

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)
ФГБОУ ВО «ЧУРАПЧИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖИ

Материалы
IV региональной научной конференции молодых
ученых
(28 февраля 2018 года)

Чурапча, 2018



Министерство спорта Российской Федерации
Министерство спорта Республики Саха (Якутия)
Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)
ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и
спорта»

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖИ

Материалы
IV региональной научной конференции молодых ученых
(28 февраля 2018 года)

Чурапча, 2018

УДК 378:096

ББК 74:51

Рекомендовано к изданию
научно-методическим советом ЧГИФКиС

Современные проблемы физической культуры, спорта и молодежи: материалы IV региональной научной конференции молодых ученых, 28 февраля 2018 года / под ред. А.Ф. Сыроватской. - Чурапча: ЧГИФКиС, 2018. - 551 с.

В сборнике представлены научные труды студентов, магистрантов и аспирантов, посвященные проблемам физической культуры, спорта и современной молодежи. Всего 203 статьи из 18 регионов Российской Федерации и 3 стран зарубежья. Статьи публикуются в авторской редакции

ISBN 978-5-9904619-7-0

УДК 378:096

ББК 74:51

ООП ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт
физической культуры и спорта», 2018

ВОЗДЕЙСТВИЕ ЗАНЯТИЙ СТЕП-АЭРОБИКОЙ НА ОРГАНИЗМ ДЕТЕЙ

Клочко Н.В.

ПГУ

Пинск, Беларусь

Аннотация. В статье рассматривается воздействие занятий степ-аэробикой на организм детей. Описано влияние степ-аэробики на сердечнососудистую, дыхательную системы, воспитание двигательных способностей детей.

Ключевые слова: степ-аэробика, двигательные способности, сердечнососудистая система, дыхательная система.

INFLUENCE OF STEP-AEROBICS ON BODY CHILDREN

Klochko N.V.

PSU

Pinsk, Belarus

Annotation. The article discusses the impact of step-aerobics on the body of children. The influence of step-aerobics on cardiovascular, respiratory systems, education of motor abilities of children is described.

Key words: step-aerobics, motor abilities, cardiovascular system, respiratory system.

Введение. В последние годы возросло количество физически ослабленных детей. Свое свободное время в основном дети проводят у экранов телевизоров, компьютеров или

телефонов. Двигательная активность, необходимая детям для естественного роста и развития, снижается. Интерес к занятиям физическими упражнениями падает. Все это ведет к развитию патологических состояний у подрастающего поколения. Поиск новых и эффективных направлений использования физических упражнений в работе с детьми остается актуальным на сегодняшний день.

Цель: изучить влияние занятий степ-аэробикой на организм детей.

Методы и организация исследования. В ходе работы были применены методы теоретического анализа, обобщения и систематизации данных научно-методической литературы.

Результаты исследования и их обсуждение. Все чаще в специфику работы с детьми стал входить фитнес. Появились программы детского фитнеса: для детей от 1 года до 3 лет вместе с родителями, для детей дошкольного возраста от 3 лет до 7 (младший, средний, старший), для детей школьного возраста (младший, средний, старший).

Е.Г. Сайкина [7] определяет детский фитнес как общедоступную, высокоэффективную, эмоциональную систему оздоровления детей и подростков средствами современных фитнес-технологий, постоянно обновляющую свой арсенал средств и методов.

Одним из новых направлений фитнеса в работе с детьми является степ-аэробика.

Степ-аэробика – это, главным образом, аэробная тренировка, в процессе которой движения выполняются с использованием степ-платформы [5]

Появление и распространение степ-аэробики связывают с именем известного американского фитнес-инструктора Джин Миллер, которая для восстановления функции коленного сустава после перенесенной травмы, начала выполнять подъемы и спуски на скамейку небольшой высоты. Чтобы разнообразить свои занятия, Джин Миллер придумала различные варианты шагов, которые выполнялись под музыку [3].

Степ-аэробика, как любые занятия аэробного характера, оказывают благотворное влияние на состояние сердечнососудистой системы. При регулярных занятиях увеличивается объем сердечной мышцы и максимальный сердечный выброс (количество крови, выбрасываемой сердцем за одно сокращение), повышается плотность капилляров, нормализуется пульс в состоянии покоя, снижается пульс при нагрузках. Улучшается обеспечение тканей кислородом и питательными веществами, повышается уровень гемоглобина и эритроцитов, и в целом увеличивается объем циркулирующей крови [1,3].

В результате систематических тренировок совершенствуется функция дыхания увеличиваются сила и мощность дыхательных мышц, жизненная емкость легких, максимальная вентиляция легких, улучшается легочное кровоснабжение, создаются благоприятные условия для выполнения мышечной работы [1].

Многие исследователи (Т.В. Волосникова, Л.В. Люйк, Ю.А. Украинцева, и др.) в своих работах пишут о том, что степ-аэробика способствует воспитанию двигательных способностей детей [2,6,9].

