

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ
ТРЕНИРОВКИ И ПОДГОТОВКИ КАДРОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ
И ТУРИЗМУ**

Материалы XV Международной научной сессии
по итогам НИР за 2016 год,
посвященной 80-летию университета

(Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г.)

В четырех частях

Часть 3

Минск
БГУФК
2017

УДК 796(06)
ББК 75:73
Н34

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК

Редакционная коллегия:

д-р пед. наук, проф. *Т. Д. Полякова* (главный редактор);
д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич* (заместитель главного редактора);

д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко*; д-р пед. наук, проф. *Е. И. Иванченко*;
д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский*; д-р пед. наук, д-р биол. наук, доц. *А. А. Михеев*;
д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов*; д-р пед. наук, проф. *А. М. Шахлай*

Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму : материалы XV Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2016 год, посвященной 80-летию университета, Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2017. – Ч. 3. – 427 с.
ISBN 978-985-569-160-1 (ч. 3).
ISBN 978-985-569-157-1.

В материалах XV Международной научной сессии по итогам НИР за 2016 год (ч. 3) рассматриваются психолого-педагогические, социологические, экономические, философские аспекты физической культуры, спорта и туризма, а также медико-биологические проблемы физической культуры и спорта.

Представленные материалы могут быть использованы профессорско-преподавательским составом, докторантами, аспирантами, магистрантами, студентами в научной деятельности и образовательном процессе в области физической культуры, спорта и туризма.

УДК 796(06)
ББК 75:73

ISBN 978-985-569-160-1 (ч. 3)
ISBN 978-985-569-157-1

© Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2017

АНАЛИЗ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО И СИЛОВОГО ПОТЕНЦИАЛА ЮНЫХ ПЛОВЦОВ

Манкевич А.Н.,

Давыдов В.Ю., д-р биол. наук, профессор,
Полесский государственный университет,
Республика Беларусь

Тренировочный процесс в спортивном плавании в основном ориентирован на развитие и совершенствование тех функциональных и биоэнергетических возможностей организма, которые тесно сопряжены с уровнем достижений в избранном виде спорта. Учитывая многофакторный характер проявления спортивной работоспособности в плавании в процессе многолетней тренировки, существуют возможности широкой вариативности основных акцентов подготовки, направленных на совершенствование ведущих качеств [1].

Многолетняя подготовка и воспитание спортсменов высокого класса определяется целым рядом факторов, наиболее важными являются отбор одаренных детей и подростков, их спортивная ориентация.

Спортивный отбор – комплекс организационно-методических мероприятий, включающий педагогические, социальные, психологические и медико-биологические методы исследования, на основе которых выявляются задатки и способности детей и подростков для определенного вида спорта или группы видов спорта. Спортивная ориентация направлена на выбор определенного вида спорта, на определение индивидуальной структуры подготовки, содержание тренировочных нагрузок [2].

В работе использовались следующие методы: обзор и анализ научно-методической литературы; антропометрия; динамометрия; спирометрия; педагогические наблюдения; методы математической статистики.

В исследовании приняли участие 115 юношей-пловцов 12–15 лет. Обследуемые спортсмены характеризовались различной спортивной квалификацией (III р. – МС) и уровнем подготовленности.

Данные результатов исследования были обработаны при помощи стандартных методов математической статистики.

Результаты исследований. Анализ основных параметров тотальных размеров тела, представленных в таблице 1 показал, что с возрастом показатели увеличиваются. Однако, увеличение данных показателей происходит неравномерно, так в возрасте 12 лет прирост показателей незначителен и статистически недостоверен ($p > 0,05$). Наиболее интенсивное увеличение показателей отмечается в 13 и 15 лет. После 15 лет темпы прироста заметно снижаются, но увеличение показателей продолжается.

Интенсивный прирост тотальных размеров тела в возрасте 13 и 15 лет объясняется тем, что этот период характеризуется процессом полового созревания, и спортсмены находятся в фазах препубертатного и пубертатного развития. Этот возрастной период отмечается максимальным темпом роста всего организма и отдельных его частей.

