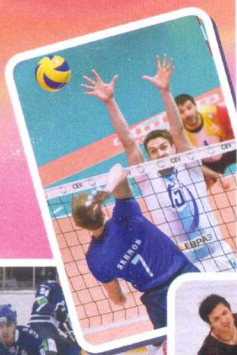




**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ  
СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА**



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ СПОРТА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ  
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ  
МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
СМОЛЕНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
СМОЛЕНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ  
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ  
СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОГО  
ВОЗРАСТА**

**Сборник научных трудов**

*Международной научно-практической конференции*

**Москва-Смоленск, 2013**

УДК 796: 37.063

ББК 77

А 245

**Редакционная коллегия:**

д.б.н., проф., член-корр. РАО В.К. Бальсевич; д.п.н., проф., засл. раб. высш. школы РФ В.П. Губа (ответственный редактор); к.п.н., доц. Д.В. Губа; д.п.н., проф. Г.Н. Германов; д.п.н., проф. В.А. Ермаков; нач. гл. управл. спорта Смоленской области Э.М. Заенчковский; д.п.н., проф. П.В. Квашук; к.п.н., доц. И.В. Кулищенко; д.м.н., проф. Т.И. Легонькова; к.п.н., доц. М.С. Леонтьева; д.п.н., проф. Л.И. Лубышева; к.м.н., доц. В.В. Маринич; к.п.н., проф. Т.В. Михайлова; д.п.н., проф. член-корр. РАО С.Д. Неверкович; д.п.н., проф. В.Г. Никитушкин; д.п.н., проф. В.А. Родионов; д.п.н., проф. А. Скрипко; д.п.н., проф. А. Стула; к.п.н., доц. А.Н.Хорунжий (ответственный редактор); д.п.н., проф. Н.Н. Чесноков.

**A245 Актуальные вопросы профессиональной подготовки высококвалифицированных спортсменов различного возраста: сборник научных трудов Международной научно-практической конференции / под общ. ред. д.п.н., проф. В.П. Губы, к.п.н., доц. Хорунжего А.Н. г. Москва-Смоленск, 23 — 24 декабря 2013 г. — 340 с.**

ISBN 978-5-91812-068-2

В сборник научных трудов Международной научно-практической конференции, посвященные актуальным вопросам профессиональной подготовки высококвалифицированных спортсменов различного возраста России, стран СНГ и Польши. В преддверии Олимпийских игр в Сочи раскрывая сущность основных направлений в совершенствовании системы подготовки высококвалифицированных спортсменов в различных видах спорта, в большей степени акцентируя внимание на Олимпийских видах спорта.

В сборник вошли материалы исследований ведущих отечественных (Москва, Санкт-Петербург, Волгоград, Владивосток, Смоленск, Тула, Брянск, Воронеж, Малаховка, Сочи, Коломна и др.) и зарубежных (Минск, Пинск, Гродно, Краков, Гожув, Ополе, Познань) специалистов по данной тематике.

Сборник научных трудов адресован широкому кругу специалистов занимающихся вопросами оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов различного возраста, а также аспирантам и студентам обучающихся в специализированных вузах и факультетах физической культуры.

© Главное управление спорта Смоленской области

© Смоленское государственное училище олимпийского резерва

## ОЦЕНКА ОТНОШЕНИЯ К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ УЧАЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО СОЦДУМА

Маринич Т.В.

*Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь*

Здоровье – важнейшее состояние человека, основа его жизнедеятельности, материального благополучия, трудовой активности, творческих успехов, долголетия. Здоровье человека отражает уровень жизни и благополучия страны, непосредственно влияет на производительность труда, экономику, обороноспособность, нравственные принципы общества, настроение людей. Одновременно уровень здоровья зависит от социально-экономических, материально-технических, санитарно-гигиенических условий; экологии, культуры, образования, здравоохранения, науки, образа жизни, питания и главное – от уровня двигательной активности человека (Ю.В. Сысоев, 2001).

