

РОССИЙСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ НАУЧНЫЙ ФОНД  
РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИЯ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ  
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА СМОЛЕНСКА  
НОУ ВПО СМОЛЕНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
СМОЛЕНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА

# **ОБРАЗОВАНИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ЗДОРОВЬЕ: АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ**

*(педагогические, психологические  
и медико-биологические аспекты)*

**Материалы**

*первой открытой Российской научной конференции*

**(29 — 30 ноября 2012 года)**

**Том I**

**Смоленск, 2012**

УДК 796: 37.037

ББК 75

О 232

**Редакционная коллегия:**

д.п.н., проф., засл. раб. высш. школы РФ Губа В.П. (главный редактор); д.б.н., проф., член-корр. РАО Бальсевич В.К.; д.псих.н., проф., член-корр. РАН Барabanщиков В.А.; д.п.н., проф. Вовк С.И.; к.п.н., доц. Глебов Ю.А.; д.п.н., проф. Ермаков В.А.; глав. ред. журнала «Физкультура в школе» Жукунов Е.В.; к.и.н., доц. Кулишенко И.В.; д.п.н., проф. Лубышева Л.И.; д.п.н., проф. Мажар Н.Е.; д.б.н., проф. Мельнов С.Б.; д.п.н., проф., член-корр. РАО Неверкович С.Д.; д.п.н., проф. Никитушкин В.Г.; д.п.н., проф. Родионов В.А.; к.п.н., доц. Хорунжий А.Н.; д.п.н., проф. Шелков О.М.

**Рецензенты:**

*Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта Московского государственного областного университета*

*Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма*

**О 232 Образование, физическая культура, спорт и здоровье: анализ**

**проблемы:** материалы первой открытой Российской научной конференции / под общ. ред. д.п.н., проф. В.П. Губы (г. Смоленск, 29 — 30 ноября 2012 г.). — Смоленск, 2012. - Том I. — 384 с.

ISBN 978-5-918-12-049-1

*Издание осуществлено при финансовой поддержке  
Российского гуманитарного научного фонда,  
проект № 12-06-14226*

В научный сборник вошли материалы первой открытой Российской научной конференции поддержанной Российским гуманитарным научным фондом и Российской академией образования, посвященные актуальным вопросам образования, физической культуры, спорта и здоровья населения России и стран СНГ. Раскрывается сущность основных направлений в совершенствовании системы образования, физического воспитания, спорта и здоровья нации на примере различного контингента населения.

В сборник вошли материалы исследований ведущих отечественных (Волгоград, Брянск, Москва, Коломна, Санкт-Петербург, Сургут, Тула, Смоленск, Ногинск, Сыктывкар, Тобольск, Орел, Чурапча, Тольятти, Майкоп, Нижний-Новгород, Малаховка, Вологда) и зарубежных (Загреб, Люблина, Белград, Минск, Пинск, Гомель, Киев, Мозырь, Могилев) специалистов по данной тематике.

Сборник статей адресован широкому кругу специалистов занимающихся вопросами педагогики, психологии, а также медико-биологическими проблемами в образовании, физической культуре, спорте и здоровьесформирующей деятельности различных слоев населения.

© Российский гуманитарный научный фонд

© Смоленский гуманитарный университет

## ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЖЕНЩИН 25-30 ЛЕТ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ГОРОДЕ И СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

Колесникова Н.Н., Лимаренко О.В.

*Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь*

Общеизвестно, что физическое состояние населения в той или иной стране на 15-20 % - зависит от генетических факторов, на 50-55 % - от социальных условий и образа жизни, на 20-25 % - от степени загрязнения окружающей среды, то есть среды обитания, и на 10-15 % - от состояния и уровня здравоохранения в стране.