Развитие выносливости происходит за счет включения в работу крупных мышечных групп и выполнения непрерывной работы продолжительное время.

Силовые способности развиваются в ходе преодоления веса собственного тела. Движения руками дают возможность воспитывать силовую выносливость мышц пояса верхних конечностей [6].

По мнению Т.В. Волосниковой, Л.В. Константиновой С.Н. Простотиной [2] степ-аэробика способствует развитию гибкости благодаря применению в занятиях упражнений стрейчинга.

Формирование равновесия у детей осуществляется за счет повышения высоты опоры и уменьшения ее площади [4,8].

Е.В. Капитанова, Д.М. Воронин считают, что одновременное выполнение действий ногами и руками способствует развитию согласованности движений у ребенка [4].

В своих работах авторы (Т.С. Лисицкая, Л.В. Люйки др.) пишут о том, что степ-аэробика оказывает положительное влияние на правильное формирование осанки и профилактику плоскостопия. Занятия степ-аэробикой развивают подвижность в суставах за счет улучшения крово- и лимфообращения в околоуставных тканях. Благодаря большому

количеству сгибаний и разгибаний рук и ног в ходе выполнения упражнений, активно выделяется суставная жидкость, что ведет к улучшению подвижности в суставах [5,6].

Обязательным компонентом занятий степ-аэробикой является музыкальное сопровождение. Занятия проводятся под бодрую, ритмичную музыку, которая создает у детей приподнятое настроение. От правильного подбора музыкального сопровождения во многом зависит успех занятий степ-аэробикой. Музыка должна стимулировать детей к активным движениям. Подобранные музыкальные произведения должны иметь ярко выраженный ритм. В зависимости от темпа и ритма музыкального сопровождения можно регулировать нагрузку на занятия [6]. Таким образом, музыка способствует снятию монотонности занятия, скорейшему освоению учебного материала; придает выразительность движениям детей, повышает эмоциональное состояние и заинтересованность занимающихся.

Выводы. Степ-аэробика – новое направление детского фитнеса в нашей стране. Систематические занятия степ-аэробикой способствуют укреплению сердечнососудистой и дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата; позволяют воспитывать двигательные способности детей; оказывают благоприятное воздействие на их эмоциональное состояние. Благоприятное воздействие занятий степ-аэробикой на организм дает возможность более широкого их применения в работе с детьми.

Литература:

1. Виру, А.А. и др. Аэробные упражнения / А.А. Виру, Т.А. Юримяз, Т.А. Смирнова. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 142 с.
2. Волосникова, Т.В. Целесообразность использования степ – аэробики в дошкольном образовательном учреждении / Т.В. Волосникова, Л.В. Константинова, С.Н. Простотина // Развитие образования, педагогики и психологии в современном мире./ Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. – Воронеж. – 2015. – С.101-103.
3. Горцев Г. Ничего лишнего: аэробика, фитнес, шейпинг. Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 256 с.
4. Капитанова, Е.В. Влияние степ-аэробики и фитбол-гимнастики на развитие координационных способностей у детей 6-7 лет / Е.В. Капитанова, Д.М. Воронин. // Современные здоровьесберегающие технологии. – 2016. – № 3. – С.59-70.
5. Лисицкая, Т.С. Степ-аэробика / Т.С. Лисицкая // Спорт в школе. – 2009. – № 13. – С. 12-16.
6. Льюк, Л.В. Методика оздоровительных занятий степ-аэробикой со студентами: учебное пособие / Л.В. Льюк, Л.Т. Кудашова, В. А. Солодянников, О. В. Солодянников. – СПбГЭУ, 2015. – 77 с.
7. Сайкина, Е.Г. Фитнес в физкультурном образовании детей дошкольного и школьного возраста в современных социокультурных условиях / Е.Г. Сайкина: Монография. – СПб, 2008. – 64 с.
8. Теория и методика физического воспитания: учеб. пособие для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов / Б.А. Ашмарин [и др.]; под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 287 с.
9. Украинцева, Л.В. Влияние занятий степ-аэробики на показатели физического развития и двигательных качеств / Ю.А. Украинцева, С.А. Дайнеко, Г.А. Гуторова. // Перспективы развития научных исследований в 21 веке: сборник материалов 6-й международной науч.-практ. конф., (г. Махачкала, 31 октября, 2014г.) – Махачкала: ООО "Апробация", 2014 – С. 167-169.

