

СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Кафедра анатомии и биомеханики



ДЕТИ, СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ

(Выпуск 4)

**Смоленск
2008**

**СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА**

КАФЕДРА АНАТОМИИ И БИОМЕХАНИКИ

ДЕТИ, СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ

**Международный сборник научных трудов по проблемам
интегративной и спортивной антропологии**

(Выпуск 4)

СМОЛЕНСК 2008

УДК 572.512
ББК 75.0

Дети, спорт, здоровье (Выпуск 4): Международный сборник научных трудов по проблемам интегративной и спортивной антропологии /Под общей редакцией доктора медицинских наук, профессора Р.Н. Дорохова/ - Смоленск: СГАФКСиТ, 2008. - 256 с.

В четвертом выпуске сборника представлены научные труды теоретико-методического и прикладного характера, посвященные проблемам интегративной антропологии, спортивной морфологии и педагогики в области здоровьесформирования, кондиционной и спортивной тренировки с учетом конституциональных особенностей, биологии и медицины.

Издание рассчитано на специалистов в области спортивной и медицинской антропологии, спортивных морфологов, преподавателей, аспирантов и студентов физкультурных и медицинских вузов.

Статьи приводятся в авторской редакции. Мнение авторов статей и редакторов может не совпадать.

Редактор – профессор Р.Н.Дорохов
Ответственный за выпуск – доцент А.А. Сулимов

Редакционная коллегия:

профессор Г.Н. Грец,
профессор Л.Ф. Кобзева,
доцент В.Н. Чернова

Рецензенты:

профессор С.В.Легоньков
профессор В.А.Быков



РАЗДЕЛ IV

«ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ»

ОСМЫСЛЕНИЕ И СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ЦЕННОСТЕЙ ТЕЛЕСНОСТИ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕЛЕСНО- ДВИГАТЕЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЧЕЛОВЕКА В КОНТЕКСТЕ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ ТРАНСФОРМАЦИЙ ОБЩЕСТВА

Яковлев А.Н.

Радикальные перемены в государственно-политическом и социально-экономическом устройстве страны должны способствовать созданию здорового общества. Это повышает ответственность системы образования не только за духовное, но и за физическое развитие нового поколения, укрепление здоровья обучающихся, приобщение их к ценностям здорового стиля жизни. Состояние здоровья молодежи вызывает обоснованную тревогу не только у работников системы образования, но и у всего общества в целом.

Исследование сущных характеристик физической культуры, позволяет с новых позиций рассматривать сферу физической культуры и спорта в контексте прояснения их противоречивых и гармоничных воздействий, диссоциаций.

Результатом этого процесса должна быть оценка соразмерности телесно-природных характеристик человека ценностям, реальным формам поведения, обусловленных социокультурной трансформацией.

Возрастает роль деятельности акторов-индивидов, социальных групп, общностей, в особенности трансформации прежнего порядка в новый, закрепления нового порядка (В.К. Бальсевич, 2000; В.С.Степин, 2000; Л.И. Лубышева, 2001; Егоров А.Г., 2004; Столяров В.И., 2005; Садовничий В.А., 2006).

Изучая процессы социокультурной трансформации современного российского общества необходимо ориентироваться на социетальный подход, который понимает общество как социокультурную систему, которая создается и воспроизводится в результате социальных действий, взаимодействия людей. «Личность, общество, культура как неразрывная триада» [Лапин Н.И., 2006].

Цель исследования – осмысление и систематизация ценностей телесности для формирования телесно-двигательных характеристик человека, имеющих принципиальное значение для инновационных преобразований современной системы образования, в контексте социокультурных трансформаций общества, обоснование путей их интеграции для повышения эффективности процессов физического и спортивного воспитания студентов.

Задачи исследования:

1. Изучить категории социального и биологического, телесного и духовного в человеке на этапе формирования телесно-двигательных характеристик и воспитания физической культуры личности.