В течение последних десятилетий возрастает устойчивый интерес к темам, касающимся физического состояния женщины, в том числе их физической подготовленности. Особенно пристальное внимание специалистов уделяется женщинам детородного возраста, от степени физического состояния которых напрямую зависит здоровье детей и нация в целом. Государство должно использовать все возможности и средства для обеспечения здорового образа жизни своих граждан, особенно женщин. Среди этих средств следует выделить физическую активность, занятия физической культурой и оздоровительным спортом. Многочисленные исследования последних лет свидетельствуют о громадном влиянии на физическое состояние человека условий проживания и факторов окружающей среды. Каждый человек морфологически и физиологически уникален, так как неповторима наследственная программа, реализованная в его онтогенезе, а также специфичны условия существования, контролирующе реализацию биологических задатков и способностей. Тем не менее, вариабельность структур индивида зависит как от генотипических особенностей, возникших при смешении населения, так и от изменения экологических и социальных условий существования. Динамизм окружающей среды вызывает адаптацию организма человека, создает предпосылки к изменению его форм и функций, что приводит к стимуляции развития тех систем, которые и определяют уровень приспособления человека к конкретным условиям. В генотипе индивида запрограммированы определенные границы возможных отклонений скорости возрастного развития. Фенотип же формируется под влиянием окружающей среды, которая определяет уровень осуществления генетического потенциала роста и развития человека.

Индивидуальная изменчивость определяет способность организма реагировать на комплекс одновременно действующих раздражителей окружающей среды, в том числе и социальных факторов. Конкретное проявление закономерностей онтогенеза зависит от социальных и экологических условий, разнообразие которых позволяет наблюдать множество особенностей и вариантов индивидуального развития организма [И.И. Шмальгаузен, 1982].

А.Г. Щедрина [1997] считает, что влияние средовых различий организма человека неравнозначно в различные периоды развития. Она полагает, что онтогенез в ходе своем не однороден, дискретен, разделяется на несколько фаз развития, имея периодический характер функционирования наследственного аппарата. Каждая фаза развития соответствует включению в действие какой-то части генома. Между такими фазами существуют короткие периоды, в которые ослабевает действие наследственного фактора и организм открывается для влияния среды, влияния социальных факторов становится более пластичным, причем как для позитивных, так и для негативных воздействий. Поэтому изучение биологической природы человека в целом, а также отдельных показателей его физического состояния на определенном этапе жизненного цикла во

взаимодействию с различными факторами среды обитания, позволяет, на наш взгляд, целенаправленно использовать эти знания в формировании здоровья, повышения уровня двигательной активности, физической и умственной работоспособности, а значит и улучшения качества жизни в целом.

Объект исследования: физическая подготовленность женщин 25-30 лет, живущих в различных социальных условиях.

Цель исследования: изучить особенности физической подготовленности женщин 25-30 лет, живущих в условиях города и сельской местности.

Для оценки различных сторон физической подготовленности женщины 25-30 лет была использована батарея тестов, включающая контрольные упражнения, отвечающие основополагающим критериям математической теории: прыжки в длину с места (см), челночный бег 5 x 10 м (сек.), наклон туловища вперед из положения стоя (см), шестиминутный бег (м), сгибание туловища из положения лежа на спине (количество раз).

Изучение физической подготовленности городских женщин 25-30 лет позволило выявить следующие результаты (табл. 1).

Анализ уровня физической подготовленности женщин 25 – 30 лет показал низкий уровень силовой и общей выносливости, при среднем уровне развития ловкости, гибкости и скоростно-силовых способностей по сравнению со среднестатистическими данными.

Таблица 1

Физическая подготовленность женщины 25-30 лет, проживающих в условиях города

Число испытуемых	Показатели физической подготовленности (M±m)				
	Прыжок в длину с места (см)	Челночный бег 5 * 10 м (сек)	Наклон вперед из положения стоя (см)	Сгибание туловища из положения лежа (кол-во раз)	Шестиминутный бег (м)
n = 68	157,8±0,02	21,01±0,13	1,5±0,03	21±0,37	968±2,835

При изучении физической подготовленности женщин 25-30 лет живущих в сельской местности выявлены результаты, представленные в таблице 2.