Таблица 1 – Тотальные размеры тела пловцов 12–15 лет ($\bar{X} \pm m$)

Показатели	Возраст (лет)			
	12	13	14	15
Длина тела, см	152,0±6,34	162,3±7,09	169,9±8,22	178,3±4,64
Масса тела, кг	40,2±5,63	49,9±6,41	55,1±9,82	66,7±5,93
Обхват грудной клетки, см	74,1±4,15	81,8±5,63	85,6±8,62	92,2±3,74
Абсолютная поверхность тела, м	1,34±0,11	1,52±0,13	1,65±0,19	1,85±0,09

Анализируя основные показатели продольных размеров тела, представленных в таблице 2, необходимо отметить, что показатели с возрастом увеличиваются неравномерно. В возрасте 12 лет различия статически недостоверны ($p > 0,05$).

Таблица 2 – Продольные размеры тела пловцов 12–15 лет ($\bar{X} \pm m$)

Показатели	Возраст (лет)			
	12	13	14	15
Длина корпуса, см	68,3±2,41	72,4±4,63	76,6±5,53	80,9±2,62
Длина туловища, см	45,3±1,84	48,0±3,53	50,9±4,56	53,2±2,06
Длина руки, см	68,0±3,42	73,2±6,23	76,5±4,44	81,1±2,93
Длина плеча, см	28,9±1,96	30,2±2,44	30,9±2,17	33,9±1,56
Длина предплечья, см	22,0±1,54	24,1±2,06	25,5±2,22	26,7±1,67
Длина кисти, см	17,8±1,52	19,4±1,13	19,9±1,22	20,4±0,81
Длина ноги, см	83,8±4,41	89,8±3,70	93,3±5,81	97,4±3,72
Длина бедра, см	39,8±2,21	42,4±2,10	44,4±2,66	47,0±2,50
Длина голени, см	36,7±2,90	40,5±3,21	42,6±3,45	43,6±2,04
Длина стопы, см	23,4±1,35	25,0±1,24	25,5±1,36	26,2±0,91

Следует отметить, что длина корпуса с возрастом увеличивается постепенно с пиком прироста в 15 лет, тогда как прирост длины туловища отмечен в возрасте 14 лет. Увеличение верхних и нижних конечностей происходит наиболее быстрыми темпами, обнаруживая также признаки неравномерного роста. Так, пик прироста для показателей длины плеча и длины бедра отмечается в возрасте 15 лет, тогда как пик прироста для показателей длины предплечья, длины кисти, длины голени и длины стопы отмечен в возрасте 13 лет. В связи с этим пик прироста для показателей длины рук и длины ног приходится на возраст 13 и 15 лет.

В таблице 3 представлены основные параметры поперечных размеров тела обследуемых спортсменов. Увеличение показателей происходит неравномерно, с пиком прироста для показателей акромиального и поперечного диаметров в 13 и 15 лет. Статистически значимые различия данных показателей сохраняются с 12 до 15 лет.

Пик прироста сагиттального диаметра грудной клетки приходится на возраст 13 лет. Различия статически недостоверны ($p > 0,05$). Наиболее интенсивное увеличение тазогребневого диаметра отмечается в 13 и 15 лет. Различия статически недостоверны ($p > 0,05$).

Ширина кисти и ширина стопы на протяжении всего периода изменяются постепенно, с пиком прироста в 13 и 15 лет.

Таблица 3 – Поперечные размеры тела пловцов 12–15 лет ($\bar{X} \pm m$)

Показатели	Возраст (лет)			
	12	13	14	15
Акромиальный диаметр, см	32,3±2,86	35,43±1,43	37,1±1,64	39,63±1,64
Поперечный диаметр, см	22,3±1,12	24,6±1,72	25,8±2,55	27,7±1,40
Сагиттальный диаметр, см	15,8±1,30	17,9±1,17	18,8±2,44	18,9±1,36
Тазогребневый диаметр, см	22,6±1,31	25,1±1,56	25,6±1,92	27,4±1,34
Ширина кисти, см	6,8±0,49	7,3±0,92	7,6±0,61	8,1±0,37
Ширина стопы, см	8,05±0,81	8,82±0,46	9,10±0,15	9,14±0,68

Неравномерность роста частей тела приводит к изменению пропорций тела. Между обхватными размерами тела пловцов (таблица 4) обнаружены статически значимые различия в возрастном диапазоне 12–15 лет по таким показателям, как обхват грудной клетки и обхват грудной клетки на вдохе. Пик прироста данных показателей отмечается в 13 и 15 лет, что косвенно свидетельствует об увеличении статического объема легких в данном возрастном периоде.