При этом необходимо понимать, что здоровье – это комплексное социально-биологическое понятие. Имеется немало его определений. Для детского тренера или преподавателя физической культуры особенно важно, что здоровье нельзя рассматривать только как нормальную структуру и функционирование органов и систем, отсутствие жалоб и болезненных проявлений. Не менее важным его критерием являются адаптационные реакции и возможности организма. Здоровый человек – это, прежде всего тот, кто адекватно, без болезненных проявлений приспосабливается к повышенным требованиям окружающей среды, способен в новых условиях полноценно выполнять свои биологические и социальные функции. Приведенным критериям соответствует и определение принятое Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ): «Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов».

Двадцатый век внес существенные изменения в здоровье человека. С одной стороны, научно-технический прогресс, развитие медицинских наук, культуры и образования – позволили бороться с рядом ранее считавшихся неизлечимыми болезней и предупреждать их; с другой стороны, изменился весь образ жизни человека – что создало новые опасности для его здоровья. Если в прошлые века миллионы жизней уносили инфекции, то сегодня это, главным образом, сердечно-сосудистые, нервно-психические, онкологические, метаболические, аллергические, иммунные заболевания. Сейчас сердечно-сосудистыми заболеваниями страдает почти четверть населения планеты; смертность от них составляет почти 50% всех случаев (Р.Г. Оганов, Ю.П. Лисицын, 2002). Увеличивается смертность среди мужчин трудоспособного возраста, на долю инфарктов миокарда у лиц сравнительно молодого возраста приходится уже более 10 %. Значительно раньше стали появляться и атеросклеротические изменения сосудов; по данным известного кардиолога Е.И. Чазова, такие изменения в аорте и коронарных сосудах сердца обнаруживаются даже в возрасте 10 – 15 лет. Увеличилось количество физиологически незрелых новорожденных, детей с наследственными болезнями, умственными и физическими отклонениями.

Изучая состояние здоровья населения в ряде индустриально развитых стран мира, ВОЗ выделила «факторы риска» – причины, способствующие развитию различных заболеваний. Среди них основное значение имеют: высокие темпы

современной жизни, нервное перенапряжение и стрессы, избыточное загрязнение почв, воздушной и водной среды, алкоголизм, курение, наркомания, появление новых болезнетворных факторов: радиация, промышленные и транспортные отходы, заражение продуктов питания, несбалансированная диета и связанное с этим ожирение, значительное снижение двигательной активности человека. Поэтому актуальная социальная задача современного общества оздоровление населения, усиление профилактических мер по предупреждению заболеваний, обострения патологий и ослабления организма. При этом необходимо понимать, что большинство факторов, определяющих состояние здоровья современного человека, относится к образу жизни.

Движение – биологическая потребность организма, самый естественный регулятор и стимулятор жизнедеятельности. В процессе антропогенеза, наш организм формировался в постоянном движении, но в современных условиях доля мышечных усилий в режиме жизни человека уменьшилась до 10% (т. е. на 90% меньше), что особенно опасно на фоне нервно-психических напряжений, возросшей умственной нагрузки и обработки огромнейшего потока различной информации. Энерготраты человека резко уменьшились и, по данным ВОЗ, находятся в большинстве случаев, на грани необходимого для поддержания нормального уровня жизнедеятельности.

Восполнить этот дефицит могут только регулярные занятия физическими упражнениями. Многочисленными работами отечественных и зарубежных врачей (Н.М. Амосов, 1987; Н.И. Брехман, 1987; А.Г. Дембо, 1988; Д. Чопра, 1990; К. Купер, 1976, 1989; Е.Г. Мильнер, 1991, 1998, 2000; В.И. Дубровский, 1999), биологов (И.В. Проховец, 1987, 1989; В.К. Волков, 1996; Н.А. Фомин, Ю.Н. Вавилов, 1991; А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб, 2001; А.В. Ромашов, 2000, 2003; В.К. Бальсевич, 2000), психологов (М. Аргайл, 1990; И.П. Ильин, 2002; В.А. Сонин 2008) педагогов (Т.С. Лисицкая, 1987; В.Г. Семенов, В.И. Костюченко, 1993; М.Я. Виленский, 1999; В.П. Губа, 2002) и исследователей (В.И. Ильинич, 1987; Л.Ш. Алциаури, 1990; В.Н. Селуянов, Е.Б. Мяцинченко, 1994) научно доказано и обоснованно, что физически тренированные люди реже заболевают, у них легче и быстрее протекают заболевания, с меньшим числом осложнений и дней потери трудоспособности. Отмечено снижение сердечно-сосудистых заболеваний, инвалидности и смертности от них; повышенная устойчивость к простудным и инфекционным заболеваниям, гипоксии, гипер и гипотермии, переутомлению; уменьшение отклонения физического развития детей, медленнее идут процессы старения (В.К. Спиринов, 2001, В.Н. Скулачев, 2008).