Таблица 2

Физическая подготовленность женщины 25-30 лет, проживающих в условиях села

Число испытуемых	Показатели физической подготовленности (M±m)				
	Прыжок в длину с места (см)	Челночный бег 5 * 10 м (сек)	Наклон вперед из положения стоя (см)	Сгибание туловища из положения лежа (кол-во раз)	Шестиминутный бег(м)
n= 68	150,1±0,04	22,45±0,10	3,6±0,045	29±0,50	1008±2,80

Анализ исходного уровня физической подготовленности женщин 25 – 30 лет, живущих в условиях сельской местности, также показал низкий уровень скоростно-силовых способностей, ловкости, при среднем уровне развития гибкости, силовой и общей выносливости, по сравнению со среднестатистическими данными.

Сравнительный анализ показателей физической подготовленности женщин 25-30 лет, живущих в различных социальных условиях, позволил установить некоторые различия в показателях отдельных двигательных качеств испытуемых (табл. 3). При этом, девушки и женщины 25-30 лет, проживающие в сельской местности, опережают горожан в показателях гибкости (наклон вперед из положения стоя у них оказался в среднем на 3,1

сантиметров ниже) ( $P < 0,05$ ); силовой выносливости (средний результат, показанный ими при выполнении упражнения «сгибание туловища из положения лежа» лучше в среднем на 8 раз) ( $P < 0,01$ ), общей выносливости (дистанция, преодоленная ими за шесть минут, оказалась в среднем на 40 метров длиннее) ( $P < 0,05$ ).

Таблица 3

Сравнительный анализ показателей физической подготовленности женщин 25-30 лет, живущих в различных социальных условиях

Группа, количество	Показатели физической подготовленности ( $M \pm m$ )				
	Прыжок в длину с места (см)	Челночный бег 5*10 м (сек)	Наклон вперед (см)	Сгибание туловища (кол-во раз)	Шестиминутный бег (м)
Женщины, живущие в городе $n = 68$	157,8 $\pm$ 0,02	21,01 $\pm$ 0,13	0,5 $\pm$ 0,03	21 $\pm$ 0,37	968 $\pm$ 2,835
Женщины, живущие в селе $n = 68$	150,1 $\pm$ 0,04	22,45 $\pm$ 0,10	3,6 $\pm$ 0,045	29 $\pm$ 0,50	1008 $\pm$ 2,80
Достоверность 6 различий	$t = 6,3$ $P < 0,05$	$t = 9,1$ $P < 0,01$	$t = 8,65$ $P < 0,05$	$t = 5,15$ $P < 0,001$	$t = 8,87$ $P < 0,05$

Различный профиль двигательной подготовленности женщин 25-30 лет, живущих в разных социальных условиях, обусловлен, на наш взгляд, спецификой их жизнедеятельности и, в первую очередь, выполнением специфических по структуре и объему двигательных действий бытовой направленности.

#### Литература:

1. Шмальгаузен И.И. Организм, как единое целое в индивидуальном и историческом развитии / И.И. Шмальгаузен. - М.: Наука, 1982. - 383 с. 2. Щедрина А.Г. Биомедицинская антропология – наука настоящего и будущего / А.Г. Щедрина // Актуальные вопросы биомедицинской и клинической антропологии: материалы конференции. – Красноярск, 1997. – С. 106 -110.

