подходы к организации процесса физического воспитания учащихся	115
Лухверчик В.Н., Лутковская О.Ю. Формирование профессионально-направленной мотивации у студентов специальности «Физическая культура»	117
Масловская Ю.И. К вопросу о применении соревновательного метода физического воспитания в учреждениях высшего образования	118

Метлушко В.И., Конопацкий В.А. Особенности и условия формирования технико-тактической подготовки юных борцов в аспекте современных тенденций развития спортивной борьбы	121
Миненок Е.В., Прокопкина С.В. Физические упражнения как средство повышения иммунитета у детей с ослабленным здоровьем.....	123
Ничипорко С.Ф., Ничипорко Н.Н. Интерактивные методы обучения как средство формирования интереса к изучению цикла специальных дисциплин у студентов факультета физической культуры	125
Новик Г.В., Рыжченко В.Н., Малявко А.А. Анализ физического развития девушек Гомельского государственного медицинского университета.....	128
Осянин В.Н., Кошман В.В. Состояние физического здоровья студенческой молодежи	131
Парамонова Н.А., Ковель С.Г., Кольцова Е.В. Особенности сенсомоторного реагирования спортсменов студенческих команд БНТУ	132
Пелепчук О.С. Особенности физического развития 17-летних девушек в Одесском регионе	134
Поливач А.Н., Василец А.Н. Оценка функциональной работоспособности сердечно-сосудистой системы студентов УО «ГомГМУ»	136
Сак Ю.В., Полещук А.М. Изменение показателей двигательных координационных способностей у будущих учителей начальных классов в зависимости от методики проведения занятий по лыжной подготовке	138
Снежицкий П.В., Григоревич В.В., Городилин С.К. Специфика внеклассной двигательной активности обучающихся 12–17 лет общеобразовательных учреждений Гродненской области.....	140
Собянин Ф.И., Скабук А.В. Некоторые актуальные проблемы внедрения комплекса ГТО в общеобразовательных школах России	142
Толкунов А.В. К вопросу о формировании физической культуры личности студента	144
Толкунов А.В. Физические упражнения как средство формирования стрессоустойчивости у студентов медицинского вуза	146
Торба Т.Ф., Гуткина Т.Е. Организация самостоятельных занятий по физической культуре в вузе	147
Черенко В.А., Квашук П.В. Основные методические принципы организации учебно-тренировочного процесса в вузе.....	150

ОРГАНИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ И ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Bondarenko A.E., Bondarenko K.K., Kobets E.A., Solomennik T.V. Electroactive skeletal muscles during exercise	152
Bondarenko K.K., Hihluha D.A., Bondarenko A.E., Solomennik T.V. Study the relationship between biomechanical parameters rowing	153
Азимок О.П., Минковская З.Г., Семененко К.С. Определение уровня тревожности у студентов ГомГМУ с помощью шкалы самооценки тревоги Цунга.....	156
Барановский В.Н. Некоторые вопросы тренировочного процесса скоростно-силовой направленности у юных спортсменов-легкоатлетов	157
Барков В.А., Николаев М.С. Подвижные игры в учебно-тренировочном процессе юных айккидоистов	158
Блоцкий А.С., Блоцкий С.М. Анализ основных направлений и проблемы организации прогнозирования спортивных достижений	160
Блоцкий С.М., Масловский Е.А., Чумак А.П., Саскевич А.П. Физическая и технико-тактическая подготовка юных спортсменов в футболе на основе дифференцированного подхода	161
Боровая В.А., Беляк О.И., Чередник Т.А. Использование специальных упражнений при обучении легкоатлетическим метаниям (на примере метания диска).....	163
Бойко Ю.И., Гаврилюк В.А., Гаврилюк И.А. Развитие устойчивости борцов в аспекте системы «Волевая пластика»	165
Босенко А.І., Топчій М.С., Дишель Г.О., Слободян М.І. Динаміка омега-потенціалу у дітей молодшого шкільного віку під впливом розумових і фізичних навантажень	167
Василевич А.В. Характеристика психофункциональной подготовки футболистов	169
Врублевский Е.П. Практическая реализация принципа индивидуализации тренировочного процесса спортсменов (на примере скоростно-силовых видов легкой атлетики)	171
Врублевский Е.П., Нарскин Г.И., Кожедуб М.С. Организация построения структурных единиц тренировочного процесса в скоростно-силовых видах легкой атлетики.....	173
Глазырина Л.Д. Формирование конструктивных способностей детского тренера	175