СОДЕРЖАНИЕ

АНАЛИЗ ОПЫТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВОЛОНТЕРСТВА НА ПРИМЕРЕ СТУДИИ ТАНЦЕВ «УРУМЭЧЧИ» С. ЧУРАПЧА	
	Адамова И.А., Алексеева Г.Г. 3
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ МЕТОДОВ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БОКСЕРОВ	
	Адамова Л. К., Егоров В.В. 5
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ МБДОУ ЦРР - ДЕТСКИЙ САД №27 «ЛЕСОВИЧОК» г. ОЛЕКМИНСКА)	
	Адамова Л.К., Кылаева В.И. 7
ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СИСТЕМЫ ЗНАНИЙ О СЕЗОННЫХ ЯВЛЕНИЯХ В ПРИРОДЕ НА ОСНОВЕ НАБЛЮДЕНИЙ	12
	Адамова Л.К., Алексеева В.М. 12
ГЕНДЕРНЫЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ В ДОО	
	Адамова Л.К., Нектегаева Н.К. 17
СИСТЕМА РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ НА РАЗВИТИЕ РЕЧИ У ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ	
	Адамова Л.К., Седалищева О.И. 19
ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСОВ И МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ БОКСОМ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
	Александров К.К., Колодезников К.С. 22
САМОКОНТРОЛЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ В МАС-РЕСТЛИНГЕ	
	Алексеев В.Н. 24
ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ	
	Алешин Е.В., Тимохин Л.А., Бережная С.Е. 27
ЗДОРОВЬЕ ОБЕРЕГАЮЩИЕ ФАКТОРЫ КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ	
	Алешин Е.В., Шиншиа С.И., Осиченко Е.Д. 32
ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ СОСТОЯНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ И ЗАДАВАЕМОЙ НАГРУЗКОЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОГО ХАРАКТЕРА	
	Альбаркайи Д.А., Хоршид А.Х., Врублевский Е.П. 35
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ОСЛОЖНЕНИЙ АЛЛЕРГИЧЕСКИХ РЕАКЦИИ НА ПРИВИВКУ СРЕДСТВАМИ И МЕТОДАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	
	Аматуни Н.А., Ясько Г.В. 38
ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
	Андреева С.Н., Захарова Л.В. 41
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ СИЛЫ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА	
	Андросов П.С., Абрамова В.Р. 43
РАЗВИТИЕ ВООБРАЖЕНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ИЗОБРАЖИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
	Андросова С.П., Данилова А.И. 48
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	
	Антоненко М.Н., Приходов Д.С., Лазовская Ю.А. 51
ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА К СПОРТИВНОМУ ВОЛОНТЕРСТВУ	
	Ануфриева Е.Э., Алексеева Г.Г. 53
ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЕ	
	Архангельская А.Н. 56

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	Архангельская А.Н.	59
ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ГРУПП	Архангельская А.Н.	62
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ ЮНЫХ БОРЦОВ ПО ХАПСАГАЮ	Афанасьев К.В., Павлов А.Р.	65
ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО АППАРАТА У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ - ЛЫЖНИКОВ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ	Алексеева А.А. Федоров Э.П.	66
PECULIARITIES OF FORMING ENGINE SKILLS WITH A SPASTIC PARALYSIS	Bagautdinov L.R., Garipova A.N.	68
РАЗРАБОТКА ЛЫЖНОГО ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ КРУГЛОГОДИЧНОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	Бандеров В.Г., Логинов В.Н.	70
INCREASE OF SPEED QUALITY OF YOUNG JUDOISTS	Basyrov L.I., Akhatov A.M., Volchkova V.I.	72
МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ В СВЯЗИ С ОЦЕНКОЙ СОБСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТАМИ РУДН	Бахолдина В.Ю., Титова Е.П., Савостьянова Е.Б, Савченко Е.Л, Сарычева Н.Н.	74
ЯКУТСКИЕ НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ГРУППЫ ПОДГОТОВКИ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ	Башарина С.Н., Харитоновна С.Ф.	75
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ, СТРАДАЮЩИМИ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ	Бондаренко А.Е., Бондаренко К.К.	78
ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ПРИЕМА И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА СНИЗУ ДВУМЯ РУКАМИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 15-17 ЛЕТ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	Борисова В.И., Данилова А.И.	80
ОСОБЕННОСТИ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА У СПОРТСМЕНОК РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПАНКРАТИОНОМ	Бугаевский К.А.	82
АНАТОМО-МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОСТНОГО ТАЗА В СОМАТОТИПАХ У СПОРТСМЕНОК ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТЕННИСОМ	Бугаевский К.А.	86
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ У БОКСЕРОВ-ЮНИОРОВ	Бурнашев В.В., Черкашин И.А.	89
«МОЛОДЕЖНЫЕ» ПРОБЛЕМЫ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ	Вайс Е.И., Кучешева И.Л.	92
ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ СПОРТСМЕНОВ-СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА	Варламова Л. Д., Данилова А.И.	95
ТЕНДЕНЦИИ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ)	Васильев Н.П., Барашкова К.Д.	97
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ВОДНОЙ СРЕДЫ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНА- ПОДВОДНИКА	Васильева Е. И., Клепцова Т. Н.	99
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ БРОСКА МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ 8 КЛАССА)	Васильев Н.Б., Манасытгова М.А.	100
УГЛУБЛЕННОЕ РАЗУЧИВАНИЕ ЭЛЕМЕНТА «ПЕРЕЛЕТ ТКАЧЕВА» НА ПЕРЕКЛАДИНЕ ГИМНАСТАМИ 12-14 ЛЕТ	Васин А.А., Васина Л.Р.	103