Таблица 4 – Обхватные размеры тела пловцов 12–15 лет ($\bar{X} \pm m$)

Показатели	Возраст (лет)			
	12	13	14	15
Обхват грудной клетки, см	74,1±4,15	81,8±5,63	85,6±8,62	92,2±3,74
Обхват грудной клетки, вдох, см	79,18±4,21	85,9±7,08	91,5±7,51	96,9±3,23
Обхват грудной клетки, выдох, см	72,2±4,09	78,4±7,04	83,1±8,70	90,1±5,21
Обхват плеча (напряж.), см	23,6±1,52	26,3±1,70	27,8±3,14	31,1±1,81
Обхват плеча (спокойно), см	22,2±1,61	24,1±1,53	25,1±2,82	28,1±1,73
Обхват предплечья, см	21,3±1,14	23,2±1,09	23,9±2,21	26,7±2,20
Обхват бедра, см	43,7±2,91	46,4±2,85	47,9±4,07	52,2±2,71
Обхват голени, см	29,8±1,72	32,04±1,74	32,7±2,31	36,4±2,25

По таким показателям, как обхват плеча, обхват предплечья, бедра и голени были получены статически значимые различия в возрастном периоде с 12 до 15 лет ($p < 0,05$). После 15 лет темпы роста заметно снижаются, однако увеличение показателей продолжается.

Анализ компонентов состава массы тела обследуемых спортсменов, представленных в таблице 5, показал, что в период полового созревания, показатели абсолютной и относительной жировой массы увеличиваются неравномерно с пиком прироста в 12 и 15 лет. В 15 лет абсолютная масса жира не изменяется, тогда, как относительная жировая масса уменьшается. Это, по всей видимости, обусловлено влиянием занятий плаванием на организм занимающихся, т. е. чем выше квалификационный уровень спортсмена, тем меньше показатели относительной жировой массы.

В период полового созревания быстрыми темпами развивается и мышечная система. Особенно интенсивный прирост абсолютной мышечной массы наблюдается в 13–15 лет, что совпадает с пиком прироста длины и массы тела. Показатель относительной мышечной массы с возрастом увеличивается с пиком прироста в возрасте 15 лет. Статически значимые различия сохраняются до 15 лет ($p < 0,05$).

Таблица 5 – Состав компонентов массы тела пловцов 12–15 лет ($\bar{X} \pm m$)

Показатели	Возраст (лет)			
	12	13	14	15
Абсолютная жировая масса, кг	4,71±1,06	5,18±1,27	5,72±1,39	7,41±1,73
Абсолютная мышечная масса, кг	19,28±2,80	24,32±3,33	27,23±5,91	34,71±3,74
Относительная жировая масса, %	10,91±1,74	10,42±2,41	10,52±1,83	11,08±1,62
Относительная мышечная масса, %	47,60±3,31	48,53±1,84	49,22±2,82	52,09±2,21
Относительная костная масса, %	18,81±2,10	19,15±1,13	18,06±1,70	16,32±1,53

Показатель абсолютной массы костного компонента с возрастом постепенно увеличивается. Наибольший прирост показателя наблюдается в возрасте 13 лет. Относительный показатель костной массы после 13 лет постепенно снижается, тогда как прирост показателей абсолютной мышечной и жировой массы демонстрируют значительный прирост.

Результаты силовой подготовленности пловцов 12–15 лет, представленные в таблице 6, показали, что одновременно с абсолютным увеличением массы мышечной ткани увеличиваются и силовые показатели. Однако, силовые показатели с возрастом увеличиваются неравномерно. Неравномерность прироста силы в онтогенезе связана с увеличением количества мышечных волокон и биомеханическими изменениями мышц, с изменением соотношений мышечного и соединительно-тканного компонентов, с увеличением физиологического и анатомического поперечников.

Прирост статической силы тяги, измеренной в середине гребка, наиболее ярко выражен в возрастном периоде 13–15 лет. После 15 лет прирост статической силы тяги незначителен и статически незначим, тогда как динамическая сила тяги на привязи (F_t при $V=0$) в полной координации и при плавании одними руками увеличивается, с пиком прироста в 14 и 15 лет. Этот пик отстает от пика увеличения массы тела на 1 год, что хорошо иллюстрирует представление И.А. Аршавского о двух стадиях избыточного анаболизма – сначала идет накопление мышечной массы, затем ее функциональное развитие. Статически значимые различия данных показателей сохраняются с 12 до 15 лет.

