



# **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТА И ТУРИЗМА**

**Материалы IV Международной  
научно-практической конференции  
11–13 октября 2012 г.  
г. Мозырь**

**Мозырь  
2012**

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

# **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТА И ТУРИЗМА**

Материалы IV Международной  
научно-практической конференции  
11–13 октября 2012 г.  
г. Мозырь

Мозырь  
2012

УДК 796  
ББК 75  
А43

**Редакционная коллегия:**

- С. М. Блоцкий**, кандидат педагогических наук, доцент (ответственный редактор);  
**П. В. Квашук**, доктор педагогических наук, профессор;  
**Н. В. Зайцева**, доктор педагогических наук, профессор;  
**Е. А. Масловский**, доктор педагогических наук, профессор;  
**И. М. Масло**, кандидат педагогических наук, доцент;  
**С. Б. Кураш**, кандидат филологических наук, доцент;  
**В. А. Черенко**, кандидат педагогических наук;  
**В. А. Горовой**, старший преподаватель.

Печатается согласно плану научно-практических мероприятий  
Министерства образования Республики Беларусь  
и приказу по университету № 380 от 03.04.2012 г.

**Актуальные** проблемы физического воспитания, спорта и  
А43 туризма: материалы IV Междунар. науч.-практ. конф., 11–13 окт.  
2012 г., г. Мозырь / редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.]; УО МГПУ  
им. И. П. Шамякина. – Мозырь, 2012. – 272 с.  
ISBN 978-985-477-493-0.

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 978-985-477-493-0**

© Коллектив авторов, 2012  
© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2012

О.В. Максимук (УО «ПолесГУ»)

С.С. Козлов (СОК «Олимпийский»)

В.Ф. Костюченко (УО «НГУФК, СиЗ им. П.Ф. Лесгафта», Россия)

Е.П. Врублевский (УО «ПолесГУ»)

## **ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД УЛУЧШЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЖЕНЩИН В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ**

*Актуальность.* Благополучие нации в основном определяется здоровьем женщин, сохранность которого является задачей общегосударственной важности. Вместе с тем, исследования многих авторов свидетельствуют об устойчивой тенденции к снижению состояния здоровья женщин зрелого возраста [1]. Остановить эту динамику, может только регулярное и эффективное использование средств оздоровительной физической культуры в повседневной жизни данного контингента [1], [2].

Проблема сохранения и развития индивидуального здоровья женщин является актуальной задачей. Для ее решения используются различные методы и подходы, при этом особое место, для поддержания и укрепления здоровья отводится двигательной активности.

Данная проблема особенно актуальна для настоящего времени. Последнее, связано со спецификой современной жизни и тенденцией, основной массы людей, к гипокинезии, что в свою очередь, приводит к снижению функциональных возможностей организма, появлению избыточной массы тела, которая в сочетании с другими неблагоприятными факторами играет существенную роль в росте заболеваемости.

*Целью* исследования явилось изучение психоэмоционального состояния женщин, занимающихся в физкультурно-оздоровительной группе и коррекция этого состояния посредством использования упражнений танцевально-двигательной терапии.

Предполагалось, что систематические занятия в группах «Здоровья» с применением танцевально-терапевтической методики позволят улучшить показатели двигательной, психической и эмоциональной сферы личности занимающихся женщин.

*Результаты исследования и их обсуждение.* В период 2010–2011 гг. на базе Полесского государственного университета был проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участие 105 женщин, занимающихся в группах

здоровья. Для диагностики ситуативного и долговременного психического состояния женщин применялся восьми цветовой тест М. Люшера (в адаптации Л. Собчик). Теоретическим обоснованием данной методики является концепция ее автора, заключающаяся в том, что различные цвета символизируют те или иные потребности человека, и симпатия или антипатия к определенному цвету отражает степень актуальности и удовлетворенности данной потребности. Уровень удовлетворенности актуальных потребностей определяет психическое состояние человека. Обработка результатов проводилась по повторному тестированию, т.к. оно считается более спонтанным и показательным. Преимуществами данной методики являются простота, краткость проведения и независимость результатов от возраста, пола и профессиональных навыков.