ФИЛОСОФИЯ МАС - РЕСТЛИНГА И СОВРЕМЕННОСТЬ	Винокуров Е.Г., Рахматуллин М.В.	106
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА - ИДЕАЛ МОЛОДЕЖИ	Винокуров Е.Г., Бюлтясов А.Ф.	108
ЦЕННОСТЬ, КАК ФИЛОСОФСКАЯ КАТЕГОРИЯ	Винокуров Е.Г., Сидоров Р.Р.	110
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ	Власова С. Г., Данилова А.И.	112
VOLUNTARY SPORTS ACTIVITIES OF TEENAGERS	Garipova A.N.	114
SPORTS EFFECT ON PERSONALITY FORMATION	Garipova A.N.	116
ПЕРСПЕКТИВА ВКЛЮЧЕНИЯ ВИДА СПОРТА «САМБО» В ПРОГРАММУ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР	Гарник В.С., Бумарскова Н.Н.	118
РАЗВИТИЕ СИЛЫ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ	Гузь С.М.	121
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ БОКСОМ НА ОБЩУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПОДРОСТКОВ 12-14 ЛЕТ	Гузь С. М.	124
ВНЕДРЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ	Гуляева С.С., Гуляев С.П.	127
ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)	Гуляева С.С., Сыроватская А.Ф.	130
ВЛИЯНИЕ МОБИЛЬНЫХ ЭЛЕКТРОННЫХ УСТРОЙСТВ НА ЧЕЛОВЕКА	Гурьев С.В.	134
ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ, СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ	Гурьев С.В.	137
МОБИЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ И УЧЕБНИКИ БУДУЩЕГО	Гурьев С.В.	140
МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ	Давлетшин Т.А., Раузетдинова Г.А.	142
НОРМАТИВНО - ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА (ВОЛОНТЕРСТВА) В РОССИИ	Данилова П., Алексеева Г. Г.	145
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ СТРЕЛКОВ ПУЛЕВИКОВ ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	Дьяконов Г. А., Логинов В.Н.	147
КОЛЛАЖ КАК СПОСОБ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ	Дьячковская О.Д., Макарова Т.А.	149
ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДИКИ КРОССФИТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	Давыдов Е.Н., Сивцев Н.Н.	152
ВОЛОНТЕРЫ МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР «ДЕТИ АЗИИ»	Ефремова Л. С., Алексеева Г. Г.	155
ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И СЕНСОМОТОРНЫХ ФУНКЦИЙ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ	Елисеев Дь. П., Черкашин И.А.	157
ВЗАИМОСВЯЗЬ ОПОРНО-РЕССОРНЫХ СВОЙСТВ СТОПЫ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ	Елисеев Дь. П., Черкашин И.А.	160
СПЕЦИАЛЬНЫЕ СИЛОВЫЕ ТРЕНИРОВКИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, В ВОЗРАСТЕ 12 - 16 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ МАС-		

РЕСТЛИНГОМ	Жирков И.В. Борохин М.И.	163
ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОРОЛЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ МАЛЬЧИКОВ 5-6 ЛЕТВ ПРОЦЕССЕ ИГРЫ		
	Жиркова А.Н.	166
НЕТРАДИЦИОННЫЕМАТЕРИАЛЫДЛЯРАЗВИТИЯДОШКОЛЬНИКА		
	Жукова А. И., Манасыгова М.А.	169
КОРРЕКЦИЯ ОСАНКИ В ПРОЦЕССЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ У ЛЮДЕЙ С АМПУТАЦИЕЙ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ		
	Журавский А. Ю., Бодяков М.И.	172
РАСПРЕДЕЛЕНИЕ НАГРУЗКИ В ГОДИЧНОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ЦИКЛЕ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАЙДАРЧИЦ		
	Журавский А. Ю., Шантарович В.В.	175
ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ МУЖЧИН В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ		
	Журавский А. Ю., Каллаур Е.Г., Шантарович В.В.	178
РОЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ		
	Заметаева А.О.	182
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР И ИГР С ОБЩЕФИЗИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ПО БОРЬБЕ		
	Захарченко Д.Д., Захарченко О.А.	184
ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПОПУЛЯРНЫМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ МЕТОДИКАМ		
	Зыкун Ж. А., Кривошей Н.Н	186
ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК СРЕДСТВО ПРИВЛЕЧЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ		
	Иванов В.А., Сентизова М. И.	189
РАЗВИТИЕ СВЯЗНОЙ РЕЧИ ПОСРЕДСТВОМ БУМАГОПЛАСТИКИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	Иванова Л.П.	192
АНАЛИЗ МЕНЕДЖМЕНТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БАСКЕТБОЛА В РОССИИ		
	Иванов А.Е., Пономарева М.С.	195
САМОДЕЛЬНЫЕ ИГРУШКИ В РАЗВИТИИ И ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ		
	Иванова К. А., Манасыгова М.А.	197
РАЗВИТИЕ МУЗЫКАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВАМ МУЗЫКАЛЬНО ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР		
	Иванова Л.В., Манасыгова М.А.	200
СПОРТИВНЫЕ ВОЛОНТЕРЫ ПО ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ		
	Иванова Т. Д., Алексеева Г. Г.	202
«ЛЭПБУК» - КАК ВИД СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЗРОСЛОГО И ДЕТЕЙ		
	Карбаканова М.М., Аянитова Н.И., Павлова Н.С., Чемпина Я.В., Манасыгова М.А.	204
РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У СТРЕЛКОВ ИЗ БЛОЧНОГО ЛУКА ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ		
	Кириллина Ж.И., Филатов М.М.	206
ВОЗДЕЙСТВИЕ ЗАНЯТИЙ СТЕП-АЭРОБИКОЙ НА ОРГАНИЗМ ДЕТЕЙ		
	Ключко Н.В.	208
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ ЕГО НАРУШЕНИЯ		
	Кобец Е.А., Костырко М.Ф.	211
ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ		
	Козин С.В.,	213

ОБОСНОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ МНОГОДНЕВНОГО ТУРИСТИЧЕСКОГО ПЕШЕХОДНОГО ПОХОДА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА (НА ПРИМЕРЕ СРЕДНЕКОЛЫМСКОГО УЛУСА РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ))	Колесов Ф.Ф., Гуляев П.Д.	216
ОРГАНИЗАЦИЯ ПОХОДОВ ВЫХОДНОГО ДНЯ КАК СРЕДСТВО ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ))	Колесова А.М., Колодезникова С.И.	218
СРЕДСТВА И МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	Колодезников И.В., Данилова А.И.	222
ВЛИЯНИЕ АНАБОЛИЧЕСКИХ СТЕРОИДОВ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНА	Конон А.И., Зыкун Ж.А.	225
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ	Коркин Е.В.	228
ЖИЗНЕУТВЕРЖДЕНИЕ В КОНТЕКСТЕ СОЦИАЛЬНОЙ БИОЭТИКИ	Наталья С.К., Мариям Р. А.	232
СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ДЕФОРМАЦИИ ПРИ НАРКОМАНИЯХ	Корчагина Н. С., Арпентьева М. Р.	235
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ	Кучепева И.Л., Крамарь В.С.	239
ВНЕДРЕНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ФОРМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ В ДОУ	Кривошапкина М.В., Манасьгова М.А.	240
ПРОБЛЕМА МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА	Крюков И.Г., Милютина Н.А.	244
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНЫМ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ С ПРИМЕНЕНИЕМ ФИТБОЛ-АЭРОБИКИ	Крюков И.Г., Онуфриенко Н.С., Сендецкая Л.В.	246
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ	Кудрина У.В., Борисова У.С.	248
СПЕЦИФИКА ФОРМИРОВАНИЯ ОПТИМАЛЬНОГО БОЕВОГО СОСТОЯНИЯ	Кузнецова О.В., Ахатов А.М.	252
КАДЕТЫ БАТАРИНСКОЙ СОШ ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ФЕДОРА КУЗЬМИЧА ПОПОВА МЕГИНО-КАНГАЛАССКОГО УЛУСА	Кузьмин Н.В., Алексеев В. Н.	254
ЗНАЧЕНИЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЫ ХУРЕШ ДЛЯ ТУВИНСКОГО НАРОДА	Куулар А.М., Кузьмина А.Н.	255
ФОРМИРОВАНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	Кузьмина А.Н., Попова Нь. Н.	257
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	Курчатова М.Н., Манасьгова М.А.	261
ПРИМЕНЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИЛЫ ХВАТА КИСТИ РУК У МАС-РЕСТЛЕРОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	Кычкин Л.П., Данилова А.И.	263
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМУ «СТОЙКА» В МАС-РЕСТЛИНГЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ	Кычкин П.Н. Заболоцкий Д.В.	265

