

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА И
ПРОДОВОЛЬСТВИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Кафедра физического воспитания и спорта

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

*Сборник научных статей по материалам
Международной научно-практической конференции*

Гродно
ГГАУ
2015

УДК. 796.011.3(06)

ББК. 74.200.55

А 43

Редакционная коллегия:

В. К. Пестис (ответственный редактор),

С. А. Тарасенко (зам. ответственного редактора),

Ю. К. Рахматов, А. Н. Марчук

А 43 **Актуальные** проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях : сборник научных статей по материалам Международной научно-практической конференции / редкол.: В. К. Пестис [и др.]. – Гродно : ГГАУ, 2015. – 446 с.

ISBN 978-985-537-066-7

В сборнике обсуждаются актуальные проблемы преподавания и совершенствования физической культуры в образовательных учреждениях Республики Беларусь.

УДК 796.011.3(06)

ББК 74.200.55

ISBN 978-985-537-066-7

© Коллектив авторов, 2015

© УО «ГГАУ», 2015

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ С УЧЁТОМ ТИПА ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ

Давыдов В. Ю., Журавский А. Ю., Яковлев А. Н.

УО «Полесский государственный университет»

г. Пинск, Республика Беларусь

Существующая система физкультурно-спортивной деятельности не решает в оптимальном объеме проблем физической подготовленности, состояния здоровья и формирования устойчивой потребности студентов к занятиям (Бальсевич, 1995-1998; Григорьев, 1998; Лубышева, 1996-2003; Лотоненко, 2008; Железняк, 1998; Шилько, 2001; Купчинов, 2006).

Анализ научно-методической литературы, многолетний практический опыт, научные исследования указывают на необходимость интегрирования всех форм физкультурно-спортивной деятельности на основе новых технологических подходов.

В работе был использован следующий комплекс методов исследования: анализ и обобщение данных научно-методической литературы, беседы и интервью со студентами, анкетирование (оценка мотивационной сферы), тестирование физической подготовленности студентов, психологические методы, физиологические методы, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Доказано, что комплексное использование технологий различных форм физкультурно-спортивной деятельности в системе учреждений образования увеличивает объем двигательной активности до уровня физиологического норматива и обеспечивает положительную динамику показателей физического развития, состояния здоровья и мотивационной сферы контингента.

Избранная методологическая основа и поставленные задачи определили ход теоретико-экспериментального исследования, которое выполнялось в несколько этапов в течение 2010- 2014 гг. на территории регионов Российской Федерации и Республики Беларусь.

Результаты исследований и их обсуждение. Необходимые знания и управление процессом конструирования своего тела сопряжены с определенными условиями спортивного отбора. Поэтому в этом сложном процессе необходим учет основополагающих признаков, характеризующих личность в предполагаемой перспективе.

Методология спортивного отбора должна быть информативна не только для тренера, но и давать «пищу» для ребенка с позиций его успешности в жизни. Умение распорядиться знаками тела на начальном этапе спортивного пути снижает вероятность ошибки (перспективные, неперспективные).

Необходим поиск вариантов, при которых можно проследить не только исходный уровень, но и видеть перспективу личности в ближайшем будущем.

Так, результаты тестирования детей младшего школьного возраста, школьников и студентов по критериям климато-географического региона условно оцениваются в 10 баллов. К данным величинам начисляется либо вычитаются дополнительные очки в зависимости от показанного результата.

Система оценки разрабатывается с учетом имеющихся методик рейтинговой оценки (низкая, ниже среднего, средняя, выше средней, высокая). Вариативный характер оценки обеспечивает сбалансированную оценку уровня развития физических качеств.

Одним из направлений комплексных исследований, проведенных на территории Республики Беларусь (г. Пинск), Смоленской области (г. Смоленск), Приморского края (г. Владивосток) является выявление общих тенденций развития физических качеств.