В качестве экспериментальной группы (ЭГ) были определены женщины, посещающие группу «здоровья» (возраст от 25 до 45 лет), изъявившие желание заниматься танцевально-двигательной терапией.

В качестве контрольной (КГ) – женщины, посещающие группу «Здоровья», но не занимающиеся танцевально-терапевтическими упражнениями.

Таблица – Сравнительный анализ показателей психоэмоционального состояния в контрольной и экспериментальной группах

Эталон нервно-психического благополучия (выбор цвета приближается к цветовой последовательности 34251607)		Нормальное психоэмоциональное состояние (основные цвета на первых пяти местах)		Состояние тревоги (один из основных цветов стоит на последних трех местах)		Состояние тревоги (цвета 0, 6, 7 занимают одну из трех первых позиций, ни в одной из последних трех позиций нет основных цветов)		Негативное отношение к жизни (присутствие цветов 0, 6, 7 в начале цветового ряда)	
В начале исследования									
ЭГ	5%	ЭГ	40%	ЭГ	30%	ЭГ	20%	ЭГ	5%
КГ	9%	КГ	45%	КГ	23%	КГ	14%	КГ	9%
В конце исследования									
ЭГ	9%	ЭГ	59%	ЭГ	20%	ЭГ	12%	ЭГ	-
КГ	9%	КГ	50%	КГ	21%	КГ	15%	КГ	5%

**Заключение.** Исходя из полученных данных, предложенные нами занятия с использованием упражнений танцевально-двигательной терапии в экспериментальной группе дали возможность нивелировать наличие психологических конфликтов, состояния физиологического неблагополучия занимающихся.

Применение танцевально-двигательной терапии позволило улучшить психоэмоциональное состояние женщин экспериментальной группы, снизив уровень их тревожности.

Танцевально-двигательная терапия без сомнения является эффективным средством профилактики и терапии при проведении занятий в физкультурно-оздоровительных группах, побуждает к ведению здорового образа жизни

Результаты анкетирования занимающихся подтверждают высокую эмоциональность занятий по разработанной методике. По мнению опрошенных,

## **Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма**

---

---

на это влияет танцевальная направленность занятий, музыкальное сопровождение. Анкетирование показало, что занимающимся нравятся занятия (98%), а после занятий они ощущают «желание прийти снова» (52,2%), «радость» (33,3%), «усталость» (15%).

Таким образом, предложенная методика физкультурно-оздоровительных занятий позволяет позитивно повысить психоэмоциональное состояние и мотивацию женщин к регулярным занятиям физическими упражнениями, сформировать в них устойчивую потребность.

### **Литература**

1. Антоненко, Э.Н. Сезонно-ориентированная технология оздоровления женщин зрелого возраста в условиях крайнего севера: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Э.Н. Антоненко. – Хабаровск, 2002. – 24 с.
2. Апанасенко, Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова. – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 248 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Валетов В.В.</b> К новым спортивным вершинам .....	3
---	---

### ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

<b>Барков В.А., Харазян Л.Г.</b> Особенности развития скоростно-силовых способностей у детей с нарушениями зрения .....	7
<b>Буцько А.В., Абрамович П.А.</b> Некоторые теоретические аспекты индивидуального стиля учебной деятельности студентов творческого вуза как основа формирования культуры здоровья .....	9
<b>Власова С.В., Рублев Д.С., Шебеко Л.Л., Германович Л.В., Святская Е.Ф.</b> Особенности коррекции нарушений осанки у старших школьников .....	11
<b>Воробьев В.Ф., Шепелева Ю.Н., Харламова И.М.</b> Особенности развития праксиса у быстрых и медлительных детей 3–4 лет с отклонениями в состоянии здоровья .....	13
<b>Ворочай Т.А., Кожедуб М.С., Мельникова Я.Ю.</b> Роль физических упражнений в профилактике близорукости .....	15
<b>Глазырин А.А.</b> Принципы повышения уровня профессиональной надежности будущих сотрудников органов внутренних дел в аспекте проблем их физической подготовленности .....	18
<b>Долготелес Т.В., Ковалева О.А.</b> Адаптивная физическая культура в коррекции биомеханических нарушений осанки младшего школьного возраста .....	19
<b>Дудова С.Н., Бондаренко А.Е., Мельников С.В.</b> Влияние системы упражнений «Пилатес» на физическую подготовленность студенток группы ЛФК .....	22
<b>Загревский В.И., Моисеенко П.В.</b> Формализация амплитудной составляющей программного управления в компьютерном синтезе движений биомеханических систем .....	24
<b>Зинченко Н.А., Ясковец С.Н.</b> Физическая культура и спорт как основной фактор формирования здорового образа жизни студентов .....	26
<b>Калмыкова И.С., Тозик О.В.</b> Средства физической реабилитации в комплексной терапии травм нижних конечностей и позвоночника у гимнастов .....	28

---

---

<b>Каулина Е.М., Судонина М.Л.</b> Подвижная игра как средство адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной адаптации детей с отклонениями в состоянии здоровья .....	31
<b>Клинов В.В.</b> Теоретическое моделирование процесса формирования культуры здорового образа жизни старшеклассников училищ олимпийского резерва .....	32
<b>Конопацкий В.А., Черкас С.В.</b> Развитие экологического туризма на охраняемых природных территориях .....	35
<b>Кошман М.Г., Старченко В.Н.</b> Структура и содержание материально-технического компонента современной физкультурно-спортивной образовательной среды .....	37
<b>Купчинов Р.И.</b> Физическое образование – основа полноценного здоровья .....	40
<b>Лопатик Т.А.</b> Теоретическая значимость гносеологической функции философии физической культуры .....	43
<b>Львова Т.Г.</b> Некоторые аспекты оптимизации оздоровительной направленности физического воспитания в вузе .....	45
<b>Максимук О.В., Козлов С.С., Костюченко В.Ф., Врублевский Е.П.</b> Танцевально-двигательная терапия как метод улучшения психоэмоционального состояния женщин в физкультурно-оздоровительных группах .....	47
<b>Масловский Е.А., Горовой В.А., Тиханович Т.Е.</b> Концептуальные основы применения биотехнических средств на занятиях с детьми и подростками с нарушением опорно-двигательного аппарата .....	49
<b>Масловский О.Е., Кривицкая Л.Э., Кузьмицкая Е.А.</b> Обучение тактическим навыкам игры в мини-футбол с использованием упражнений для развития периферического зрения .....	53
<b>Ольха В.И., Барановский В.Н., Федорович В.К.</b> К проблеме исследований сердечно-сосудистых заболеваний школьников .....	56
<b>Ольха В.И., Барановский В.Н., Федорович В.К.</b> Методика организации врачебно-педагогических наблюдений на занятиях физической культурой и спортом .....	58
<b>Синютюч А.А.</b> Принципы формирования профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к работе с детьми с особенностями психофизического развития .....	60
<b>Солодников А.В.</b> Характеристика физкультурных и спортивных интересов и отношения учащихся с нарушениями зрения к физической культуре и спорту .....	62
<b>Стадник В.И., Горовой В.А., Стадник Р.В.</b> Биомеханизмы оздоровительных упражнений на примере катания на коньках .....	65
<b>Судонина М.Л., Каулина Е.М.</b> Адаптивная физическая культура в реабилитации водителей автомобилей с вибрационной болезнью .....	67
<b>Терлюк Ю.С., Ковалева О.А., Мельников С.В.</b> Лечебная физическая культура в комплексной терапии бронхиальной астмы .....	70



<b>Торба Т.Ф., Ковалева О.А., Мельников С.В.</b> Эффективность физического воспитания студентов специального учебного отделения в техническом вузе .....	72
<b>Яковлев А.Н.</b> Современные технологии физкультурно-спортивной деятельности и социокультурные трансформации представлений о теле человека .....	75