В возрасте 12 лет прирост динамической силы тяги при помощи движений ног несколько более выражен, чем прирост показателя тяговых усилий при помощи движений рук. Это обусловлено возрастными особенностями роста и развития организма, а так же сложившейся методикой обучения способов спортивного плавания, предполагающей обучение плаванию кролем на груди с освоения техники движения ногами.

Таблица 6 – Показатели силовой подготовленности пловцов 12–15 лет ($\bar{X} \pm m$)

Показатели	Возраст (лет)			
	12	13	14	15
Кистевая динамометрия правой руки, кг	24,9±2,60	30,3±5,43	36,0±7,4	48,2±6,72
Становая динамометрия, кг	81,6±10,03	98,8±18,42	112,7±16,02	140,7±11,14
F-тяга сер. гребка, кг	18,4±2,30	28,0±2,15	35,9±6,53	47,1±11,14
F-тяга вода ногами, кг	4,3±0,70	5,2±0,41	7,5±0,86	10,7±0,90
F-тяга вода руками, кг	6,2±0,86	8,7±1,10	12,1±1,60	17,2±1,17
F-тяга вода коорд., кг	8,1±1,24	11,3±0,70	16,0±1,77	22,2±1,92
КИСВ, %	40,23±5,50	40,61±3,22	45,74±5,09	49,57±2,95

В возрасте 13 лет прирост тяговых усилий в динамическом режиме при помощи движений руками значительно опережает прирост тяговых усилий в воде при помощи движений ног. Это можно объяснить тем, что в тренировочном процессе увеличивается доля использования силовой подготовки направленной на развитие силы мышц рук, как в неспецифических условиях, так и в специфических условиях водной среды. Данная тенденция сохраняется и в 15-летнем возрасте.

Анализ возрастного коэффициента использования силовых возможностей (КИСВ) выявил, что наиболее высокие значения реализации силовых возможностей отмечаются в возрасте 15 лет. Так как с возрастом увеличивается доля силовой подготовки в специфических условиях водной среды, направленной на функциональное развитие сократительных свойств мышц, это способствует максимальной реализации силовых возможностей спортсменов.

Анализ результатов исследования морфофункциональных и силовых параметров показал, что различия данных показателей пловцов 12 лет статически незначимы. Значительное увеличение изучаемых показателей происходит в возрастном периоде с 12 до 15 лет, с максимальным приростом большинства морфофункциональных показателей в возрасте 13 и 15 лет. Пик прироста компонентов силовой подготовленности, проявляемых в специфических условиях, отстает на 1 год от прироста морфологических и силовых показателей, проявляемых в неспецифических условиях. Статистически значимые различия сохраняются с 12 до 15 лет.

Выводы. 1. Результаты проведенных исследований возрастной динамики структуры подготовленности пловцов позволили получить представление о развитии морфофункционального и силового потенциала юных пловцов 12–15 лет.

2. Физические качества и функциональные возможности развиваются гетерохронно, наблюдается дисгармония в физическом развитии, обусловленная темпами пубертатного развития индивидуумов. Наиболее интенсивный прирост морфологических показателей приходится на возраст 13 и 15 лет. Статически значимые различия у большинства показателей сохраняются.

3. Прирост силовых показателей, проявляемых в неспецифических условиях, наиболее ярко выражен в возрасте 13 и 15 лет. Силовые показатели, проявляемые в специфических условиях водной среды, интенсивно увеличиваются с 12 до 15 лет с пиком прироста в 14 лет. Интенсивное увеличение показателей кистевой и становой динамометрии наблюдается в возрасте 13 и 15 лет. В резуль-

тате совершенствуются функциональные свойства рабочих мышц, совершенствуется межмышечная координация в гребковых движениях руками.

1. Давыдов, В. Ю. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (теоретические и практические аспекты): монография / В. Ю. Давыдов, В. Б. Авдиенко. – М.: Советский спорт, 2014. – 318 с.: [ил.].

2. Соломатин, В. Р. Биоэнергетические критерии специальной работоспособности и оценка перспективности пловцов высокого класса / В. Р. Соломатин // Актуальные проблемы подготовки квалифицированных пловцов: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – М.: РГУФКСМиТ, 2011. – С. 145–148.