Глебова Л.А. Современное состояние использования проектно-программного подхода в сфере физической культуры и спорта	176
Городилин С.К., Снежицкий П.В., Полецук А.М. Эффективность использования подвижных игр в физическом воспитании студенток вуза.....	178
Городилин С.К., Снежицкий П.В., Григоревич В.В. Совершенствование специальной физической подготовки штангистов в годичном цикле тренировки на этапе начальной подготовки	179
Григоревич В.В., Лис М.И., Лапко Ю.А., Приступа Н.И. К вопросу совершенствования скоростно-силовой подготовки волейболистов	181
Давыдов В.Ю., Журавский А.Ю. Антропометрические и генетические аспекты спортивного потенциала высококвалифицированных гребцов Республики Беларусь	183
Дворак В.Н. Развитие психологической компетентности спортсменов с помощью модуля «EmWave-2»	185
Дворецкий Л.К., Антонов Г.В., Булат Н.Э., Дворецкий Е.Л. Уровень врожденных способностей студентов БГУФК, специализирующихся по гимнастике, к сложнокоординационным видам спорта	187
Дворецкий Л.К., Дворецкий Е.Л. Оценка профессиональных знаний тренеров Республики Беларусь по гимнастике.....	189
Дойняк Ю.П., Будковский В.Н., Дойняк И.П. Особенности развития скоростно-силовых способностей борцов вольного стиля групп начальной подготовки.....	191
Журавский А.Ю., Шантарович В.В. Основы моделирования нагрузки в годичном тренировочном цикле высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ.....	192
Загrevский В.И., Загrevский О.И. Двигательная задача, классическая механика и техника спортивного упражнения.....	195
Заколотная Е.Е. Эффективные средства духовно-нравственного образования студентов-спортсменов.....	197
Заколотная Н.Д. Возраст как фактор, обуславливающий демонстрацию личных рекордов спортсменов в пулевой стрельбе	199
Каллаур Е.Г. Оценка индивидуальных особенностей адаптации спортсменок-гребцов на байдарках	201
Караулова С.И. Планирование тренировочного процесса спортсменок высокой квалификации в беге на короткие дистанции в олимпийском макроцикле	205
Клинова И.В., Клинов В.В. Уровень развития скоростно-силовой подготовки гандболисток, занимающихся в группе повышения спортивного мастерства	207
Ковель С.Г. Сравнительный анализ быстроты сенсомоторных реакций у юношеских команд 14–15 лет по водному поло Республики Беларусь	209
Кожедуб М.С., Севдалев С.В. Проблемы совершенствования интеграционных процессов в научно-спортивной сфере на примере легкой атлетики.....	211
Конопацкий В.А. Особенности физической подготовки юных спортсменов, специализирующихся в спортивных единоборствах	212
Лемешков В.С. Воспитание физических качеств у высококвалифицированных скороходов	214
Лемешков В.С. Контроль за уровнем специальной подготовленности скороходов	216
Ломако С.А., Сергеенко А.Н., Кульбеда В.С. Анализ физической подготовленности группы спортивной специализации по мужскому волейболу в 2015–2016 учебном году	218
Манкевич А.Н., Давыдов В.Ю. Индивидуализация подготовки спортивного резерва в плавании	219
Масло М.И., Масло И.М., Чумак А.П. Подвижные игры в системе физического воспитания спринтеров	221
Масловский Е.А., Саскевич А.П. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки в развитии физических качеств юных хоккеистов	222
Мельников С.В., Нарский А.Г. Коэффициент использования жизненной емкости легких у квалифицированных пловцов	224
Микитчик О.С., Горбонос-Андропова О.Р. Зміст фізичної підготовки спортсменів, які займаються водним туризмом на етапі попередньої базової підготовки.....	226
Нарский Г.И., Нарский А.Г., Мельников С.В. Основы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов	228
Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов России	230
Олешкевич Р.П. Оценка общей физической подготовленности гребцов-байдарочников 15–16 лет в подготовительном периоде годового макроцикла.....	231
Пахальчук Н.А. Использование ботмеровской гимнастики в подготовке будущих педагогов дошкольного и начального образования в Украине	233

Пимахин Е.А. Средства и методы обучения приемам техники игры в волейбол.....	235
Семашко Д.Н., Романчук Е.В., Романчук О.В., Тонкоблатова И.В. Влияние физической нагрузки и занятия спортом на спортсменов с синдромом WPW.....	237
Симонова Н.А., Петрушкина Н.П., Дегтярев А.В., Врублевский Е.П. Оценка влияния компьютерных игр на тактическую подготовленность хоккеистов пубертатного возраста.....	239
Смирнов Е.А., Бородай Е.А. Психологическая подготовка стрелка из лука группы спортивного совершенствования.....	241
Треско С.А., Овсянкин В.А. Применения данных социометрии при комплектовании спортивных команд по футболу.....	243
Федорович В.К. Характеристика и методические основы развития скоростно-силовых качеств в системе физического воспитания и спорта.....	244
Чеховський П.Я., Чеховська Л.Я. Стан травматизму в регбі	245
Шантарович В.В., Каллаур Е.Г. Оценка функциональных показателей спортсменов-ребцов на байдарках по итогам подготовительного периода подготовки.....	248
Шеренда С.В., Молчанов В.С. Роль жимовых упражнений в тренировке мышц груди и плечевого пояса	251
Ярмолинский В.И., Лебедев А.Ю. Гаджеты и мобильные приложения для оперативного контроля здоровья и работы сердца	253