## **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ, СТУДЕНТОВ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

<b>Анисимов Д.В., Мурашко А.Н., Василевич А.В.</b> Основы современного подхода к физическому воспитанию на факультетах дошкольного и начального образования .....	77
<b>Анисимов Д.В., Мурашко А.Н., Таргонский Н.Н.</b> Самооценка как метод диагностики качества профессионально-прикладной подготовки на факультетах дошкольного и начального обучения .....	79
<b>Афонько О.М., Тукач Н.Н.</b> Вариативность форм контроля знаний как условие эффективного обучения студентов дисциплинам специальности «Физическая культура» .....	81
<b>Баркова В.В.</b> Пути повышения эффективности занятий со студентами специального учебного отделения .....	84
<b>Бондаренко К.К., Малиновский А.С.</b> Организация занятий аэробикой со студентками специального отделения .....	87
<b>Бондаренко А.Е., Линик К.М.</b> Динамика функциональных показателей студенток специального отделения, занимающихся аэробикой .....	89
<b>Борисок А.А., Шевченко О.И., Антоненко В.С.</b> Формирование навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста .....	92
<b>Босенко А.И., Самокиш И.И., Дискаленко С.И.</b> Физическая работоспособность студенток высших учебных заведений .....	94
<b>Василевич А.В., Таргонский Н.Н.</b> Влияние игровых видов спорта на повышение интереса студентов к занятиям физической культурой .....	98
<b>Власенко Н.Э.</b> Материально-технические индикаторы повышения научно-методической компетентности руководителя физического воспитания учреждения дошкольного образования .....	101
<b>Гордеева И.В.</b> Педагогические аспекты профессиональной подготовки студентов факультета физической культуры .....	103
<b>Горовой В.А.</b> Специфические принципы организации физической рекреации студентов .....	105
<b>Глазырина Л.Д.</b> Тестирование базовых компонентов культуры у дошкольников средней группы в сфере физической культуры .....	108

---

---

<b>Гуд С.А., Гриневич В.Г., Метлушко В.И.</b> Роль физического воспитания в формировании здорового образа жизни студентов .....	110
<b>Дегтярева Е.И., Дойняк Ю.П., Сарасеко Е.Г.</b> Физиологический статус школьников ГУО СОШ № 45 г. Гомеля .....	112
<b>Дойняк Ю.П., Масловский Е.А., Дойняк И.П.</b> Физическая подготовленность студентов УО МГПУ им. И.П. Шамякина .....	115
<b>Дойняк Ю.П., Дегтярева Е.И.</b> Оценка физического здоровья студентов непрофильных специальностей .....	116
<b>Дойняк И.П.</b> Интерактивный подход в управление процессом развития двигательной сферы младшего школьника .....	118
<b>Зайцева Н.В., Тарун А.М.</b> Взаимосвязь умственного и физического воспитания в контексте идей русской системы воспитания детей до школы .....	120
<b>Заколотная Е.Е.</b> Единство духовно-нравственной и физической составляющих личности спортсмена .....	122
<b>Зинченко Н.А., Таргонский Н.Н.</b> Основные положения саморазвития культуры здоровья студента в процессе физического воспитания .....	125
<b>Иванов С.А., Маркова И.А.</b> Теоретические основы межпредметного подхода в олимпийском образовании школьников .....	127
<b>Кейзер А.П., Задарожнюк Е.А., Литвинович Т.Н., Кононова Н.Ф., Литвиненко А.А.</b> Баскетбол в АСУВУЗ (Подсистема Физкультура и Спорт) .....	129
<b>Клинов В.В., Клинов М.В.</b> Характеристика уровней сформированности культуры досуга старшеклассников сельских школ.....	132
<b>Конон А.И., Лисаевич Е.П.</b> Анализ уровня физической подготовленности студенток-первокурсниц биологического факультета ГГУ им. Ф. Скорины .....	134
<b>Коняхин М.В., Боровая В.А.</b> Обсуждение результатов республиканской универсиады по летнему многоборью «Здоровье» .....	136
<b>Кошман М.Г., Осянин В.Н., Кошман В.В.</b> Методические аспекты безотметочного обучения учащихся III–IV классов по предмету «Физическая культура и здоровье» .....	139
<b>Крикало И.Н., Оборина Н.М.</b> Оценка уровня физического состояния студенческой молодежи .....	143
<b>Круглик И.П., Круглик И.И.</b> Изучение интересов и мотивов занятий физической культурой студентов БГСХА.....	144
<b>Лигута В.Ф.</b> Физическая подготовленность учащихся образовательных учреждений Хабаровского края .....	147
<b>Лисаевич Е.П., Гончар Н.А.</b> Применение физических нагрузок на основании индивидуальных показателей физического состояния студенток .....	149