СОДЕРЖАНИЕ

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ, ЭКОНОМИЧЕСКИЕ, ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА..... 3

Абрамович И.Р., Чернецова М.Д.

Агрессия в плавании и особенности проявления «чувства воды».....3

Александрович И.Л., Позняк Ж.А.

Проблемы психологической готовности лыжника-гонщика на соревновательном этапе6

Андреев Вит.В., Андреев Вл.В.

Эмпирические исследования психологической защиты личности в спортивной деятельности9

Антонов Г.В., Марцулевич А.Ч., Новик С.С.

Итоговый экзамен по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка»
как эффективная форма комплексного тестирования курсантов УО «Академия МВД
Республики Беларусь»12

Афтимичук О.Е.

Содержание частных закономерностей формирования ритма профессионально-педагогической
деятельности специалиста по физической культуре15

Байрачный О.В.

Личностно-психологические характеристики тренера как один из детерминирующих факторов
в построении системы многолетней подготовки юных футболистов.....20

Барташ В.А., Каранкевич А.И.

Изменение самооценки уровня развития двигательных-координационных способностей
сотрудников милиции в процессе профессионализации.....24

Барташ В.А., Каранкевич А.И.

Изменения иерархической структуры профессионально важных двигательных-координационных
способностей сотрудников милиции общественной безопасности на этапах
профессионализации28

Барышникова Л.Н., Смоляк Ж.А., Касперович Е.В.

История развития социального института спорта в Республике Беларусь31

Башлакова Г.И., Гайдук С.А.

Комплексность занятий по профессионально-прикладной физической подготовке курсантов
учреждений высшего образования.....34

Белко А.Р., Байрамов Б.Ч.

Проявление мнемических особенностей единоборцев в спорте.....37

Бессарабова Е.В.

Индивидуальные различия проявлений здорового образа жизни в подростковом возрасте.....39

Бобрик Т.З.

Аксиологический компонент как основа профессионально-педагогической деятельности
учителя физической культуры и здоровья44

Борисов В.В., Бурангулов А.Ф.

Обоснование педагогических условий повышения эффективности учебно-тренировочного
процесса, направленного на развитие спортивных способностей юных баскетболистов.....47

Боровская Н.И., Мельник Е.В. Роль личностного фактора в профессиональном становлении студентов Белорусского государственного университета физической культуры	49
Борщ Д.С. Методика развития тактического мышления юных баскетболистов путем алгоритмизации действий	54
Буйко Т.Н. Спорт как социокультурный феномен: теоретико-методологический поиск.....	57
Волков Н.К., Мельхер Д.А., Неправская А.С. Основной вопрос практической психологии спорта	62
Волкова О.А. Становление художественной гимнастики в БССР (1946–1991)	65
Гиринская А.Ю. Взаимосвязь ситуативной тревоги и когнитивных ошибок в учебно-тренировочной деятельности спортсменов.....	68
Гончаренко Э.А. Учет индивидуальных особенностей курсантов при обучении стрельбе в учреждениях образования Министерства внутренних дел.....	73
Горская Г.Б. Опережающая постановка задач как стратегия психологического сопровождения подготовки спортсменов.....	76
Григоревич В.В., Пристуна Н.И. Анализ участия белорусских волейболистов в европейских соревнованиях	79
Григоревич И.В., Мицкевич Т.А., Бульбенова О.Н. Удовлетворенность студентов БГПУ качеством преподавания учебной дисциплины «Физическая культура».....	82
Дмитриев А.В. Психологическая подготовка боксеров на этапе начального обучения.....	85
Дунай В.И., Аринчина Н.Г., Воробей А.В. Сформированность гражданских и патриотических ценностных ориентаций и уровень спортивного мастерства у студенческой молодежи.....	88
Дунай В.И., Аринчина Н.Г., Шестиловская Н.А. Воспитательно-педагогические меры, ускоряющие психофизиологическую адаптацию студентов в процессе обучения.....	91
Заика В.М. Прогнозирование и отбор в стрелковом спорте.....	94
Зайцев И.Ф., Михеев А.А. К вопросу о системе стандартов определения уровня физической подготовленности студентов.....	97
Зайцев И.Ф., Михеев А.А. Теоретические исследования структуры свойств, характеризующих физические упражнения.....	101
Заколотная Е.Е. Притчи и дилеммы в духовно-нравственном образовании студентов-спортсменов.....	104