2. Разработать элементы новой концепции, направленной на утверждение смысла человеческой телесности в социокультурном пространстве общества.

3. Определить стратегическую перспективу ее реализации на основе интеграции научных знаний, мудрости и представления о трансформации физической культуры в эпоху цивилизационных перемен.

Сегодня все более популярным становится другое понимание: социальные институты - это констелляции и производители смыслов человеческих действий ("фабрики смыслов"), где возникает новый уровень понимания социальных структур человека, возникает новая реальность, мы живем в новой области смысла - своего рода теории рационального выбора (Лекторский В.А., Степин В.С., 2006)

В системе ценностей и мировоззренческих образов техногенной (западной) культуры человек рассматривается как противостоящий природе, вектор его активности направлен вовне, на преобразование мира.

Восточная традиционалистская система ценностей полагает человека включенным в организм природы, как бы растворенным в ней, вектор человеческой активности ориентирован на самовоспитание, самоограничение, включение в традицию. В философии культуры осмысливается сущность ее как "подлинно человеческого" образа жизни людей.

Тело - один из самых увлекательных и сложных предметов, которыми занимаются науки о человеке и об обществе.

Разработка научных основ анализа человеческой деятельности находится на путях понимания основного вопроса философии. Такой подход встречает все большее понимание и применительно к физической культуре (Ерасов Б.С., 1994), которая позволяет реализовать единство превосходных духовных, душевных и телесных качеств.

Телесность человека, его двигательная активность включаются в систему социальных и спонтанно действующих социальных факторов, которые объективно ведут к укреплению или, наоборот, к разрушению тех или иных человеческих свойств и качеств.

"Социализация органического тела, его физических качеств и способностей происходит, прежде всего, - пишет В.И. Столяров, - за счет того, что возникает особая социальная деятельность,

направленная на их социальную модификацию" (Столяров В.И., 1988, № 4, с.17 – 25).

Физическая культура, как никакая иная сфера культуры, содержит в себе наибольший потенциал воспроизводства личности как целостности в своем телесно-духовном единстве.

Проблема человеческой телесности вызывает не только интерес наук, но и остается предметом изучения естественных наук, так как биологический феномен, "homo somatis" - "человек телесный" - необходимо попадает в сферу гуманитарного познания, важнейшим вектором которого, по словам М.М.Бахтина, и является изучение человека в пространстве культуры.

Анализ телесности как социокультурного феномена, факторов ее модификаций, а также особенностей восприятия, оценки, использования предполагает рассмотрение следующих проблемных блоков:

1. Объективные воздействия на телесность человека:
 - телесность в системе экологических факторов;
 - телесность и особенности образа жизни, социально-экономического уклада отдельных социальных групп;
 - система социальных институтов и телесность.
2. Образы "человека телесного" в структуре обыденных представлений и специализированного знания:
 - выделение телесности как особого объекта отражения, формирование представлений о ее границах и атрибутах;
 - ценностный "ранг" проблем, связанных с телом, в системах ценностей общества, группы, индивида;
 - смысловая, знаковая, символическая интерпретация телесности;
 - функциональные трактовки телесности: целерациональный и ценностно-ориентированный подходы.
3. Соматическая социализация, инкультурация как целенаправленный процесс трансляции, освоения и развития ценностей, знаний и навыков, связанных с телесным бытием человека:
 - факторы соматической социализации, их изменений в динамике общества;
 - агенты и механизмы соматической социализации;
 - особенности соматической инкультурации в различных культурных и субкультурных пространствах.

4. Практическое отношение к телесно-двигательным характеристикам, актуализация содержания, соматических представлений и ориентаций, их объективация:

- контроль, ограничения, "дисциплинирование" тела человека в социальной практике;
- инструментальное и экспрессивное использование соматических, двигательных характеристик человека;
- преобразование, целенаправленное формирование телесных характеристик, двигательных навыков на основе принятых ценностей, норм, идеалов, образцов.