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ НА ФОРМИРОВАНИЕ, СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ	Лалетина Е. В., Люлина Н. В.	267
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ АСОЦИАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ	Лапицкая Л.А.	270
ВЕСЁЛЫЕ ПАЛЬЧИКИ	Лебедева М.Н.	272
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ПОСРЕДСТВОМ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЕВОЧЕК 10-11 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ	Левицкая А. В, Заячук Т.В.	275
ЗНАЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ СПОРТСМЕНОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ	Лёвкин А.С.	278
НАУЧИТЬ ПЛАВАТЬ МОЖНО ВСЕХ	Лисаевич Е.П., Бусел Т.А.	280
СПОРТИВНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ	Лозовая М.А., Красько А.А.	283
ПРОБЛЕМЫ БОЛЬШОГО СПОРТА. КРИЗИС ПЕРЕХОДЫ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ	Лозовая М.А., Лозовой А.А.	288
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ	Лозовая М.А., Лозовой А.А.	291
БОРЬБА СО СТРАХОМ ПРИ ПОМОЩИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	Лозовая Т.А. Лозовой А.А.	293
ВЗАИМОПОНИМАНИЕ ТРЕНЕРА ПО ЛЕГКОЙ АЛЕТИКЕ С ЮНЫМИ СПОРТСМЕНАМИ	Луковцева М.М., Шадрина О.В.	296
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В РАМКАХ РАБОТЫ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Любова Е.В., Шестерина И.Е., Завьялова И.Н., Пронина Н.В., Михайлова С.В., Опарина С.А.	299
ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ГАНДБОЛИСТОК НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА АДАПТАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ ОРГАНИЗМА	Маджаров А.П., Бондаренко К.К.	302
ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, НА ПРИМЕРЕ НКО «ХАРЫСХАЛ» С. ЧУРАПЧА	Макарова М.А., Алексеева Г.Г.	305
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО «ЭЙГЭ БАРГАТА» НА РАЗВИТИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ РЕБЕНКА	Макарова П.Е., Манасьгова М.А.	308
УПРАЖНЕНИЯ С ОТЯГОЩЕНИЯМИ ПРИ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ ХАПСАГАИСТОВ	Максимов П.Е., Данилова А.И.	311
ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ С ПОМОЩЬЮ ТЕХНОЛОГИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО БИОУПРАВЛЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРИНЦИПА БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ (БОС) С 3-Х ЛЕТ	Манасьгова М.А., Бегчитова Л.А.	312
ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО И ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ МОЛОДЫХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	Мартинович С.В., Захарченко Д.Д.	314
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРИЕМОВ В ПАРТЕРЕ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ	Матвеев М.М. Данилова А.И.	316

СПОРТ КАК МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА	Мертикова Е.С., Гарипова А.Н.	319
ДИНАМИКА ФИЗКУЛЬТУРНОЙ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ ГУО «СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ЛИЦЕЙ ПРИ УНИВЕРСИТЕТЕ ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ МЧС РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ»	Метелица А. Н.	320
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ АКТУАЛИЗАЦИИ ПОТРЕБНОСТИ-ЦЕННОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗНАНИЯХ	Метелица А. Н.	323
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	Неделько А.Н., Воробьева А., Окипнев В.	326
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ КАК ОСНОВА УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМИ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМИ НАГРУЗКАМИ ДЛЯ МАС - РЕСТЛЕРОВ	Никифоров А.А., Алексеев В.Н.	328
РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ В ДОУ (НА ПРИМЕРЕ РАБОТЫ КРУЖКА ОРИГАМИ «ВОЛШЕБНЫЙ КВАДРАТ»)	Никифорова В.И., Данилова А.И.	330
ПРОБЛЕМЫ ПЕРЕВОДЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ПРИ ПЕРЕВОДЕ ИМЕН, СПОРТИВНЫХ ТЕРМИНОВ, НАЗВАНИЙ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ОБЪЕКТОВ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К УНИВЕРСИАДЕ 2019	Никишкин В.А., Лазарева Е.А., Бумарскова Н.Н., Гарник В.С.	332
ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ СИСТЕМЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ЦЕНТРАХ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ	Новгородова Н.Н., Гуляева С.С.	335
ОПТИМИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ АЭРОБИКИ	Обутова С.С., Коркин Е.В.	337
ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ	Осиченко Е.Д., Добровольская Н.А., Черняк О.П.	340
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ШАРИКОВ МАРБЛС В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК	Павлова А.Д., Манасытова М.А.	343
ЧЕМПИОН СВОЕЙ СУДЬБЫ!	Нохтунская В.А.	345
ВЛИЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ СТРЕЛЬНИКОВОЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ	Палашенко М.Ю., Захарченко О.А.	349
ОЗНАКОМЛЕНИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СО СВОЕЙ РОДОСЛОВНОЙ	Парфенова Т.Н., Данилова А. И.	350
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	Паршикова М.О., Манжелей И.В.	353
ЗНАЧИМЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ	Платонова Л.Л., Криворученко Е.В.	356
ГОСУДАРСТВЕННОЕ УПРАВЛЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В РОССИИ: НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ	Преловский А.А.	358
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ ПРИ ПОМОЩИ ЭЛЕМЕНТОВ БОРЬБЫ «ХАПСАГАЙ» ДЛЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП (СОГ) В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЕ		