Зиядуллаев К.Ш., Курбанбаев И.Р., Юсупов З.З., Маматов М.Н., Бабаджанов Р.Ю. Развитие международного опыта государственного регулирования спортивной сферы в Узбекистане	108
Зиядуллаев К.Ш., Шомуродов Х.С. Экономическая оценка адекватности финансового механизма в управлении физической культурой и спортом	112
Ивашко С.Г., Якутина М.И. Особенности саморегуляции поведения легкоатлетов в спортивной деятельности	115
Ивко В.С., Либерман Л.А. Идеологическая и воспитательная работа на кафедре спортивной борьбы.....	117
Каранкевич А.И. Современные подходы в повышении уровня профессионально важных качеств курсантов в системе профессионально-прикладной физической подготовки	120
Караулова С.Н. Ресурсный подход в системе преодоления эмоционального выгорания инструкторов по фитнесу	123
Каспарова Е.Н., Дунай В.И. Агрессивность и гендерная ролевая характеристика спортсменов-единоборцев	127
Касперович Д.В., Мищенко Н.В. Психологические особенности здорового образа жизни студентов БГУФК	130
Кириченко В.П. Структурно-логическое изложение учебного материала как метод преподавания философии.....	132
Ковтун А.А., Огищенко А.В. Анализ гендерных различий в мотивах к занятиям физической культурой и спортом юношей и девушек, которые учатся в высших учебных заведениях	135
Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Зиневич Я.В., Мищенко В.С. Особенности текущего контроля психофизиологического состояния борцов высокой квалификации	139
Котловский А.В. Организация спортивной работы с лицами, имеющими особенности психофизического развития: анализ существующих проблем и критерии эффективности	143
Кошелева Е.А. Анализ показателей теоретической подготовленности студентов по дисциплине «Физическое воспитание»	147
Купчинов Р.И. Современные подходы к организации физического воспитания студентов УВО	151
Левкович Р.А. Особенности мотивации у подростков, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта.....	153
Левченко А.В. Проявление перфекционизма как свойства личности спортсмена	158
Масловская Ю.И., Овсянкин В.А. Влияние соревновательного метода на развитие волевых качеств у студентов	161

Матвеева И.В. К проблеме повышения эффективности преподавания учебной дисциплины «Информационные технологии в физической культуре и спорте» в современных условиях.....	164
Мельхер Д.А., Мельник Е.В. Тренинг формирования потребностно-мотивационной сферы личности как метод психологической подготовки спортсменов в игровых видах спорта.....	167
Мышенуд С.А. История перевода Священной книги – Библии	171
Орочко А.С., Орочко Е.С. Система оценки уровня физического состояния лиц, занимающихся физической культурой	174
Полулященко Ю.М., Бычков А.Н., Ковалев Д.А., Бычкова А.Ю. Факторы, воздействующие на предсоревновательное состояние пауэрлифтера высокой квалификации	177
Полякова Т.Д., Усенко И.В. Теоретико-методические аспекты формирования патриотического воспитания у студентов учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»	180
Пороховская М.В. Комплексный анализ технико-тактических действий квалифицированных гандболистов с использованием компьютерной программы HandballTraining	182
Пороховская М.В., Хлопцев В.А. Исследование результативности технико-тактических действий квалифицированных гандболистов на основе применения компьютерной программы HandballTraining.....	186
Раднагуруев Б.Б., Стрельникова И.В., Уляева Л.Г. Специфика профессиональной деятельности тренера в контексте личностной самореализации	189
Ротерс Т.Т. Эстетический аспект физического совершенствования человека.....	194
Рукавицына С.Л., Солтанович Л.Л. Взаимосвязь результатов измерений тестового и итогового контроля по дисциплине «Спортивная метрология».....	197
Савинкова О.Н. Применение педагогических технологий в системе образовательного пространства ВГИФК	200
Савчук А.Г., Маркач И.И., Чумила Е.А. Современный спорт: проблемы и пути их решения.....	203
Сакович Р.С., Кузьмицкая Е.А., Бельченко Л.С. Определение мотивации студентов Белорусского национального технического университета к занятиям физической культурой и спортом.....	205
Саскевич А.П., Масловский Е.А., Хижевский О.В. Физическая и техническая подготовка юных спортсменов в футболе на основе дифференцированного подхода	210
Селецкий А.В., Мельник Е.В. Ошибочные действия, их контроль в подготовке спортсменов-пятиборцев	214
Сенькевич О.И. Советская модель системы управления физической культурой и спортом в 20–30-е гг. XX в.	219