Внутригрупповая физическая подготовленность (ФП) студентов неодинакова. У студентов различных соматических типов выявлено неодинаковое распределение по уровням (ФП), приростам физических качеств. Уровень ФП группы студентов MeC типа был выше в проявлении скоростно-силовых и скоростных качествах, несколько ниже были показатели силы мышц верхних конечностей и выносливости. Самые низкие показатели результатов в тестировании наблюдаются у студентов MaC типа. Студенты MiC типа имели средние показатели.

При анализе результатов контрольного тестирования студентов различных соматических типов выявлено: уровень физической подготовленности существенно различается, наблюдается гетерохронность в приростах физических качеств. Разработка межвидовых оценочных таблиц в зависимости от габаритного варьирования обследуемых позволила оценивать учащихся по результатам тестирования и соматическому типу, а также изменила результаты оценок и послужила основой для построения

специальных упражнений, т. е. индивидуализировала тренировочный подход.

В контексте заявленного исследования особое внимание заслуживают процессы возрастного развития и функционального состояния двигательной системы, т. к. вегетативные функции перестраиваются под влиянием раздражений, сигнализирующих о возможной гипоксии, а главным образом, под влиянием моторных рефлексов.

Планирование физических нагрузок сопряжено с обменными процессами, особенностями регуляции движений и освоения техники моторных навыков.

Воспитывая таким путем физические качества, при известных условиях достигают существенного изменения степени и направленности их развития. Это выражается в прогрессировании тех или иных двигательных способностей (силовых, скоростных и др.), повышении общего уровня работоспособности, укреплении здоровья и в др. показателях совершенствования естественных свойств организма, в том числе и свойств телосложения (генетически закрепленных особенностей конституции человеческого организма), развитию которых придается целенаправленный характер. Вышесказанное позволяет говорить о целенаправленном управлении их развитием. Для определения общей интенсивности нагрузки часто прибегают к расчету «моторной» плотности занятий (отношение чистого времени, потраченного на выполнение упражнений, к общему времени занятий) или «относительной интенсивности». Между сторонами нагрузки (функциональной и ее внешними параметрами) существует определенная соразмерность: чем больше нагрузка по своим внешним параметрам, тем значительнее сдвиги в организме. Однако при различных состояниях физической подготовленности спортсмена такой соразмерности не наблюдается. Различные по внешним параметрам нагрузки могут давать сходные эффекты, и наоборот, одни и те же по внешним параметрам нагрузки сопровождаются функциональными различными сдвигами. Так, по мере повышения функциональных возможностей организма в результате систематических занятий, бег одной и той же продолжительности и с одной и той же скоростью вызывает от одного занятия к другому все меньшие сдвиги в организме, поскольку он адаптируется к данной нагрузке.

Задаваемая нагрузка (параметры ее объема и интенсивности, порядок повторения, изменения и сочетания с отдыхом), а также особенности интервалов отдыха имеют существенное значение для характеристики методов физического воспитания. Конкретные особенности того или иного метода во многом определяются именно особенностями избираемого способа регулирования нагрузки и отдыха. При воспитании силовых, ско-

ростных и координационных способностей методами повторного интервального упражнения нагрузку чередуют обычно одинарными и экстремальными интервалами. При воспитании же выносливости предпочтение нередко отдают жестким интервалам, более целесообразно управлять развитием необходимых качеств и навыков.

Выводы. При изучении сравнительной характеристики величин ЧСС при выполнении серии рывков гири весом 2 кг у представительниц (студенток) различных соматотипов выявлены следующие различия: ТСТ и МСТ к 6-му и 15 повтору отмечены более низкими показателями ЧСС, чем ДСТ и АСТ, а ТСТ и МСТ мало чем отличаются друг от друга.

Доказано, что в период работы с увеличением силовой нагрузки с 1 до 1, 2, 3 и 4 кг значения ЧСС существенно поднялись, чем они выше, тем более значимы. В период восстановления между отягощениями 1 и 2 кг сдвиги статистически достоверны в 3-х случаях из 6; между 2 и 3, 3 и 4 кг - в 4-х случаях; между 1 и 3 и 4 кг – во всех случаях. В период работы между представительницами различных соматотипов (за исключением различий между ТСТ и МСТ) различия статистически достоверны. В период восстановления между АСТ и ТСТ, АСТ и МСТ, МСТ и ДСТ сдвиги статистически достоверны ($p < 0,001$); между ДСТ и ЖСТ сдвиги менее значимы ($p < 0,05$).