<b>Масловский О.Е., Кныш О.А., Буцкевич Л.Н., Вечерко А.А.</b> Совершенствование методики обучения студентов настольному теннису на основе использования инновационных технологий.....	151
<b>Петрукович Н.П., Врублевская Л.Г., Врублевский Е.П.</b> Нестандартные формы работы с семьей для формирования рациональной двигательной активности дошкольников в семейной педагогике .....	154
<b>Поболь В.З.</b> Подвижная игра как средство развития пространственной ориентировки у детей с нарушениями зрения .....	156
<b>Старчанка У.М.</b> Стан патрэбасна-матывацыйна-каштоўнаснай сферы фізічнай культуры дзяцей школьнага ўзросту, якія пражываюць на тэрыторыях радыёактыўнага забруджвання.....	158
<b>Тарун А.М., Зайцева Н.В.</b> К вопросу о физическом воспитании детей до школы: исторический аспект .....	161
<b>Фурманов А.Г., Горовой В.А.</b> Взаимосвязь деятельностного компонента физической рекреации и уровня физического здоровья студентов.....	163
<b>Черенко В.А., Будковский В.Н., Таргоня А.Г.</b> Организационно-методические основы развития быстроты и координационных способностей с применением подвижных игр в учебном процессе педагогического вуза .....	168
<b>Черкас С.В., Конопацкий В.А.</b> Теоретические аспекты физкультурного образования Беларуси .....	169
<b>Черняков Л.И.</b> Создание здоровьесберегающего пространства в условиях сельской школы (из опыта работы).....	171
<b>Шаповалова Т.М., Врублевский Е.П.</b> Уровень потребностей и отношение современных студентов к физической культуре и спорту.....	172
<b>Швайликова Н.В., Селиверстова Н.В.</b> Некоторые аспекты физического воспитания в вузах .....	175
<b>Шонина Т.А.</b> Комплексный подход в реализации учебной программы .....	176
<b>Щур С.Н., Клинова И.В.</b> Влияние образа жизни на физическое состояние и здоровье студенческой молодежи.....	178

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

<b>Антонова Е.А., Нарскин Г.И.</b> Анализ практического опыта работы тренеров-преподавателей по прыжкам на акробатической дорожке .....	181
<b>Бабурова Н.А., Севдалев С.В., Сахарчук Т.И.</b> Пейнтбол как средство повышения психо-эмоционального состояния студентов .....	183