	Петров А.А.	361
ПРОЕКТ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ «УЧИМСЯ ЖИТЬ ВМЕСТЕ»		
	Петрова Л.С., Алексеева Г.Г.	364
СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЛУЧНИКОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ПРИ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ЛУКА		
	Петрова Н.Д., Филатов М.М.	366
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ И ИХ ОТНОШЕНИЕ К ВСЕРОССИЙСКОМУ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ КОМПЛЕКСУ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»		
	Погадаева А.Я.	370
КАПСУЛЬНЫЕ ОТЕЛИ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ МОЛОДЕЖНОГО ТУРИЗМА		
	Подмаркова И.П.	372
КОНСТРУИРОВАНИЕ ИЗ БРОСОВЫХ МАТЕРИАЛОВ В УМЕЛЫХ РУЧКАХ		
	Попова Л.Е., Манасьгова М.А.	375
КОМПЬЮТЕРНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ		
	Потапов Р., Шадрин О.В.	377
ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В МАС-РЕСТЛИНГЕ НА НАЧАЛЬНОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	Пугачев Ф.Г., Логинов В.Н., Сыроватская А.Ф.	380
РЕАКРЕЦИОННЫЙ ТУРИЗМ КАК СОВРЕМЕННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ		
	Пудовкин В. В., Клепцова Т. Н.	382
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ И РЕАКТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА)		
	Попова М.В.	386
АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	Павлов П.И., Торговкин В.Г.	389
РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ С ПОМОЩЬЮ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 12-14 ЛЕТ		
	Петров И.А., Сивцев Н.Н.	391
РОЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА УЧЕБНЫХ ПРАКТИКАХ СТУДЕНТОВ ЛЕСОТЕХНИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ И СОВРЕМЕННЫЕ ПРОТИВОРЕЧИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗАХ		
	Радченко Д. Г.	394
ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ И АДАПТАЦИЯ ЕЁ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ		
	Радченко Д. Г.	396
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ - ПУТЬ К РЕАЛИЗАЦИИ НАПРАВЛЕНИЯ СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ		
	Распопова Н.И.	398
ИГРА КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ВОДОБОЯЗНИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИИ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА		
	Рябинина Е.П., Григорьева Д.В.	401
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В БАДМИНТОНЕ И ТЕННИСЕ		
	Сарваров Н.А., Гарипова А.Н.	403
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИКТ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ		
	Седалищева Е.И., Манасьгова М.А.	405

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО	Семенова В. В., Макарова Т.А.	408
САХАВАБОЛ – НОВЫЙ ИГРОВОЙ ВИД СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ).	Семенов М.Д., Гуляев П.Д.	411
РОЛЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ	Сентизова М. И., Лазарева А. В.	414
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УСЛОВИЕ ВОСПИТАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ (на примере учащихся среднего школьного возраста)	Сидоров Р.Р., Винокуров Е.Г.	416
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ТРЕНИРОВОК НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И ВЫНОСЛИВОСТЬ УЧАЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ БАСКЕТБОЛА НИУ МГСУ	Скрипниченко Е.В.	417
ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ИЗМЕНЕНИЯ НЕГАТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	Скрипниченко Е.В.	419
МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ЖЕНЩИН ЗАНИМАЮЩИХСЯ МАС-РЕСТЛИНГОМ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ	Слепцова Т.П., Адамова Л.К.	421
ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА «ЛЕПЕСТОК»	Смирникова С. С., Николаева Д. Ф., Макарова Т.А.	424
ВЛИЯНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА РАСКЛАДКУ ПРЫЖКОВЫХ ЦИКЛОВ “КУОБАХ” У ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЯКУТСКИМИ ПРЫЖКАМИ	Собакин П.И., Лебедева Е.В.	427
РОЛЬ ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ПРИМЕРЕ ВПК «ДАРХАННАР» МБОУ «ЧУРАПЧИНСКОЙ СОШ ИМ. С.А. НОВГОРОДОВА»	Соловьев Д.П., Алексеев В. Н.,	429
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНТЕЛКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	Спивак Ю.П., Годз Л.А., Ясько Г.В.	433
СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СКАЛОЛАЗАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ)	Спиридонов А.И., Пономарева М.С.	436
ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	Стручкова Р.М., Манасьгова М.А.	439
ГРУППЫ СПОРТСОВЕРШЕНСТВОВАНИИ: ЗНАЧИМОСТЬ И ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ НА СТУДЕНТОВ	Съёмов С.Г.	442
СМИ – КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ СИСТЕМАТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ НАСЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ	Сыроватская А.Ф., Данилова А.И.	444
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТЕЙ ВОЛОНТЕРСТВА	Сыромятникова С.Е., Алексеева Г.Г.	447
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ	Торопова М.Г., Кучешева И.Л.	449
ПОВЫШЕНИЕ РОЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	Трищина Т.И., Филимонова Н.И., Шило О.В.	451
ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ПОДРОСТАЮЩЕЕ ПОКОЛЕНИЕ	Трофимова Э.Д., Лапыгина О.В.	453