Повышенное внимание к развитию спортивного движения и массового спорта обусловлено осознанием роли человеческого фактора в социально-экономическом развитии государств. Следует отметить, что в параметрической модели решаются задачи на новом качественном уровне, что выходит далеко за рамки внутренней системы организации управления, а ее «выходные» характеристики предполагают постоянный учет новых эффективных средств, величины внешнего фактора (отягощения), дифференцированного подхода на основе учета соматотипов и типологических особенностей занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Губа, В. П. Экспресс-анализ уровня физического развития и физической подготовленности студентов вузов города Смоленска [Текст] / Губа В. П., Кабачков В. А. [и др.] // Научно-практическая основа двигательных действий сложнокоординационных видов спорта: Междунар. сборник науч. тр. – Смоленск: СГИФК, 2001. - С.49-51.
2. Новиков, А. А. Основы спортивного мастерства: моногр.[Текст] / А. А. Новиков. - М.: Советский спорт, 2013. - 269 с.
- 3.Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса [Текст] / Ю. В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1985. - 175 с.
4. Коган, О. С. Медико-биологические проблемы спортивного отбора профессионалов [Текст] / О. С. Коган // Теория и практика физической культуры. — 2003. - № 8. - С. 43-46.

СОДЕРЖАНИЕ

Зорин А. В., Петрише В. К., Чекан Ю. В. ИСТОРИЯ КАФЕДРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА УО «ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»	3
РАЗДЕЛ 1. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.	
Андрюшенко Л. Б., Руссу О. Н. РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» В ФГОС 3+	10
Белова Т. Ч., Тонкоблатова И. В., Романчук Е. В. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ У СТУДЕНТОВ	18
Брайчук А. С., Гавроник В. И., Позняк В. Г. РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В СУБМАКСИМАЛЬНОЙ ЗОНЕ МОЩНОСТИ	19
Гаврилович Н. Н., Золотухина Т. В. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ И РАБОТНИКОВ УМСТВЕННОГО ТРУДА	23
Гавроник В. И., Гребенчук М. Ю. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ	26
Галаничев А. С., Нахват Д. В., Кудель А. А. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ	29
Городилин С. К., Крумина Л. П., Бернатович И. Ф. ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК СРЕДСТВАМИ ФИТНЕСА В УСЛОВИЯХ ВУЗА	33
Драпов О. А. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ КУРСАНТОВ НА ЕДИНОЙ ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ	37
Дубяга В. М., Строк А. Н., Косянок Н. М. РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В МАКСИМАЛЬНОЙ ЗОНЕ МОЩНОСТИ	41
Климец М. А., Нахват Д. В., Косянок Н. М. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ В БОЛЬШОЙ ЗОНЕ МОЩНОСТИ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ	44
Насияти Р. М., Кулешов В. И., Лушневский А. К. РАЗВИТИЕ МАКСИМАЛЬНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ И СТАТИЧЕСКОЙ СИЛЫ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ	49
Некрасов А. В., Рыбак В. С., Шумовский В. В. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ СТРЕЛЬБОЙ	51
Рафикова А. Р. СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СПЕЦИФИЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩЕГО РУКОВОДИТЕЛЯ	56
Руссу О. Н. СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ОБЩЕГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ К	61

УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВУЗЕ В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ ФГОС ТРЕТЬЕГО ПОКОЛЕНИЯ	
Руссу О. Н., Докучаева Л. И. СТРУКТУРА, КАЧЕСТВЕННЫЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ «ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА», РЕАЛИЗУЮЩАЯ ФГОС З+	69
Рыбак В. С., Некрасов А., Шумовский В. В. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ В МАКСИМАЛЬНОЙ ЗОНЕ МОЩНОСТИ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ	77
Сулейманова М. И. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	82
Тонкоблатова И. В., Романчук Е. В., Белова Т. Ч. АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА МАТЕМАТИКИ И ИНФОРМАТИКИ	85
Шумовский В. В., Рыбак В. С., Некрасов А. В. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ	88
РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В УПРАВЛЕНИИ И ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ.	
Антипин Н. И., Лукин. О. А. ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ	94
Баркова Н. Г., Барков В. А., Волк А. С. ИССЛЕДОВАНИЕ СТРУКТУРЫ МОТИВАЦИИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ К ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	96
Баркова В. В., Барков В. А. ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ФИЗИКУЛЬТУРНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ	99
Борисок А. А., Дранец В. Ф., Мурашко А. Н. ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ И УМЕНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	102
Домбровский В. И. ОСОБЕННОСТИ ВЫБОРА СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	106
Засим Н. Н., Лукашевич С. С., Гузаревич И. М. УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ В БЕГЕ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ	110
Кветинский С. С. ПЛАНИРОВАНИЕ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ	113
Кряж В. Н., Пустюльга С. Н., Янович Ю. А. НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ НОВОЙ ПАРАДИГМЫ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ И БОЛОНСКОГО ПРОЦЕССА	116
Куликов В. М. ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ГГАУ	129
Куликов В. М., Тимофеев А. А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ УПРАВЛЕНИЯ КАФЕДРОЙ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	134

Куликович Е. К., Лосева И. И. К ВОПРОСУ О КРИТЕРИЯХ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ	136
Курако А. А., Беляк О. И., Антонова А. А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МОДУЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПРИКЛАДНЫМ УПРАЖНЕНИЯМ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	140
Летяго А. М., Рахматов Ю. К., Бобрик И. Е. ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ЖИЗНЬ ИНЖЕНЕРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА	143
Максимович В. А., Городилин С. К., Варнель В. А. АНАЛИЗ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЧЛЕНОВ НАЦИОНАЛЬНОЙ СБОРНОЙ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ НА ЧЕМПИОНАТАХ МИРА, ЕВРОПЫ И ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ	148
Максимович В. А., Городилин С. К., Войтишкин В. Л. ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ ГРЕКО- РИМСКОГО СТИЛЯ ГРОДНЕНСКОГО РЕГИОНА	153
Мендубаева С. Ю. СКВОЗНОЕ ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	156
Монсейчик Э. А., Софенко А. И., Зинкевич Г. Н. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ НЕПРОФИЛЬНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	162
Монсейчик Э. А., Софенко А. И. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ	164
Пороховская М. В., Чепелева Т. В. ПРИМЕНЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗАХ	168
Пунтус В. А., Невзорова Ю. С., Медведева Г. И. МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГОМЕЛЬСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ТЕХНИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ П. О. СУХОГО	172
Рахматов Ю. К., Марчук А. Н., Семенчук Н. А. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	174
Сак Ю. В. АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	184
Смоляков Ю. Т., Ольшевский А. Н., Черва А. В. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ В КУРСЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ. РОЛЬ ПЕДАГОГА-ТРЕНЕРА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ	187
Шукевич Л. В., Зданевич Г. И., Самойлюк Т. А., Каштелян З. И. ОСОБЕННОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МАКСИМАЛЬНОГО ТЕМПА ДВИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ И СТУДЕНТОК	191
Шукевич Л. В., Зданевич А. А., Самойлюк Т. А., Каштелян З. И. УРОВЕНЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК ИСТОРИЧЕСКОГО И ЮРИДИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТОВ	194
РАЗДЕЛ 3. ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТВОРЧЕСКИХ	

МЕЖКАФЕДРАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ ВУЗОВ РЕСПУБЛИКИ

Семенюта А. Н., Грибовская М. А., Авдашкова Л. П. ЭКСПЕРТНАЯ СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТА	199
РАЗДЕЛ 4. СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ОТДЕЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ	
Гуткина Т. Е., Торба Т. Ф., Грицев Д. Л. ПРОБЛЕМЫ ЖЕНСКОГО ВОЛЕЙБОЛА В ТЕХНИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ	204
Журавский А. Ю. МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ	208
Кузнецк Н. Г., Малиновский А. С. ОРГАНИЗАЦИЯ ГИРЕВОГО СПОРТА СО СТУДЕНТАМИ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ	212
Ларюшина С. Г., Милашук Н. С., Шиндина А. В. ПИЛАТЕС КАК СРЕДСТВО АКТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА СТУДЕНЧЕСКУЮ МОЛОДЕЖЬ	215
Лис М. И., Венцовская Н. С., Лапко Ю. А. НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В УСЛОВИЯХ ВУЗА	223
Люкевич У. П. РЫНГА ЯК РЭКРАЦЫЙНАЯ ФОРМА Ў СІСТЭМЕ ФІЗІЧНАГА Выхавання СТУДЭНТАЎ	228
Мелешко Д. И. УШУ САНЬДА В ОБЩЕЙ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ГРОДНЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО АГРАРНОГО УНИВЕРСИТЕТА	235
Николаичева А. С., Мазурина А. В., Маклаков В. А. МОТИВЫ И ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОК К ЗАНЯТИЯМ БАСКЕТБОЛОМ В УСЛОВИЯХ ВУЗА	239
Руденик В. В., Тихон И. Г. УПРАВЛЕНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ КАК ВАЖНЕЙШИЙ ФАКТОР ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ МЕТАТЕЛЕЙ МОЛОТА	242
Сергеев С. А. ОБЪЕКТИВНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ОПТИМИЗАЦИИ ПРОЦЕССА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В БОКСЕ	246
Трущенко В. В., Дударева И. М., Кабанов Ю. М. СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ БЕГУНОВ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ	250
Чекан Ю. В., Хоняков А. Н., Саросек П. И. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА ПО БАСКЕТБОЛУ В ШКОЛЕ	253
РАЗДЕЛ 5. СОВРЕМЕННЫЕ ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ЗА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ И УСПЕВАЕМОСТЬЮ СТУДЕНТОВ: ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИИ	
Аношко В. Г., Аношко С. Г., Старовойтова Ю. В. КОРРЕКЦИЯ ДИНАМИКИ УСТАЛОСТИ, СНЯТИЕ ИЗБЫТОЧНОГО ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ, ПРЕОДОЛЕНИЕ СОСТОЯНИЯ ФРУСТРАЦИИ	258

Богурин А. А., Обуховская В. И., Флерко А. Л. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ БЕГОМ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ ИНЖЕНЕРНО-СТРОИТЕЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТА	260
Бусел Т. А., Ковалева О. Н. КОНТРОЛЬ ЗА СОСТОЯНИЕМ СТУДЕНТОВ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ АЭРОБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ	263
Жадько Д. Д., Григоревич В. В. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ МУЖСКОГО ПОЛА ГрГМУ В 2013/2014 УЧЕБНОМ ГОДУ	267
Зимницкая Р. Э., Тропникова Д. В., Камышкайло И. Е. ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ ГРУППЫ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	270
Золотухина Т. В., Гаврилович Н. Н. НЕОБХОДИМОСТЬ ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	275
Летяго А. М., Хонякова А. А., Хонякова Т. В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП	279
Николаичева А. С., Маклаков В. А. РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГОВОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК МЛАДШИХ КУРСОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ГРГУ ИМ. Я. КУПАЛЫ	281
Сергейчик Н. А., Торба Т. Ф. КРИТЕРИИ УСПЕВАЕМОСТИ ПО ПРЕДМЕТУ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ВУЗЕ	285
Тимофеев А. А., Куликов В. М. ЭФФЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА КОНТРОЛЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	293
Томашев Г. К. ДИНАМИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ЗАЩИТЫ РАСТЕНИЙ ГРОДНЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО АГРАРНОГО УНИВЕРСИТЕТА	297
Федоров В.В., Пертище В.К., МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ЕГО ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	302
Хижевский О. В. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ТРАВМАТИЗМА И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ	304
Шеренда С. В., Молчанов В. С., Нарскин А. Г. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОСТАВА ТЕЛА У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ КВАЛИФИКАЦИЙ	310
РАЗДЕЛ 6. РЕКРЕАЦИОННО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ФОРМЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ	
Бусел Т. А., Курзова Е. ПРИМЕНЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ГРУППАХ ЛФК	315
Маджаров А. П., Бондаренко А. Е., Кулешов С. Н.	317