Таким образом, разноаспектный подход к этой проблеме ее глубинное исследование указывает на системность научного знания, эволюцию философских воззрений, а развитие гуманистических идей способствовало рождению новой парадигмы, нового взгляда на процессы образования.

Воспитательная система в образовательном пространстве социальных институтов – динамичное явление, которая постоянно развивается и в своем развитии проходит в основном три этапа:

Первый этап – развитие системы. Именно здесь осуществляется теоретический базис. Выработка нового педагогического мышления, формирование коллектива единомышленников.

Второй этап – становление системы. На этом этапе происходит развитие коллектива, органов управления и самоуправления, конечном счете идет отработка наиболее эффективных педагогических технологий.

Третий этап – окончательное формирование системы. Этот этап характеризуется единой целью, общей деятельностью, отношениями сотрудничества и творчества.

В центре внимания – воспитание свободной, гуманной, духовной, творческой личности, развитие демократичного стиля руководства, повышение уровня культуры.

Системно-структурный подход позволяет разработать стройную теорию воспитания, охарактеризовать основные элементы, что дает возможность осознать сущность, понять ее роль как элемента в более широкой системе – педагогической деятельности.

Концепция содержания образования [Скаткин М.Н., Лернер И.Я., 2004] рассматривается как технология обучения, способ повышения эффективности педагогического процесса [Хозяинов Г.И., 2004], в соответствии, с которой выделяются четыре составляющих:

- система знаний о мире и способах деятельности;
- опыт творческой деятельности;

- опыт эмоционально-волевого отношения к миру;
- концепция целенаправленной учебной деятельности.

Теоретико-методологическая база дает возможность реализовать программу действий, направленную на системное внедрение всех форм физкультурно-спортивной деятельности в жизненное пространство юношей и девушек.

Это, несомненно:

- личностно-деятельностный подход, основанный на понимании гуманистических целей современного образования и обеспечивающий ориентацию на творческую личность как цель, субъект, результат - главный критерий педагогического процесса (Амонашвили Ш.А., Выготский Л.С., Сериков В.В.);
- культурологический подход к образованию, ориентирующий личность на освоение мотивационных ценностей культуры, норм (Библер В.С., Бондаревская Е.В.);
- комплексный, системный подход к формированию личности (Бабанский Ю.К., Лернер И.Я., Скаткин М.Н.);
- современные концептуальные обоснования оздоровительной работы (Амосов Н.М., Лубышева Л.И.);
- теоретические основания здоровья, здорового стиля жизни, долголетия (Брехман И.И., Казначеев В.П., Сухарев А.Г.);
- гендерный подход в педагогике и комплексных исследованиях здоровья (Дахин А.Н., Шведова Н.А.).

Проведенные автором научные исследования (1998 - 2007 гг.) нашли подтверждение в проектировании, организационной деятельности КФК, оздоровительных центров разных типов.

Среди основных направлений развития современного образования выделяются его ценности и цели в связи с постановкой человека в центр образовательного процесса, реализацию культурологического и личностно-ориентированного подходов, индивидуализацию образования в условиях развивающей образовательной среды.

Как утверждает академик В.П. Казначеев (1995), «Сущность этой «генеральной линии» заключается в том, что здоровье будущего поколения будет зависеть от степени мобилизации социальных, экономических и культурных резервов государства, направленных на развитие проблем культуры здоровья».

Новые условия оказываются для школьников, студентов экстремальными. Среди них главными являются:

- информационные перегрузки мозга;
- дефицит времени и сна;

- гиподинамия;
- неправильное питание;
- злоупотребление наркотическими веществами (алкоголь, табак, наркотики).

Следовательно, формирование культуры здоровья будет происходить в результате нового понимания проблемы телесности, которая видится как – ключевое стратегическое направление науки, образования и культуры в целом.

Сбор объективной информации о реальном масштабе вовлечения населения в систематические занятия физической культурой, спортом имеет принципиальное значение для формирования политики и стратегического планирования физкультурно-спортивной деятельности.