Поэтому общая заболеваемость и потеря трудоспособности, у регулярно занимающихся физическими упражнениями в 2 – 3 раза меньше, чем у не занимающихся, эта категория населения значительно реже обращается за медицинской помощью.

Оздоровительный эффект физических упражнений основан на тесной взаимосвязи работающих мышц с нервной системой, обменом веществ, функционировании внутренних органов. При регулярном и систематическом выполнении упражнений посредством моторно-висцеральных рефлексов оптимизируется регуляция всех систем и органов организма человека. Улучшается обмен веществ, доставка и использование кислорода органами и тканями, снижается содержание холестерина и атерогенных липидов (способствующих развитию атеросклероза), эффективнее выводятся из организма продукты распада,

наблюдается экономизация деятельности дыхательной, сердечно-сосудистой, энергетической, теплообменной и других функций.

Умеренные нагрузки вызывают меньшее напряжение функциональных систем. В свою очередь при больших нагрузках тренированный организм способен к более эффективной мобилизации своих резервных возможностей, уменьшению энергетической стоимости выполненной работы и более быстрому восстановлению.

Весьма значима, психологическая разгрузка и зарядка, с которой связаны занятия оздоровительными физическими упражнениями.

В результате оздоровительных мероприятий повышаются иммунная функция организма, пролонгируется активное состояние, физическая и умственная работоспособность.

Недостаток двигательной активности (гипокинезия) вызывает ухудшение деятельности функций организма, снижает его сопротивляемость болезням и утомлению, увеличивает опасность воздействия «факторов риска» современной жизни, ухудшает физическое и психическое состояние человека.

Примерно 30 – 50% населения нашей страны ведут малоподвижный образ жизни, еще 20 – 30% имеют недостаточный уровень нагрузок для физического развития и поддержания здоровья. Регулярно занимается оздоровительными физическими упражнениями и спортом лишь небольшая часть населения, следовательно, можно констатировать, что двигательная активность большинства людей явно недостаточна.

Оздоровительное значение физической активности значимо на всех этапах жизни человека. При этом надо иметь в виду, что рост и развитие организма продолжается до 20–25 лет. 25–40 лет – это период расцвета возможностей организма; с 40–50 лет начинается постепенное снижение его возможностей, которое наиболее быстро и явно протекает в 50–60 лет (Т.Ф. Абрамова, П.В. Квацук, 1998). Относительная стабильность двигательной функции наблюдается у мужчин до 45–50 лет, у женщин до 30–40 лет (Т.Ф. Абрамова, 1998).

Такая динамика естественно-биологических возможностей организма предопределяет и характерные особенности спортивно-оздоровительных воздействий: до 35–40 лет развивающую, а в последующие возрастные периоды поддерживающую и сохраняющую здоровье направленность (К.Н. Адамсон, 1990).

Дефицит движений особенно опасен в периоде роста и формирования организма. Значительная часть современных дошкольников, школьников и студентов имеют различные хронические заболевания, а их физическое развитие и физическая подготовленность часто не соответствуют возрастным нормам (В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов, 1987; Г.Л. Аланасеко, 1992). В то же время регулярные физические нагрузки оздоровительной направленности стимулируют ростовые процессы, способствуют гармоничному развитию, предупреждают нарушение осанки и плоскостопие, повышают работоспособность (см. рисунок).

Длительное пребывание школьника за партой и неправильная при этом поза, сопровождается большой статической нагрузкой на определенные группы мышц, застою крови в органах малого таза и нижних конечностях. Низкий наклон над партой (столом) сдавливает внутренние органы, затрудняет работу сердца, ухудшает кровообращение и питание мозга. Только целенаправленные физические упражнения способны корректировать и устранять такие неблагоприятные воздействия (А.И. Бабрина, 1982; В.С. Беляев, 1995).