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВИДЕОЗАПИСИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ В ВУЗЕ	
Милашук Н. С., Гурина Е. И., Ларюшина С. Г. АКТИВНЫЙ ОТДЫХ В ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ КАК СРЕДСТВО РЕКРЕАЦИИ	319
Поболь В. З., Обелевский А. Г., Обелевский А. А. ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИГРОВОГО МЕТОДА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННОЙ ОРИЕНТИРОВКИ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ	322
Поболь В. З. ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННОЙ ОРИЕНТИРОВКИ НА УРОКАХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С УЧАЩИМИСЯ 4-5 КЛАССОВ, ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ	325
Флерко А. Л., Малышко Т. И. ПРОФИЛАКТИКА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НАРУШЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП	328
РАЗДЕЛ 7. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ	
Аль-Бшени Фатхи Али, Али Хайдар, Эльгади Муфтах Айад РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ТРАВМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	333
Аль-Бшени Фатхи Али Мохаммед, Дохмани Мона Ражаб, Алмари Хуссам Эль Маки Алхмали ЭФФЕКТИВНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДИК РЕАБИЛИТАЦИИ ПОСЛЕ ТРАВМ КОЛЕННОГО СУСТАВА У СПОРТСМЕНОВ	336
Белый К. И., Курилик М. М. АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ГАНДБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ ЦОР	339
Беляк О. И., Курако А. А., Антонова А. А. РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА КАК ЧАСТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	342
Бесараб Г. В., Юрчак С. В. СОН – ОСНОВА ПРАВИЛЬНОГО РЕЖИМА ДНЯ	345
Беспутчик В.Г., Ярмолук В.А. ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	350
Давыдов В. Ю., Журавский А. Ю., Яковлев А.Н. ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ С УЧЁТОМ ТИПА ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ	354
Зенкевич С. А., Зенкевич В. Н. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА	358
Квятковская Н. А., Казакова Л. В. АНАЛИЗ ЗАБОЛЕВАНИЙ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА	362
Кулешов В. И., Богурин А. А., Обуховская В. И. ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ СНАРЯДНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ	365
Логвина Т. Ю.	369

ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ РЕЖИМОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ПРОЦЕССЫ РОСТА И РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ	
Марина И. А., Балгурин А. Н. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ	377
Марчук А. Н., Рахматов Ю. К., Кравчук А. В. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ ГИРЕВИКОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ НЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ	380
Мендубаева С. Ю. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ	385
Пристинская Т. Н. ВЗАИМОСВЯЗЬ ДУХОВНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ	390
Пристинский В. Н. СТАНДАРТЫ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ СОВРЕМЕННОГО СПЕЦИАЛИСТА	394
Саросек П. И., Хонякова Т. В., Хонякова А. А. БЕГ ТРУСЦОЙ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ХОДЬБА КАК ФОРМЫ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ	398
Слободняк Е. Н., Кривицкая Л. Э., Никитина Е. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ С ТРЕНАЖЕРОМ «TORNEO EASY SHARE» НА ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОК	400
Степанцов В. М., Кветинский С. С., Сергейчик Н. А. ОЦЕНКА И ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМЫ ДЫХАНИЯ (ЖЕЛ) СТУДЕНТОВ ЗА 2011-2012 гг.	404
Тимофеев А. А. ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ	408
Тозик О. В. СРЕДСТВА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТРУКТУРЕ УРОКА УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ	410
Филиппов Н. Н. АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ШКОЛЬНИКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ЗОНЕ РАДИОАКТИВНОГО ЗАГРЯЗНЕНИЯ	413
Хижевский О. В. СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И УСПЕВАЕМОСТЬ СТУДЕНТОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ	418
Яковлев А. Н., Матвеева Л. В., Журавский А. Ю., Лимаренко О. В. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ И ТЕЛЕСНОФОРМИРУЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ	423