Причем данные не должны ограничиваться информацией, отражающей состояние и реальные масштабы вовлечения различных слоев населения в занятия физической культурой, спортом в рамках одного государства.

Физическая культура и спорт рассматривается сегодня не как "блок" социально сформированных в соответствии с культурными образцами физических качеств и способностей человека, хотя ему и отводится центральное место в «фундаменте, здании» (Егоров А.Г., 2004).

Ряд важных не только в теоретическом, но и в практическом отношении проблем, требуют не только достаточно четкой формулировки, но и требуют более тщательного изучения, переосмысления.

Можно обозначить и выделить ряд "проблемных блоков".

Первый блок. Дает возможность анализировать объективные социальные воздействия на телесность человека. Сложность для реализации обозначенных научных положений заключается в философском понимании чувственности и рассудка. Признание и познание социальных воздействий на телесность человека требует определенного уровня интеллектуальных способностей. Объекты познания, принимая различные формы, всевозможные связи требуют логического обоснования, доказательств. Логическое сознание человека многократно решает все новые задачи и находит свое решение в представлении объекта субъекта.

Второй блок. Связан с изучением образов "человека телесного" в структуре обыденных представлений и специализированных систем знания, в том числе научных. Вероятно, красота природы всегда воздействовала, на человека и мы знаем, что произведения древнего

фольклора, мифы вплетены во многие мотивы, связанные с природой. История олимпийского движения обнаруживает и убедительно доказывает символическую связь между соревнованиями древних атлетов и природой. Представление о теле человека как части прекрасного в природе уходит корнями в древность. Существуют специфические условия, при реализации которых тело в состоянии покоя и в движении – спорте, танце – может проявляться как проявление прекрасного.

Рассматривая прекрасное можно обратиться к понятию – иллюзорность (от позднелат. *illusorius* – призрачный, обманчивый, кажущийся) в изобразительном искусстве, иллюзия чувственной достоверности изображения.

Третий. Объединяет проблемы в единое целое, касающиеся соматической социализации и инкультурации как целенаправленного процесса трансляции, освоения и развития ценностей, знаний и навыков, связанных с телесным бытием человека.

Четвертый. Предполагает анализ таких проблем, касающихся деятельностно-практического отношения к телесности человека, как контроль ограничения «дисциплинирование» тела человека в социальной практике. Инструментальное и экспрессивное использование соматических и двигательных характеристик человека, преобразование и целенаправленное формирование телесности на основе принятых ценностей: норм, идеалов, образцов и т.д.

Исходя из принципа единства организма и среды, индивидуальное здоровье формируется на протяжении всей жизни в конкретных условиях социального окружения, которое носит динамический характер. Это окружение представляет собой поэтапную смену одной педагогической системы другой: семейной, дошкольной, школьной, вузовской.

Следовательно, здоровье – основной стержень жизненного успеха и один из факторов конкурентоспособности.

На современном этапе процесс формирования здоровой нации для населения России должен происходить в контексте постоянно меняющихся политических, социально-экономических преобразований, несомненно, в этом сложнейшем процессе нельзя недооценивать роль образовательной и научной парадигм.

Исследование проблемы телесности в русской философии опиралось на христианскую, а точнее, на православную традицию.

Следует отметить размышления Н.О. Лосского [1991] и Л.П. Карсавина [2001].

Одушевление природы - главный мотив русской философии. Эта идея была центральной в учениях В.С. Соловьева [1988]. При всем многообразии их философских взглядов, мнение однозначно в том, что телесность может быть осмыслена, прежде всего, как часть известной христианской триады- тела, души и духа.

В заключение можно было бы сказать, что при изучении соматических характеристик человека в науках о спорте в целом преобладает функциональный аспект. В религиозной философии - структурный.