## Оглавление

<b>Вступительное слово и.о. Президента РАО Д.И. Фельдштейна</b> .....	3
<b>Авдонина Л.Г.</b> Формирование у студентов правильной осанки средствами хатха-йоги .....	4
<b>Аверина Л. В.</b> Биохимический анализ мочи как способ выявления донозологических изменений в выделительной системе спортсменов .....	6
<b>Азарченков А.А., Зимин С.Н., Каленикова П.Г.</b> Информационно-инновационные технологии в поддержке процесса обучения по дисциплине «физическая культура» .....	9
<b>Алнев Э.Г.</b> Проблемы управления профессиональным мини-футболом (футзалом) в Российской Федерации .....	12
<b>Алиев Э.Г., Андреев О.С.</b> Исследование соревновательной практики мини-футбольных клубов-участников чемпионата России .....	13
<b>Анпилогов И.Е., Анпилогова О. В.</b> Индивидуально-ориентированное построение макроцикла тренировки юных спортсменов а скоростно-силовых видах легкой атлетики .....	15
<b>Антипов А.В., Макеев П.В.</b> Исследование силовых и скоростно-силовых показателей отдельных групп мышц у юных футболистов различных вариантов развития .....	18
<b>Апокин В.В., Новзун А. А., Ивьянчиков Н. Г.</b> Изменение состояния неспецифической адаптоспособности организма спортсменов при длительных перелётах с востока на запад .....	21
<b>Апокин В. В., Новзун А. А., Шумайлов А. А.</b> Биоритмологический анализ изменения основных физиологических показателей у спортсменов пловцов высокой квалификации при длительных перелётах .....	25
<b>Архипова С.А.</b> Государственное управление развитием физической культуры и спорта в РФ .....	28
<b>Ахапкин В. Н.</b> Разработка переводных нормативов для детей 5-6 классов, занимающихся в школьных секциях скоростно-силового характера .....	33
<b>Баев К.А., Логинов С. И., Родионов В. А., Машинцов С. С., Шиншиева О. Н.</b> Гендерный анализ влияния динамической нагрузки плаванием на деятельность кардиореспираторной системы у студентов .....	35
<b>Бальсевич В.К.</b> Методология формирования здоровья подрастающего поколения в образовательных учреждениях России .....	39
<b>Баряев А.А., Дехаев О.А.</b> Особенности моторного развития у спортсменов специализирующихся в фигурном катании .....	43
<b>Бекезин В.В., Короткая Н.Н., Факих Ибрахим Мунир</b> Роль проблемно-целевого образования в лечебно-профилактических и реабилитационных мероприятиях при ожирении в детском и подростковом возрасте .....	46
<b>Белова Е.Л.</b> Формирование схемы тела средствами физической культуры у дошкольников в условиях малокомплектного детского сада .....	48
<b>Белова Е.Л., Румянцева Н. В.</b> Проблема укрепления здоровья подрастающего поколения средствами пешеходного туристского многоборья .....	51
<b>Богданов Н.И., Пустошило П.В.</b> Использование средств волейбола и мини-волейбола в группах специального учебного отделения .....	54
<b>Бурмистрова И. И.</b> Использование специальных упражнений на занятиях игротерапией с целью реабилитации опорно-двигательного аппарата дошкольников .....	56
<b>Бурмистрова Н.И., Поликушина Л.Е., Захарова Л.П.</b> О научно-методическом проекте МГОСТИ и МДОУ по вопросам улучшения здоровья детей 6-7-лет .....	58
<b>Бушева Ж.И., Аустер А.В.</b> Характеристика функционального состояния младших школьников среднего Приобья с различным уровнем двигательной активности .....	62
<b>Василевский И. В.</b> Латентный дефицит железа как фактор, лимитирующий .....	