---

---

<b>Блоцкий А.С., Дорошко А.Г.</b> Методические основы проектирования учебно-тренировочного процесса гребцов на этапе начальной подготовки .....	186
<b>Блоцкий А.С.</b> Основы современной системы подготовки юных гребцов: практико-ориентированный аспект .....	188
<b>Губа В.П., Маевский К.В.</b> Факторы, определяющие успешность игровой деятельности юных спортсменов 11–13 лет, занимающихся мини-футболом .....	190
<b>Гончаров Ю.С.</b> Методические аспекты организации тренировочного процесса в женских единоборствах .....	192
<b>Гусинец Е.В., Савушкина Я.Э.</b> Использование средств восстановления и разминки в легкой атлетике спортсменами высокого класса .....	195
<b>Давыдов А.В., Василевич А.В.</b> Особенности психологической подготовки студенческих команд по игровым видам спорта .....	197
<b>Журавский А.Ю., Шантарович А.В.</b> Исследование жесткости спортивного инвентаря в гребле .....	199
<b>Загrevский В.И., Моисеенко П.В.</b> Формализация варьирования временной составляющей программного управления в компьютерном синтезе движений спортсмена .....	202
<b>Зиновенко К.А., Зацепин А.В.</b> Система электронного хронометража как средство временного контроля на соревнованиях .....	204
<b>Ильютик А.В., Гилеп И.Л., Гайдукевич И.В., Черемисина Л.А., Рыбина И.Л.</b> Ассоциация PRO/ALA – полиморфизма гена PPAR $\gamma$ с морфологическими и биохимическими характеристиками высококвалифицированных конькобежцев .....	206
<b>Квашук П.В., Верлин С.В.</b> Современные методы моделирования соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации в циклических видах спорта .....	209
<b>Квашук П.В., Семаева Г.Н., Верлин С.В.</b> Специальная выносливость спортсменов в циклических видах спорта субмаксимальной мощности .....	211
<b>Косяченко Г.П.</b> Готовность тренера высшей квалификации к практической деятельности .....	216
<b>Котовенко С.В., Евченко А.Е., Нарскин А.Г.</b> Массаж в системе профилактики и лечения травм опорно-двигательного аппарата высококвалифицированных баскетболистов .....	217
<b>Лавшук Д.А., Воронович Ю.В.</b> Поиск рациональной техники соревновательных упражнений в вычислительном эксперименте на ЭВМ .....	220
<b>Лукашкова И.Л.</b> Эффективность использования информационно-биомеханических моделей основ техники гимнастического упражнения в учебно-тренировочном процессе .....	222
<b>Любич Ф.Ф.</b> Теория биоритмов в процессе подготовки спортсменов .....	224

<b>Маевский К.В.</b> Уровень развития внимания у юных спортсменов, занимающихся мини-футболом, на этапе начальной спортивной специализации .....	227
<b>Масловский Е.А., Ярошевич В.Г., Тиханович Т.Е., Чумак А.П.</b> Характеристика основных задач, решаемых в процессе обучения детей бегу на короткие дистанции .....	230
<b>Масловский Е.А., Ярошевич В.Г., Чумак А.П.</b> Теоретико-методические основы биомеханики с позиции кинезиологии.....	233
<b>Масловский Е.А., Ярошевич В.Г., Чумак А.П.</b> Программированное обучение ритмо-скоростной структуре барьерного бега легкоатлеток-спринтеров и практические пути их реализации .....	237
<b>Масло М.И., Масло И.М., Ковальчук Т.И.</b> Теоретико-методические основы формирования современной техники бега на короткие дистанции с позиции индивидуального подхода.....	242
<b>Нарскин А.Г., Климова В.Л.</b> Сенсомоторные реакции спортсменов-бильярдистов различной квалификации.....	244
<b>Неменков Л.С.</b> Критерии оптимальности технико-тактического мастерства борцов .....	246
<b>Пресняков В.В.</b> Применение метода стабилотрии в диагностике функционального состояния опорно-двигательного аппарата легкоатлетов-спринтеров.....	248
<b>Семаева Г.Н., Панков М.В.</b> Анаэробный порог – информативный критерий функционального состояния спортсмена .....	250
<b>Семаева Г.Н., Панков М.В.</b> Мониторинг функционального состояния спортсменов .....	253
<b>Трофимович И.Г., Трофимович И.И.</b> Основные средства и методы спортивной тренировки бегунов на короткие дистанции .....	255
<b>Флерко А.Н., Блоцкий С.М., Масловский Е.А.</b> Роль современного тренера в подготовке спортсменов высшей квалификации .....	257
<b>Хрусталева Г.А.</b> Обоснование уровня физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в игровых видах спорта .....	260
<b>Шантарович В.В., Нарскин Г.И., Шантарович А.В.</b> Некоторые направления совершенствования системы подготовки гребцов на байдарках.....	262