Целостность и единство уровней организации человека (психосоматического и социокультурного), взаимосвязь всех видов культуры осуществляется через:

- слияние процессов действия и сознания, гармония с окружающей средой, природой, где доминирует мотивационно-эмоциональная сфера мышления, развитие ценностного отношения к своей природе (телесной), организации, в процессе которой происходит творческое развитие личности;
- воспроизводство человека как целостности в своем телесно-духовном единстве и всесторонности своего существования в социокультурном пространстве общества, цивилизации.

Научное обоснование интеграции научных знаний, мудрости и представления о трансформации физической культуры в эпоху цивилизационных перемен происходит в пространстве синтетического характера научных исследований по проблеме телесности в спортивных науках.

В контексте реализации проблемы телесности в социокультурном пространстве общества можно выделить три противоборствующих тенденции:

1. Естественные науки «жесткие» против социальных («мягких») наук.
2. Фундаментальные исследования против прикладных исследований.
3. Консервативный стиль жизни против либерального.

Главные мотивы, по которым осуществляется социологическая перспектива как форма интеграции и синтетического характера научных исследований по проблеме телесности в спортивных науках:

1. Разоблачающий мотив.
2. Мотив нереспектабельного общества.
3. Мотив относительности.

4. Космополитический мотив.

При разработке гносеологических, стратегических и оперативных проблем развития физической культуры и спорта, в соответствии с социально-педагогическими методологическими аспектами технологии менеджмента следует руководствоваться концептуальными положениями:

1. Человек – целостный субъект и объект физической культуры и спорта, которому (человеку) свойственны:

- биосоциальная природа (потребности, естественные и антропогенные фазы, периоды и уровни развития физического состояния и т.п.);
- социальные составляющие (самосоздание личности и самореализация, социальный статус, социальные роли и др.);
- духовная сфера (нравственность и мораль, ценностные ориентации, религиозное и идеологическое мировоззрение и т.д.).

2. В сфере физической культуры и спорта лемитимизированы особенности межличностных, групповых и социальных отношений – это явно выраженные состязательность, соперничество жесткая регламентированность спортивного поведения соответствующими правилами и внешними условиями и т.п.

3. Социально-педагогическое воздействие активно реализуется в комплексе физкультурно-спортивной деятельности как средство социального управления, формируя и укрепляя солидарное сотрудничество, осознание общности основной групповой цели, способствуя осуществлению интеллектуальных и поведенческих аспектов коллективизма и др.

4. Особенности социально-педагогической технологии в пропаганде физической культуры, спорта и здорового стиля жизни, а также актуализация рекламы спортивных мероприятий и физкультурно-спортивных услуг, как способов реализации принципов стратегического менеджмента и маркетинга, обобщают и целенаправленно используют информацию о потребительских свойствах и запросах различных групп населения (дошкольники, школьники, студенты, работающие, пенсионеры) и др.

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ЗДОРОВЬЯ

<i>Дорохов Р.Н.</i> Конституциональный (соматический) тип и его место в спортивной морфологии	5
<i>Дорохов Р.Н.</i> Морфологические принципы тестирования	13
<i>Абдрахманов А.Я.</i> Роль и место соматотипирования в физическом воспитании учащихся начального профессионального образования	18
<i>Бубненкова О.М.</i> Практические рекомендации оздоровительного направления при ожирении детей	22
<i>Дарданова Н.А.</i> Использование методов плантографии при отборе для занятий степ-аэробикой	24
<i>Дорохов Н.Р., Митюнин М.М., Дорохов С.Н.</i> Воспитательно-образовательная работа со студентами тяжелой атлетики	26
<i>Дорохов С.Н., Дорохова А.А.</i> Соматические характеристики в спортивной морфологии	30
<i>Елисеева А.А., Колесникович В. П.</i> Санаторно-курортная система белорусского полесья	32
<i>Елисеева А.А., Колесникович В. П., Шевень Л. Н.</i> Особенности функционирования детских реабилитационно-оздоровительных центров белорусского полесья с учетом использования ресурсов рекреации	34
<i>Жарова О.Ю.</i> Проблемы оценки двигательной подготовленности учащихся в общеобразовательной школе	37