возможности спортсменов .....	65
<b>Василец В.В., Шебеко Л.Л.</b> Танцевально-двигательная терапия как метод улучшения психоэмоционального состояния женщин в физкультурно-оздоровительных группах .....	69
<b>Васильев Г.Ф., Худадов Н. А.</b> О развитии психофизического в процессе занятий по физической культуре в школе .....	70
<b>Васильев Д.А., Стрельникова И.В., Лактионова Т.И.</b> Влияние нагрузки на функциональное состояние зрительной системы хоккейных вратарей разной квалификации .....	73
<b>Васильева З.В.</b> Ретроспективный анализ исторических аспектов понятия « здоровый образ жизни» .....	75
<b>Виноградова А.В., Повзун В.Д., Повзун А.А.,</b> Сравнительный анализ изменения адаптационных возможностей организма студентов спортивного и неспортивного факультетов в условиях смещения рабочего времени .....	78
<b>Вовк С.И.</b> Рост нагрузок в современном спорте высших достижений и травматизм спортсменов: проблема и некоторые пути ее решения .....	81
<b>Войтенкова О.В.</b> Роль глистной инвазии у детей с патологией пищеварительной системы .....	85
<b>Волков А.В.</b> К вопросу о мотивации подростков к физической культуре .....	86
<b>Воронов Ю.С.</b> Теоретические и организационно-управленческие основы спортивного отбора юных ориентировщиков на начальных этапах многолетней подготовки .....	89
<b>Врублевский Е.П., Мазепа С.В., Врублевский Е.В.</b> Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту .....	96
<b>Газизов В.А.</b> Динамика показателей выраженности мышечной массы звеньев тела у дзюдоистов 7-9 лет .....	98
<b>Газизов В.А.</b> Влияние общеразвивающих технологий игровой направленности на динамику силовой подготовленности юных дзюдоистов .....	101
<b>Галкова Т. Б., Прохорова И.В.</b> Методика закалывания юных синхронисток в условиях бассейна .....	102
<b>Германов Г. Н.</b> Методология организации двигательной деятельности в системе оперативно-текущего управления подготовкой спортсменов .....	106
<b>Глущенко Л.И.</b> Из опыта работы по проведению практических занятий по курсу «ТМФВ и развития ребенка» .....	110
<b>Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А., Дресвянников Д.О., Дементьев Д.В.</b> Общие характеристики сборных-участниц 2011UEFA EUROU21. Состав сборных команд в рамках модели клуб/страна .....	111
<b>Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А., Дресвянников Д.О., Дементьев Д.В.</b> Интегральные игровые характеристики сборных команд UEFA – 2011 EURO U21 .....	116
<b>Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А., Дресвянников Д.О., Дементьев Д.В.</b> Молодежный чемпионат Европы – 2011UEFA EUROU21 .....	119
<b>Гончаров Ю.С.</b> Факторы, определяющие успешность соревновательной деятельности в спортивных единоборствах .....	122
<b>Gošnik J., Kürner D.</b> Organizational models and forms of university sport – in Croatia and Slovenia .....	126
<b>Григорович И.Н.</b> Влияние самооценки личности студентов ФФК на успешность в спортивной деятельности .....	129
<b>Губа В.П.</b> Интегральная методика определения и развития специальной одаренности .....	131
<b>Губа В.П., Маевский К.В.</b> Оценка качества игровой деятельности спортсменов занимающихся мини-футболом с преимущественным акцентом на развитие функции внимания .....	136

Губа Д.В. Обоснование дифференцированного подхода при развитии специальных физических качеств юных баскетболистов 12-14 лет. ....	139
Демин А.А. Организация подготовки спортивного резерва в профессиональных мини-футбольных клубах .....	142
Дзобалов А.В. Роль физической культуры в сохранении и укреплении здоровья студентов в условиях учебы в вузе .....	146
Домнина А.В. Формирование ценностного отношения студентов СГУ к физической культуре .....	148
Дмитриев Ф.Б., Лалтеев А.В. Управление конфликтами в баскетболе .....	151
Долгачева А.В. Проблемы социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в коррекционной школе-интернате .....	153
Дремина Ю.А., Повзун В.Д., Повзун А.А., Полоролевы предлечения студентов спортивного факультета как слагаемое их гендерной культуры .....	156
Дудкин М.А., Алсахов Д.С., Прокудин Б.Ф. Структура и содержание лыжной подготовки в ОФП каратистов .....	160
Егоров А.Г., Яковлев А.Н. Формирование духовно-телесного статуса человека в пространстве социальных институтов .....	162
Ежов П.Ф. Основы управления тренировочным процессом квалифицированных спортсменов командно-игровых видах .....	168
Ежов П.Ф., Ежова Н.М. Инновационные подходы к планированию тренировочного процесса квалифицированных спортсменов .....	169
Елисеева А.А. Особенности влияния физической подготовки туриста на совершенствование техники видов туризма .....	172
Ермаков В.А., Ермакова С.В., Шелиспанская Э. В. Конструирование практики здорового образа жизни студентов на основе компетентностного подхода .....	175
Ефремова Е.В. Бег «туда-сюда» как способ тестирования общей (аэробной) выносливости занимающихся .....	178
Жолиеровская Г.П., Пняева С.М., Доронина Г.Н. Формирование и реализация ценностного отношения к здоровому образу жизни участников учебно – воспитательного процессамunicipального бюджетного образовательного учреждения средней общеобразовательной школы №10 города Смоленска .....	182
Журин Н.В., Журиня Т.Н., Елисеев С.А. Психологические основы безопасности в лыжных гонках .....	185
Журиня Т.Н., Журин Н.В. Отношение молодежи к формированию здорового образа жизни .....	188
Засичковский Э.М. О развитии физической культуры и спорта в Смоленской области .....	190
Захаров Н.Е., Соловкин А.А. Состояние иммунологической резистентности организма легкоатлетов разного возраста .....	191
Захаров П.С. Сравнительная характеристика игровых действий у квалифицированных баскетболистов различных амплуа .....	194
Зеновский Е.В. Ориентированность студентов на здоровье и физическое совершенствование в процессе обучения в вузе .....	196
Злыгостев О.В. Анализ функциональной подготовленности юных футболистов 12-14 лет на этапе спортивного совершенствовании .....	200
Калашиников А.Ф., Кузнецов И.В. Инновационные механизмы оптимизации физкультурно-спортивной деятельности учащихся общеобразовательных учреждений на уроках физической культуры .....	202
Калужин В.Г., Зыбин Ю.В., Писаренок А.Б. Развитие средствами адаптивной физической культуры у слабовидящих детей ориентации в пространстве .....	206
Калужин В.Г., Попова Г.В., Богданович Н.О. Применение фитбола для физкультурно-оздоровительной деятельности у детей с детским церебральным	