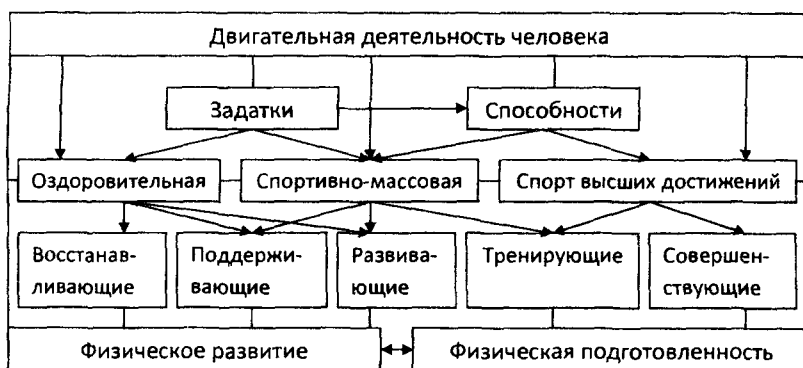


Рис. 1. Виды и направленность двигательной деятельности человека

У регулярно занимающихся физическими упражнениями школьников, по сравнению с физически пассивными детьми, выше показатели физического развития, выраженные в больших темпах прироста за год, меньшей заболеваемости, более оптимального переноса возрастных изменений организма в период полового созревания (Л.В. Волков, 1981).

**Заключение.** Упущения в физическом воспитании детей в дальнейшем восполняются с большим трудом, либо необратимы, поскольку именно детский возраст наиболее благоприятен для развития двигательной функции и физических качеств, приобретения жизненно важных знаний, умений, навыков. Именно в это время закладываются основы будущего здоровья, работоспособности и долголетия человека. При этом следует учитывать, что занятия только на уроках физической культуры в школе удовлетворяют потребность в движении у детей лишь на 30 – 50 % и дополнительные занятия оздоровительной направленности во внеучебное время актуальны и необходимы.

Взрослому человеку оздоровительные занятия необходимы для предупреждения заболеваний, устранения их последствий и ликвидации «слабых компонентов» в организме, расширения функциональных возможностей, повышения физической подготовленности и работоспособности, оптимизация жизненного тонуса и увеличения психологической толерантности. Это совершенно не исключает совершенствования двигательных способностей и удержания их на высоком уровне активной жизнедеятельности. Причем, это относится не только к лицам умственного труда (как часто считается), но и тех, кто занят любым физическим трудом – необходимо переключения на иной вид деятельности, разгрузки постоянно работающих групп мышц, смены интенсивности и направленности физической нагрузки.