Сергеева П.С., Соболев Н.С., Сивицкий В.Г., Zubовский Д.К. Анализ повышения эффективности социально-психологической адаптации студентов-первокурсников БГУФК	221
Сивицкий В.Г. Возможности психологической игры в подготовке спортсменов	224
Сидорчук Т.В., Анастасьева З.В. Влияние сюжетных физкультурных занятий на эмоциональное состояние детей 5-го года жизни	227
Старовойтова А.В. Соблюдение компонентов здорового образа жизни у студенческой молодежи	232
Уляева Г.Г. Специфика психологической подготовки спортсменов-паралимпийцев класса Т-46 на этапе углубленной спортивной специализации	234
Уляева Л.Г. Модель успешной самореализации личности в детско-юношеском спорте	239
Федоренко П.В. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих зарубежных государств	243
Федотова О.И., Иващенко С.Г. Учет психофизиологических особенностей стрелков из лука в тренировочной деятельности	247
Хвацкая Е.Е. Взаимодействие в системе «Психолог – тренер» при реализации психологического сопровождения спортивного резерва	249
Царь В.В., Юрчик Н.А. Профессионально важные качества личности тренера	253
Чухланцева Н.В. Активные видеоигры в учебном процессе физического воспитания школьников	256
Шахлай А.М., Марцулевич А.Ч., Новик С.С. Интенсификация начального этапа обучения курсантов боевым приемам борьбы по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка» в УО «Академия МВД Республики Беларусь»	260
Широканов Д.И., Буслова М.К. Социальные и личностные следствия информационных трансформаций	262
Шишлова Э.А., Дунай В.И. Отношение современной студенческой молодежи к учебной дисциплине «Физическая культура»	265
Шиян О.В., Шиян В.Н. Особенности состояния физической подготовленности студентов высшего учебного заведения технического профиля	270
Шкирьянов Д.Э. Рейтинговая система оценки знаний, умений и навыков по учебной дисциплине «Физическая культура» (на примере УВО медицинского профиля)	273

Шукан С.В., Леонов В.В.

Технические средства обучения в самостоятельной работе по профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь277

Юсковец Е.И.

Генетическая обусловленность психофизиологических критериев отбора в легкоатлетических видах на выносливость279

Юспа Т.В., Ширкова Л.П.

Влияние занятий хип-хоп-аэробикой на притязания и самооценку девочек 13–14 лет.....282

Юшкевич Т.П., Чумила Е.А.

Повышение психологической готовности курсантов Университета гражданской защиты МЧС Беларуси к особенностям будущей профессиональной деятельности286

Якубович С.К., Козулько А.Н.

Анализ выступления белорусских толкателей ядра на Олимпийских играх и чемпионатах мира ..288

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА..... 292

Аниськова О.Е., Забело Е.И.

Особенности проявления силы воли у студентов-спортсменов292

Аринчина Н.Г., Аниськова О.Е., Дерех Э.К.

Особенности вегетативного гомеостаза, кожного дермографизма и состояния гемодинамики у студентов спортивного профиля.....294

Банецкая Н.В., Баилак О.Б., Комар Е.Б., Суворова И.М., Копейкина С.А., Лашкевич А.Н.

Исследование состояния компонентного состава массы тела девочек младшего возраста, занимающихся у-шу298

Бергтраум Д.И.

Особенности периферической гемодинамики квалифицированных спортсменов разных специализаций в состоянии покоя.....301

Борщ М.К., Пфейфер Д.С.

Мониторинг компонентного состава массы тела высококвалифицированных борцов различных весовых категорий304

Бугаевский К.А.

Исследование анатомо-морфологических значений и особенностей костного таза у спортсменок, занимающихся вольной борьбой309

Бугаевский К.А.

Исследование значений полового диморфизма и гендерной идентификации типа личности спортсменок311

Гамза Н.А., Жукова Т.В., Соловей С.П.

