

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 ортомилтрансферазу (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., Топчий 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 |
| Городиллин С.К., Снежицкий П.В., Полецук А.М. Эффективность использования подвижных игр в физическом воспитании студенток вуза..... | 178 |
| Городиллин 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 |