В период старения занятия физическими упражнениями способствуют предупреждению свойственных возрасту заболеваний, снижения работоспособности, сохранению жизненно важных умений и навыков. Многими научными работами показано, что можно успешно противостоять преждевременному старению правильно подобранными физическими упражнениями.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Вступительное слово</b> .....	8
<b>Антипов А.В.</b> Анализ соматических характеристик юных футболистов 12-16 лет ..9	
<b>Афонасьев С.Л.</b> Эффективность лично ориентированной методики физической реабилитации при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника .....	15
<b>Афтайкии В. С.</b> Дифференцированный подход к оценке физических качеств юных черлидеров .....	18
<b>Бальсевич В.К., Лубышева Л.И.</b> Теоретико-методические основы формирования здорового образа жизни подрастающего поколения в образовательных учреждениях России .....	20
<b>Барков В.А., Карпович Т.Я.</b> К развитию мелкой моторики у детей с нарушениями зрения средствами адаптивной физической культуры .....	25
<b>Барков В.А., Баркова В.В., Войтишкин В.Л, Кулешов В.И.</b> Анализ причин нарушения физического здоровья студентов .....	28
<b>Браташова Р.В., Родионов В.А.</b> Проблема адаптации студентов-первокурсников в период обучения в вузе .....	31
<b>Васильев Г.Ф.</b> Системное использование утяжелений в спортивной практике .....	33
<b>Вершинин М.А., Вандышев С.В.</b> Особенности спортивного отбора в тхэквандо на основе морфофункциональных показателей .....	37
<b>Вершинин М.А., Финогенова Н.В.</b> Основы методики обучения детей дошкольного возраста подвижным играм с элементами спорта .....	41
<b>Воробьева О.В.</b> Сохранение и укрепление здоровья в условиях образовательной среды колледжа .....	46
<b>Герасев А.В., Ермаков В.А., Шашков К.А.</b> Теоретическая схема интегративного подхода к организации спортивной тренировки юных футболистов .....	49
<b>Германов Г.Н., Ретюонских М.Е., Машошина И.В.</b> Организация двигательной деятельности учащихся подготовительной медицинской группы на уроках физической культуры с использованием двигательных заданий .....	53
<b>Гордиенко Н.Д.</b> Требования к профессионально-прикладной физической подготовленности студентов среднего профессионального образования в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения .....	58
<b>Гришаненко А.Ю.</b> Развитие двигательной культуры у девочек 5-6 лет на занятиях по художественной гимнастике .....	62
<b>Губа В.П., Маевский К.В.</b> Качественные показатели игровой деятельности юных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (футзале) .....	65
<b>Губа В.П., Маринич В.В.</b> Анализ распределения генетических полиморфизмов генов ACE, PPARA, 5HTT у спортсменов мини-футболистов высокой квалификации .....	67
<b>Демин А.А., Губа Д.В.</b> Факторы, определяющие эффективность организационно-педагогической деятельности в клубах высшего и первого дивизионов по подготовке спортивного резерва в мини-футболе .....	75
<b>Демченская Л.Г.</b> Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий для формирования культуры здоровья .....	79



<b>Дзюбялов А.В.</b> Проблемы сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи средствами физической культуры .....	81
<b>Домнина А.В.</b> Общее понятие компетентности в физическом воспитании студентов.....	85
<b>Duda H., Stula A.</b> Wpływ treningu rekreacyjnego u kobiet na poprawę wydolności fizycznej.....	88
<b>Епифанов К.Н., Михайлова Т.В.</b> Самооценка физкультурно-спортивной активности, школьников, абитуриентов и студентов в системе формирования физической культуры личности .....	95
<b>Ермаков В.А., Наткин И.В., Ларин О.С., Шашков К.А.</b> Зона ближайшего развития как фактор повышения эффективности тренировочного процесса юных футболистов .....	101
<b>Желтов С.Н.</b> Мониторинг состояния здоровья и подготовленности учащихся, как формадифференцированного обучения физической культуры .....	104
<b>Желтов С.Н., Тимофеев В.А.</b> Примененис информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе по физическому воспитанию .....	107
<b>Знатнова Е.В.</b> Исследование проблемы деформации свода стопы у детей старшего дошкольного возраста .....	110
<b>Кадлаур Е.Г., Шангарович В.В.</b> Патологическая трансформация сердца у гребцов на байдарках и каноэ .....	113
<b>Квашук П.В., Семаева Г.Н., Верлин С.В.</b> Факторы, определяющие эффективность техники гребли на байдарках и каноэ .....	120
<b>Киреев А.С.</b> Мотивация деятельности студентов на занятиях физической культуры в современных условиях образовательной среды .....	125
<b>Клименко Т.М.</b> Оценка структурно-функционального ремоделирования сердца у подростков с повышенным кардиоваскулярным риском при проведении нагрузочных проб.....	129
<b>Ключников А.В.</b> К вопросу об эффективности структуры технико-тактического мастерства в пожарно-спасательном двоеборье.....	134
<b>Коренкова В.В.</b> Специфика занятий по физическому воспитанию в вузе со студентами специальной медицинской группы с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата .....	137
<b>Костенкова С.В.</b> Система и содержание организационных форм физической культуры в рамках реализации личноcтно-ориентированного образования .....	139
<b>Кот Е.Ю.</b> Физическая культура и спорт в условиях образовательной среды .....	141
<b>Кривоносова Г.М., Маринич В.В., Легонькова Т.И., Степина Т.Г.</b> Оценка функции внешнего дыхания у детей, больных бронхиальной астмой.....	144
<b>Криштопов А.А., Горбунов А.Г.</b> Методика совершенствования скоростно-силовых качеств военнослужащих ПВО сухопутных войск РФ.....	146
<b>Кузнецов Р.Р.</b> Особенности проведения тренировочных занятий с юными футболистами на основе метода круговой тренировки .....	149
<b>Кулпшенко И.В., Антипова Е.М.</b> Методические приемы варьирования тренировочной нагрузки в процессе занятий аэробикой и шейпингом с девушками 18-20 лет.....	150
<b>Кулькова И.В.</b> Эффективность применения оздоровительных средств физического воспитания в специальных коррекционных дошкольных учреждениях .....	154