параличом .....	209
Квашук П.В. Проблемы подготовки спортивного резерва в Российской Федерации .....	212
Киндрук В.А., Яковлев А.И. Телесно организованные упражнения в системе оценки физического здоровья школьников .....	215
Клименко Т.М., Обухова М.В., Отрохова Е.В. Особенности внутрисердечной гемодинамики и структурно-функционального ремоделирования у подростков с артериальной гипертензией .....	222
Ковылин М.М. Сравнительный онтокинезиологический анализ сводной социограммы и спортограммы велоспорта .....	225
Колесникова Н.Н. Закономерности и характер измененный показателей физической выносливости у подростков в процессе онтогенеза .....	229
Колесникова Н.Н., Лямаренко О.В. Исследование физической подготовленности женщин 25-30 лет, проживающих в городе и сельской местности .....	233
Колесникова С.Н. Моделирование физкультурно-оздоровительной работы со школьниками на основе принципов и идей здоровьесформирующего образования .....	235
Колесникова Ю.Н. Танцевальные упражнения как средство повышения физической готовности детей шести-семи лет к обучению в школе .....	239
Коновалов В.В. Совершенствование специальных координационных способностей у юных легкоатлетов 13-15 лет на дистанции 800-1500метров .....	244
Королевич А. И. Организационно-методические аспекты занятий физической культурой со студентами специальных медицинских групп .....	246
Корпячева Е.С., Михайлов Н.Г. Анализ представлений современных студентов о культуре здоровья .....	249
Костючик И.Ю. Наиболее значимые критерии физической работоспособности при отборе в спортивное плавание на этапе специализации .....	253
Кривоносова Г.М., Легонькова Т.И. Влияние психоэмоционального состояния детей на особенности течения у них бронхиальной астмы .....	256
Куделин А.Б., Носов Г.В., Забелина Л.П. Физическое и психическое развитие студентов технического ВУЗа .....	257
Кузнецова Л.П. Практические аспекты адаптации методики «Академия для родителей» для различных видов спорта .....	260
Кулишенко И.В. Компетентностный подход при подготовке физкультурных кадров ..	264
Кулькова И. В. Актуальные проблемы физического воспитания детей 4-7 лет в специальных образовательных учреждениях различных типов .....	267
Кыласов А. В. Массовый спорт в контексте культурной антропологии .....	270
Лаптев А.В., Черных Е.А. Йога для баскетболистов .....	274
Ларионов А. С. Здоровье и физическая культура в рейтинге жизненных ценностей современных школьников 10-11 классов .....	277
Лебедь-Великанова Е.Е. Формирование вербальных умений общения у будущих учителей физической культуры .....	280
Лебедь-Великанова Е. Е., Шакура А. А. Особенности саморегуляции психических состояний в спорте высших достижений .....	282
Легонькова А.С. Медико-психологические аспекты профилактики курения как фактора риска развития артериальной гипертензии у студентов вузов г. Смоленска .....	284
Легонькова Т.И., Степина Т.Г., Штыкова О.И. Перспективы контроля и коррекции антенатального дефицита цинка в педиатрической практике .....	287
Лексяков А.В. Полишские М.М. Тактическая подготовка юных футболистов на этапе спортивного совершенствования .....	288
Ленин Р.С. Диагностика направленности учебной мотивации на дисциплину «педагогика» и «спортивные игры» у студентов факультета физической культуры .....	290
Леонтьева М.С. Формирование готовности детей-сирот к профессиональной	