- Каплунова О. А., Хандадашева К. Г.**
Возрастные особенности околоносовых пазух и базилярного угла человека 41
- Кобзева Л.Ф.**
Особенности взаимосвязи морфологических характеристик квалифицированных лыжниц-гонщиц 45
- Ломовцева Т.В.**
Характеристика физической подготовленности студентов 17-21 года различных соматических типов 49
- Малахова Е.П., Тавинова Н.А., Сапожников С.П.**
Соматические типы и биоэнергетические резервы организма 51
- Малахова Е.П., Тарасов Г.А., Сапожников С.П.**
Физиологические особенности и соматотипы 17 – летних девушек в зависимости от биогеохимических условий проживания 54
- Пояркова И.И.**
Диагностика психологической предрасположенности к употреблению наркотических веществ у студентов СГАФКСТ 57
- Сиверкина Т.Е.**
Физическая подготовленность студенток основного отделения вуза 62
- Смольякова Н.И.**
Экологический фактор в состоянии здоровья детей-горожан и селян 64
- Харламов Е.В., Кондрашев А.В., Сафонова Л.Ф., Хоронько В.В.**
Особенности антропометрических и антигенных показателей у студентов медиков различных конституциональных типов 68
- Чернецов М.М., Сулимов А.А.**
Оценочные коэффициенты для определения соматотипа мальчиков препубертатного возраста 72

РАЗДЕЛ II. РОСТ И РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ

Гамидова С.К. Здоровьесберегающие технологии в современной школе	77
Дворецкий В.А. Динамика результатов тестовых упражнений юных лыжников-гонщиков	82
Кривицкая Е.И., Соломатникова Н.Г., Абрамова М.В. Эффективность внедрения медико-педагогических оздоровительных технологий среди детей группы риска	84
Кульков А.В. Влияние внеклассной физкультурно-массовой работы на воспитание скоростно-силовых способностей школьников различных соматических типов	90
Ломовцева Т.И., Остапенко Т.В. Возрастные изменения проявления быстроты у школьников	93
Морчукова Л.В., Апраксина Е.В. Анализ уровня хореографической подготовленности, вестибулярной устойчивости и функции равновесия у гимнасток-художниц 8-9 и 10-13 лет	95
Олейник С.С. Методические особенности проведения учебно-тренировочных занятий гимнастикой с детьми 7 – 8 лет в спортивно-оздоровительных группах ДЮСШ	99
Остапенко Т.В., Ломовцева Т.И. Особенности развития двигательного-координационных способностей у мальчиков 5-8 лет	103
Сергеев А. Силовая подготовка юных хоккеистов 14-16 лет на этапе углубленной спортивной специализации	106

<i>Хавова Л.А., Легонькова Т.И., Стетина Т.Г.</i> Особенности роста и развития детей младшего школьного возраста г. Смоленска в зависимости от микронутриентного статуса	108
<i>Шестоперова Ю.А., Козлова Е.</i> Динамика весо-ростовых показателей юных лыжников- гонщиков	113
<i>Язынина Н.Л.</i> Факторы, влияющие на развитие сколиоза у детей младшего школьного возраста	116
РАЗДЕЛ III. СПОРТ И ЗДОРОВЬЕ	
<i>Абдрахманов А.Я.</i> Физическая культура и соматометрия в системе НПО	122
<i>Дехнич С. Н., Угненко Н. М., Дульченко А. С.</i> Оценка качества жизни студентов-медиков	126
<i>Зайцев В.Н., Белова А.А.</i> Система тренировки и контроля вестибулярной функции	132
<i>Кондрашев А.В., Нор-Аревян К.А., Климова С.И., Смирнова А. В.</i> Конституциональные особенности женщин – жителей юга России	136
<i>Коновалов П.В., Рулева Н.</i> Формирование потребностей студенческой молодежи в занятиях оздоровительной физической культурой в досуговое время	139
<i>Коновалов П.В., Чирков Р.П.</i> К вопросу о современных условиях профессионального самоопределения молодежи	143
<i>Коновалова Г.Н., Максимова И.</i> Оздоровление студенческой молодежи средствами физической культуры	147