<b>Легоньков С.В., Комарова Т.К.</b> Круговая тренировка как форма организации занятий .....	157
<b>Легонькова Т.И., Штыкова О.Н., Степина Т.Г., Войтенкова О.В.</b> Будущее начинается сегодня .....	161
<b>Лимаренко О.В., Лимаренко А.П.</b> Физическая подготовленность девушек-старшеклассниц и ее соответствие нормативным требованиям программы «президентские состязания» .....	164
<b>Макарцева О.В., Катцин Ю.П., Воробьева Н.А.</b> Особенности организации и функционирования физкультурно – спортивной деятельности вуза (на примере СМОЛГУ).....	169
<b>Макеев П.В.</b> Физическая подготовленность юных футболистов 12-16 лет различных соматических типов.....	172
<b>Макеева В.С., Исамухамедова Т.А.</b> Формирование профессионального развития студентов инженерных специальностей средствами физической культуры .....	175
<b>Маринич В.В., Мизеринский Ю.Л., Каллаур Е.Г., Шантарович В.В.</b> Анализ уровня окиси азота в выдыхаемом воздухе у квалифицированных спортсменов-подростков (гребля на байдарках и каноэ) .....	179
<b>Маринич Т.В.</b> Оценка отношения к собственному здоровью учащихся в условиях современного социума .....	183
<b>Масалова О.Ю.</b> Показатели эффективности образовательного процесса по физической культуре в высшей школе .....	187
<b>Михеев Н.А., Акимов Д.Ю., Ткачев В.С., Михеев А.А.</b> Исследования уровня метаболитов в крови спортсменов в процессе вибративной тренировки .....	192
<b>Морозов О.С., Маринич В.В.</b> Особенности фармакологического обеспечения в предсоревновательном цикле подготовки квалифицированных спортсменов .....	198
<b>Морозова Е.А.</b> Современные подходы формирования у детей старшего дошкольного возраста ценностного отношения к здоровому образу жизни.....	201
<b>Мухина М.П.</b> Организация педагогической системы физического воспитания в условиях стандартизации дошкольного образования.....	205
<b>Нарский А.Г., Ключников А.В.</b> Исследование динамики подготовленности курсантов инженерных институтов МЧС Республики Беларусь под влиянием занятий различной направленности.....	208
<b>Ненашев Е.С., Кругликов Л.В.</b> Проблемы современного патриотического воспитания учащихся старших классов на уроках физической культуры .....	211
<b>Неретин А.В.</b> Динамика показателей социально-психологического климата футбольной команды в учебно-тренировочном процессе .....	213
<b>Никитушкин В.Г.</b> Развитие детско-юношеского спорта в России на период 2000-2012 гг. ....	218
<b>Никитушкина Н.Н.</b> Сохранение контингента учащихся спортивных школ .....	223
<b>Николаев А.А., Хоруужий К.А., Хоруужий А.Н.</b> Физическое развитие современных юношей 14-17 лет .....	225
<b>Nowak M.A., Szczepanowska E., Mariola Radzińska M.</b> Unprofessional concepts of health in physically active women aged 60-75.....	227