деятельности в процессе физического воспитания .....	292
<b>Лимаренко О. В., Лимаренко А. П.</b> Допризывная подготовка школьников, проживающих в северных регионах .....	297
<b>Лимаренко О. В., Лимаренко А. П., Колесникова И. И.</b> Оценка физической активности детей дошкольного возраста, проживающих на севере Иркутской области .....	300
<b>Логачев Н.В.</b> Повышение эффективности процесса подготовки специалистов в области физической культуры и спорта на основе применения методов и приемов проблемного обучения .....	306
<b>Лопатникова И. В.</b> Разработка и применение тестов для текущего контроля знаний .....	310
<b>Лубышева Л.И.</b> Социологический анализ факторов риска для организации XXII Зимних Олимпийских игр в г. Сочи 2014 году .....	312
<b>Лысенко Е.Н.</b> Особенности оценки реализации функциональных возможностей спортсменов в процессе спортивной подготовки на современном этапе развития спортивной науки .....	318
<b>Лысиченков В. И.</b> Новые формы физкультурно-оздоровительной деятельности на I ступени обучения .....	324
<b>Любич Ф.Ф.</b> Организация заочного клуба любителей оздоровительного бега и ходьбы .....	327
<b>Маевский К.В.</b> Динамика уровня развития внимания у юных спортсменов 11-13 лет, занимающихся мини-футболом, в годичном тренировочном цикле .....	332
<b>Макеева В.С.</b> Проблемы работы учащихся за компьютером и методы профилактики .....	335
<b>Маринич В.В., Морозов О. С., Мизерницкий Ю.Л.</b> Оценка уровня окиси азота в выдыхаемом воздухе у квалифицированных спортсменов (гребля на байдарках и каноэ) .....	339
<b>Маринич В.В., Шаповалова Т.М.</b> Особенности использования средств лечебной физической культуры при реабилитации пациентов с бронхиальной астмой .....	342
<b>Marko Zdražnik, Nenad Marelić, Tomica Rešetar</b> Analiza rotacij na evropskem prvenstvu za kadetince v odbojki .....	345
<b>Мартиросова К. Э.</b> Взаимосвязь скоростно-силовых возможностей и пальцевой дерматоглифики у теннисистов различной квалификации .....	349
<b>Масалова О. Ю.</b> Личностно-ориентированный подход в формировании физической культуры студентов .....	353
<b>Машинцов С.С.</b> Реализация модульного подхода в спортизированном физическом воспитании студентов вуза на основе пауэрлифтинга .....	357
<b>Мяшопина И. В.</b> Методика использования элементов русской лапты на начальном этапе подготовки легкоатлетов .....	361
<b>Мелентьева И. И.</b> Взаимоотношения в системе тренер-спортсмен .....	362
<b>Мельникова Л. В.</b> Создание условий развития спортивного ориентирования на муниципальном уровне .....	366
<b>Мизернюк О. В.</b> Научные исследования в рамках использования гимнастической аэробики в системе подготовки спортсменов по синхронному фигурному катанию на этапе спортивного совершенствования .....	369
<b>Митусова Е. Д.</b> Инновационные технологии в системе спортивной подготовки: стенографирование технических действий в борьбе дзюдо .....	370
<b>Михайлов Н. Г., Михайлова Э. И.</b> Подготовка педагогических кадров для фитнес-аэробики для системы дополнительного образования города Москвы .....	372
<b>Михайлов Н. Г., Шадрина Е. А.</b> Новый подход к классификации приемов игры в софтбол .....	375
<b>Михайлова Т. В., Афинии М. А.</b> Особенности подготовки юных спортсменов по рукопашному бою .....	377