<i>Самсонова Е.П.</i> Исторические аспекты возникновения йоги в системе физического и духовного совершенствования человека	151
<i>Терещенко Ю.В.</i> Сочетание процессов зависимости и злоупотребления от физических нагрузок и приема анаболических стероидов в рамках тренингомании	154
<i>Терещенко Ю. В.</i> Специфические мотивационные маркеры тренингомании у бодибилдеров-любителей	157
<i>Тухватулин Р.М., Яковлева М.В.</i> Влияние занятий шейпингом на функциональное и физическое состояние женщин 18-25 лет	161
РАЗДЕЛ IV. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ	
<i>Бубнов Н.В., Лёшин А.О.</i> К оценке погрешностей косвенных измерений	170
<i>Винокуров А.В.</i> Моделирование предсоревновательной подготовки борцов-самбистов 16 – 17 лет в подготовительном периоде тренировок на основе оценки соревновательной нагрузки	175
<i>Винокуров А.В.</i> Способы построения подготовительного периода учебно-тренировочного процесса	178
<i>Губернаторов А.А.</i> Исследование мотивации к занятиям различными видами спорта и физкультурно-оздоровительной деятельности на примере студентов СМОЛ ГУ	181
<i>Губернский А.Н.</i> Новые математические подходы в определении уровня физической подготовленности юных футболистов	184

Губернский А.Н.

Дифференцированный подход и подготовка юных футболистов 186

Давыдова Н., Dawydow W., Nowocin J.

Телосложение и характеристики моторики комплектования составов в парных и групповых упражнениях 189

Зайцев В.Н., Белова А.А.

Применение подвижных игр и игровых упражнений в процессе совершенствования навыков равновесия у юных гимнастов 196

Зайцев В.Н., Панова М.П.

Перенос основ техники выполнения двойного сальто в группировке на акробатической дорожке в виды гимнастического многоборья 199

Заколотная Е.

Педагогические ситуации как метод нравственного воспитания студентов физкультурного вуза 202

Катцин Ю.П.

Вопрос о тактической подготовке дзюдоисток с учетом изменений правил соревнований 209

Кобзева Л.Ф.

Корреляционная структура скользящего шага конькового хода квалифицированных лыжниц-гонщиц 212

Криштопов А.А.

Определение биологического возраста курсантов военного вуза на основе комплексного тестирования 216

Криштопов А.А.

Физиологическое обоснование некоторых принципов спортивной тренировки 218

Олейник С.С.

Общепедагогические принципы обучения и тренировки юных гимнастов 7 – 8 лет 223

<i>Пирог А.В., Кобзева Л.Ф.</i> Зимние экстремальные виды спорта	225
<i>Редько В.М.</i> Применение тренажеров для совершенствования специальной скоростно-силовой подготовленности борцов дзюдо и самбо	229
<i>Редько В.М.</i> Применение общеразвивающих упражнений в учебно- тренировочной практике борцов дзюдо и самбо	233
<i>Романов А.А.</i> Физическая подготовка – основа повышения игрового потенциала юных баскетболистов 10 – 12 лет	235
<i>Самойлов А.Б.</i> Двигательный алгоритм передвижений теннисиста	237
<i>Яковлев А.Н.</i> Осмысление и систематизация ценностей телесности для формирования телесно-двигательных характеристик человека в контексте социокультурных трансформаций общества	241

Редакционная коллегия приносит благодарность за активное участие в формировании и оформлении сборника преподавателю кафедры теории и методики физического воспитания **Дардановой Наталье Александровне** и преподавателю кафедры анатомии и биомеханики, кандидату педагогических наук **Бубненко Ольге Михайловне**.