КРОССФИТ В ПОВЫШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ	Тукайнова А.В.	455
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ (НА ПРИМЕРЕ 100 М) СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ТУВГУ В ПЕРИОД 2010-2015г.г.	Уварова А.А., Уваров В.В.	459
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ТУВИНСКИМ НАРОДНЫМ ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ(на примере общеобразовательных школ Республики Тыва)	Уварова А.А., Уваров В.В.	462
ИЗУЧЕНИЕ МОТИВОВ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ», ПРОФИЛЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	Умнов В.П., Вахитов Д.У.	464
ПСИХИЧЕСКИМ И СТРЕССОВЫМ СОСТОЯНИЯМ	Ушаков А.В., Фалькова Н.И.	467
ПСИХИЧЕСКАЯ РЕГУЛЯЦИЯ И АДАПТАЦИЯ СПОРТСМЕНА К ДОВРАЧЕБНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГРАВИТАЦИОННОМ ШОКЕ, ОРТОСТАТИЧЕСКОМ КОЛЛАПСЕ И ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКОМ СОСТОЯНИИ У СПОРТСМЕНОВ	Ушаков А.В.	470
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ МИОПИИ ГЛАЗ СЛАБОЙ СТЕПЕНИ	Ушаков А.В., Фалькова Н. И.	472
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СИСТЕМНОЙ ДИАГНОСТИКИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	Фалькова Н. И.	474
РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ РИСОВАНИЯ И ИГР НА СВЕТОВОМ СТОЛЕ	Федорова Е. К., Макарова Т.А.	476
ПРОБЛЕМЫ ТРУДОУСТРОЙСТВА МОЛОДЕЖИ: КАДРОВЫЙ ПОТЕНЦИАЛ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)	Федорова К.Н., Алексеева Г. Г.	479
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОГО ТУРИЗМА	Федорович Е.А., Химаков В.В.	482
СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА	Федотенко Г.В.	485
ОЗДОРОВЛЕНИЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ	Федотенко Г.В.	487
ВЗАИМОСВЯЗЬ МОТИВАЦИИ И УСТАНОВОК В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНА	Федотенко Г.В.	491
РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ ФОРМИРОВАНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ У СПОРТСМЕНОВ-ЛУЧНИКОВ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ (УРОВНЯ) ПОСРЕДСТВОМ ТРЕНИРОВКИ БАЛАНСА НА ТРЕНАЖЕРАХ	Федотов Н.А.	494
ОБЗОР РЕЗУЛЬТАТОВ ПОСТАВЛЕННЫХ ЛЕГКОАТЛЕТАМИ РС (Я) НА МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГРАХ «ДЕТИ АЗИИ»	Феофанов Х.Е.	496
ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ РУКОБОРЦЕВ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	Филимонова Н. И., Трищина Т. И., Шило О. В.	499
«СОЗДАНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ ДИСЦИПЛИН В СИСТЕМЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ MOODLE»	Хадиуллина Р.Р.	502

АВТОРСКИЙ ОПЫТ: КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ТЕМЕ СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВА РАЗВИТИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЫ «ХУРЕШ»	Хертек Р.М., Саая М. А.	504
КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ БИОДИНАМИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ГРЕБКА В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ	Хихлуха Д.А.	507
ТРЕНИРОВОЧНАЯ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЮНЫХ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ	Хихлуха Д.А.	509
ВЛИЯНИЕ НАГРУЗОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ НЕРВНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ У ЮНЫХ ГРЕБЦОВ	Хихлуха Д.А.	511
БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ ДВИЖЕНИЯ ГРЕБЛИ НА БАЙДАРКЕ	Хихлуха Д.А., Бондаренко К.К., Бондаренко А.Е.	514
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ 12-15 ЛЕТ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ	Христофоров А.А., Данилова А.И.	517
ТИПЫ УПРАЖНЕНИЙ ЙОГИ И МЕХАНИЗМЫ ИХ ВЛИЯНИЯ НА ОРГАНИЗМ ЗАНИМАЮЩИХСЯ	Чередник Т.А.	518
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА ХАТХА-ЙОГА	Чередник Т.А.	521
ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	Чикун А.Ю., Чикун Д.А.	524
MEDICAL AND BIOLOGICAL SUPPORT OF ATHLETES OF THE RUSSIAN NATIONAL CANOE SPRINT TEAM	Shamshurin K.A., Volchkova V.I.	526
ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ИМИДЖ ВУЗА	Шараборина В.Д., Алексеева Г.Г.	528
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	Шарикало Н.А.	530
ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ	Юрошкевич Е.В., Юрошкевич А.В.	533
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: СОЦИАЛЬНО- ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ	Яковлев А.Н., Стадник В.И., Кравчинин А.А.	536