Основные очаги хронической инфекции у спортсменов316

Гилеп И.Л., Ильютик А.В., Гайдукевич И.В.

Взаимосвязь полиморфизма гена *MAOA* с показателями тестирования, определяющими нервно-психическую устойчивость у спортсменок игровых видов спорта.....320

Гладкова Ж.А., Песоцкая Я.А., Тихонович О.Г., Пашкевич С.Г.

Оценка защитных реакций крыс на фоне прекондиционирования и в условиях эндотоксемии324

Еншина А.Н. Опыт разработки низкокалорийного рациона для постепенного снижения массы тела в спортивной практике	327
Зубовский Д.К. Обоснование использования физических методов у спортсменов	329
Иванова Н.В., Петрова Е.Э., Гладкая Н.В., Дворяков М.И. Оценка функционального состояния кардиореспираторной системы спортсменов циклических видов спорта в подготовительном и соревновательном периодах подготовки.....	332
Ильютин А.В., Асташова А.Ю., Зубовский Д.К. Сравнительный анализ показателей variability сердечного ритма у 17–18-летних боксеров и бегунов на короткие и средние дистанции.....	337
Ильютин А.В., Гилеп И.Л. Физическая работоспособность и биохимические показатели крови конькобежцев с различными генотипами гена <i>CYP17A1</i>	341
Ковалева О.А., Солнцева Г.В., Чуглазова А.М., Бернадская Д.В. Физическое здоровье как интегральный показатель уровня адаптации организма студентов к образовательному процессу	345
Кулитка Э.Ф. Сила и подвижность нервных процессов у боксеров разной спортивной квалификации.....	348
Курбанов Д.И., Гаркавый В.С., Олешкевич Р.П. Анализ режима питания студентов Гродненского государственного медицинского университета.....	351
Лойко Т.В., Рубчя И.Н., Жилко Н.В. Особенности вегетативной регуляции сердечной деятельности у юных футболистов в возрасте 12–13 лет.....	354
Лойко Т.В., Захаревич Ю.И. Физическая работоспособность студентов учреждения высшего образования физкультурного профиля.....	358
Манкевич А.Н., Давыдов В.Ю. Анализ морфофункционального и силового потенциала юных пловцов.....	362
Марук К.С., Пальвинская Л.В. Повышение физической работоспособности гребцов в процессе спортивной подготовки.....	366
Мороз Е.А., Шкуматов Л.М., Шантарович В.В. Количественные характеристики анаэробного механизма энергообеспечения у гребцов на байдарках на подготовительном этапе разных годовых тренировочных циклов	370
Пригодич Д.Н., Давыдов В.Ю., Куралева О.О., Лобанов О.Ю. Типы конституции (соматотипы) спортсменов, специализирующихся в гребле на байдарках	375
Рубахова В.М. Прогностическая значимость теста вестибулярной дисфункции у спортсменов.....	377
Рубчя И.Н., Жилко Н.В. Функциональное состояние дыхательной системы у 12–17-летних футболистов.....	383
Рубчя И.Н., Песоцкая Я.А. Особенности функционального состояния системы дыхания студентов-спортсменов с аэробной направленностью тренировочного процесса	385

Солнцева Г.В., Ивашко А.С., Ковалева О.А. Морфофункциональный статус учащихся как показатель адаптивных возможностей организма	389
Соловей С.П., Гамза Н.А. Внезапная сердечная смерть у спортсменов	392
Соловьева Н.Г., Тихонова В.И. Интеграция информационных технологий в систему физического воспитания и здоровьесбережения	395
Сукач Е.С. Особенности центральной гемодинамики юных спортсменов в процессе адаптации к физическим нагрузкам.....	398
Сулейманова М.И. Мониторинг физической и функциональной подготовленности студентов первого года обучения.....	401
Турсунов Н.Б. Изучение функционального состояния дыхательной системы легкоатлетов-паралимпийцев Узбекистана	404
Турсунов Н.Б., Джалилов Х.Х., Газиева З.Ю., Худайкулов Ш.Х., Расулова М.И. Опыт применения препарата «Экдистен» в спортивной практике	408
Улащик В.С., Zubовский Д.К. Средства и методы физиотерапии в спорте.....	412
Чиженок Т.М., Коваленко Ю.А. Исследование показателей состояния организма юношей с приоритетным использованием средств футбола.....	416