<b>Nowak M.A., Leonard Nowak L.</b> Znaczenie wychowania fizycznego w upowszechnianiu prozdrowotnego stylu życia .....	229
<b>Новиков А.А.</b> История и будущее научного обеспечения сборных команд России (к 80-ти летнему юбилею ВНИИФК).....	236
<b>Новиков А.А., Васильев Г.Ф.</b> Психологические основы технической подготовки в спорте .....	239
<b>Панфилов О.П., Борисова В.В., Шестакова Т.А., Руднева Л.В.</b> Методологические основы систематизации фитнес – технологий в физическом воспитании детей .....	241
<b>Петров В.К.</b> К программе физического воспитания на этапе профессионального самоопределения старшеклассников.....	247
<b>Петрук О.И., Леонтьева М.С.</b> Особенности реабилитации детей-сирот с умственной отсталостью в процессе физического воспитания.....	250
<b>Полехин Д.В., Леонтьева М.С.</b> Методика применения бесконтактных подводящих упражнений в учебно-тренировочном процессе единоборцев .....	253
<b>Полищук М.М.</b> Методика обучения групповым тактическим действиям на этапе спортивного совершенствования .....	255
<b>Постольник Ю.А., Раслопова Е.А.</b> Влияние разнообразных упражнений водных видов спорта на психо-эмоциональное состояние студентов занимающихся плаванием на занятиях физической культуры в вузе .....	257
<b>Пресняков В.В., Савченко В.А., Дрейке И.В.</b> Разработка и применение методики скоростно-силовой подготовки квалифицированных спринтеров с учетом типологического профиля спортсмена .....	259
<b>Radzińska M., Skrypko A., Nowak M.A.</b> Negatywne i pozytywne oblicza współczesnego sportu Skrypko Anatol Czas wolny we współczesnej rodzinie .....	263
<b>Родин А.В., Погорелый М.В.</b> Содержание ведущих характеристик индивидуальной тактической подготовки волейболистов групп спортивного совершенствования .....	268
<b>Сак Ю.В.</b> Особенности формирования профессиональных компетенций по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов в учреждениях высшего образования .....	269
<b>Сивцева А.К.</b> Самостоятельные занятия школьников физической культурой .....	272
<b>Сидорова С.В.</b> Некоторые аспекты воспитательного процесса в высшем учебном заведении .....	275
<b>Скорovich С.Л., Губя В.П.</b> Теоретико-методические основы координационной подготовки высококвалифицированных мини-футболистов .....	276
<b>Skrypko A.</b> Czas wolny we współczesnej rodzinie .....	288
<b>SKRYPKO A., JANIĄK A., SZEWCZYK P., BRAJER A.</b> AKTYWNOŚĆ RUCHOWA GIMNAZJALISTÓW PHYSICAL ACTIVITY OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS .....	293
<b>Солодников А.В.</b> Тенденция изменения заболеваемости детей 8 – 16 лет с нарушениями зрения, обучающихся в общеобразовательных сельских школах, в ходе применения комплексов оздоровительной гимнастики .....	299
<b>Спирин В.К., Мавренкова Е.А., Монахов О.В.</b> Технология планирования учебного материала по предмету «физическая культура» на основе принципа цикличности организации физкультурной деятельности .....	300
<b>Столос И.И.</b> Спортивные школы: дифференциация функций.....	303
<b>Строчански В., Скрипко А.</b> Изменения уровня двигательных способностей юных футболистов в двухлетнем тренировочном цикле .....	306

<b>Stula A., Duda H.</b> Ocena efektywności gry piłkarzy Rosji w Mistrzostwach Europy Euro 2012 .....	312
<b>Суслов С.И., Леонтьева М.С.</b> Эффективность организационно-методических условий реализации технической подготовки юных футболистов 10-11 лет .....	315
<b>Сыч С.П.</b> Формирование информационно-коммуникационной компетентности учителя физической культуры в условиях новой образовательной среды .....	318
<b>Ходорик О.Г.</b> Эффективность тестирования как интерактивного метода обучения в России .....	320
<b>Хоруужий К.А.</b> Влияние статодинамических силовых упражнений на показатели силы юношей 15-17 лет на начальном этапе подготовки в пауэрлифтинге .....	322
<b>Хрусталев Г.А.</b> Специальные особенности соревновательной деятельности высококвалифицированных команд в спортивных играх без ограничения количества замен .....	324
<b>Чебураев В.С., Васильев Г.Ф.</b> О пределах в спортивной науке и практике спорта .....	328
<b>Яковлев А.Н.</b> Формирование ценностного отношения к телу в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью .....	332
<b>Якушев Д.С.</b> Ведущие критерии начального спортивного отбора юных спортсменов-ориентировщиков .....	336