

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, Гольяты, 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

НАИБОЛЕЕ ЗНАЧИМЫЕ КРИТЕРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПРИ ОТБОРЕ В СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ НА ЭТАПЕ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ.

Костючик И.Ю.

Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь

Введение. Многочисленные исследования, посвященные отбору, позволили разработать модельные характеристики и нормативные требования по физическому развитию и специальной подготовленности пловцов различной квалификации и специализации [Н.Ж. Булгакова, И.В. Чеботарева, 2001; А.Р. Воронцов, 1990; Т.С. Тимакова, 2003; W. Sweetenham, J. Atkinson, 2003 и др.]. Модельные характеристики предполагают ориентацию на стабильные, малоизменяемые в ходе возрастного развития и несущественно подверженные влиянию тренировки наследственные морфологические признаки, особенности развития пловцов с различным типом биологической зрелости, а также показатели, характеризующие специальную работоспособность, технико-тактические и иные показатели.

Однако сегодня процесс отбора в большинстве случаев носит довольно субъективный характер. Объясняется это как недостаточностью методических разработок, так и их узкой педагогической направленностью. Следует заметить, что в известных моделях спортивного отбора в большинстве случаев отсутствуют критерии, основанные на современных медико-биологических исследованиях.

В плавании определяющим фактором для достижения высоких спортивных результатов является высокое функциональное состояние и согласованная деятельность вегетативных и, прежде всего функциональных систем организма.

Физическая работоспособность является базовой основой, определяющей перспективность в плавании. В связи с этим, изучены показатели аэробной и анаэробной производительности у юных пловцов. Проведенные исследования показали, что физическая работоспособность юных пловцов определяется возрастом и полом. Установлено, что показатели физической работоспособности увеличиваются с возрастом. Экономичность вегетативного обеспечения интенсивной мышечной деятельности у юных пловцов оценивали по показателям Ватт-пульса. Сравнительный анализ данных Ватт-пульса показал более высокую экономичность вегетативного обеспечения интенсивной мышечной деятельности у юных пловцов 13–14 лет (табл. 1).

У мальчиков обеих возрастных групп показатели выше, чем у девочек. Однако в 19% случаев у мальчиков и в 14% у девочек при высоких показателях индекса аэробной выносливости и МПК выявлены низкие значения Ватт-пульса, что свидетельствует о

малозаконономичном вегетативном обеспечении мышечной работы. Следовательно, эти спортсмены менее адаптированы к циклической работе аэробного характера.

Таблица 1.

Показатели Ватт-пульса (W-пульса) у юных пловцов 11-14 лет (ватт-час)				
Пол	Возраст			
	n=	11-12 лет	n=	13-14 лет
М	42	0,59 ± 0,02	42	0,86 ± 0,05*
Д	54	0,55 ± 0,03	36	0,71 ± 0,02*

Для комплексной оценки физической работоспособности юных пловцов учитывался пульсовый режим при проведении теста на выносливость.

Выделено 3 варианта пульсового режима. 1-й – 60–70% от максимального. Такой пульсовый режим, по мнению специалистов, является наиболее экономичным при выполнении нагрузок на выносливость. 2-й – 70–80% от максимального, расценивается как менее благоприятный. 3-й – 80% и выше, расценивается как малозаконономичный. С учетом того, что аэробный индекс оценивался по 5-ти балльной системе, установлено, что при одинаковых оценках индекса аэробной выносливости преимущество имеют юные пловцы, выполняющие нагрузку в пределах наиболее экономичного пульсового режима (табл. 2).

Таблица 2

Частота распределения пульсовых режимов в соответствии с аэробным индексом у юных пловцов 11–14 лет (%)

Оценка	60–70%		70–80%		выше 80%	
	М	Д	М	Д	М	Д
отлично	18,0	27,0	7,1	19,2	0	0
хорошо	21,4	0	21,4	15,4	10,7	19,2
удовлетворительно	0	0	7,1	3,8	14,3	15,4

Можно считать, что при одинаковых темпах годового прироста морфологических параметров, более высокой работоспособностью обладают юные пловцы, которые выполняют одинаковую по мощности работу с меньшим напряжением сердечнососудистой системы и соответственно более высокой экономичностью вегетативного обеспечения мышечной деятельности.

Таким образом, определены следующие критерии высокой физической работоспособности для спортсменов, специализирующихся в плавании на длинные дистанции: высокие показатели МПК, индекса аэробной выносливости. Ватт-пульса, пульсовой режим 60–70% от максимального. При снижении одного из изучаемых параметров, необходимо вносить коррективы в тренировочные программы, а также рекомендовать тренеру подбор специализации в плавании, соответствующий функциональным возможностям конкретного спортсмена.

Результаты исследований анаэробных возможностей также выявили различия у юных пловцов разных возрастных групп. Установлено, что при росте общего объема выполненной работы (на 30%) как в группе мальчиков, так и в группе девочек 13–14 лет ($p < 0,05$), более высокие показатели анаэробного индекса (на 6%) характерны только для мальчиков старшей возрастной группы. Выявлен также более короткий период восстановления показателей пульса у мальчиков 13–14 лет, которые, как правило, в течение 3 минут практически возвращаются к исходным (табл. 3).

Для девочек 13–14 лет характерным является снижение анаэробного индекса (на 6%) и увеличение времени восстановления после нагрузки. При этом показатели пульса на 3-й минуте восстановления остаются выше, чем в исходном состоянии (табл. 4). Такую

реакцию следует считать менее экономичной, в связи, с чем можно рекомендовать снижение нагрузок анаэробного характера в этой группе на 15–20%.

Таблица 3

Средние показатели анаэробного индекса, общей работы, пульса у юных пловцов (мальчики) (M + m)

Возраст	Общая работа (W/ min)	Анаэробн. Индекс (W/min/kg)	Пульс через 15 сек. после начала работы	Пульс на пике нагрузки	Пульс на 3 мин. восстановл.
11–12 лет	178,0± 8,8	4,9 ± 0,2	101,0±3,0	187,0±2,2	99,0±3,5
13–14 лет	254,0±12,2*	5,2 ± 0,1*	90,0± 2,7	184,0±2,5	90,0±3,8

Таблица 4

Средние показатели анаэробного индекса, общей работы, пульса у юных пловцов (девочки) (M + m)

Возраст	Общая работа (W/ min)	Анаэробн. индекс (W/min/ kg)	Пульс через 15 сек. После начала работы	Пульс на пике нагрузки	Пульс на 3 мин. восстановл.
11–12 лет	185,0 ±8,6	4,8 ± 0,1	105,0 ±2,7	188,0 ±3,5	96,0 ± 4,1
13–14 лет	216,0±10,9*	4,5 ± 0,1*	98,0 ± 3,0	184,5 ±3,0	103,0 ± 4,1

Анализ скоростных возможностей юных пловцов 11–14 лет позволил выделить три типа реакции на нагрузку. 1-й тип характеризуется пиком скоростных возможностей в первые 30 секунд проведения теста и режим снижением скорости к концу (45,7% случаев). Такую реакцию можно расценить как наименее благоприятную для отбора и специализации в плавании на короткие дистанции. 2-й тип характеризуется плавным наращиванием скорости и удержанием ее на этом уровне до конца (36,9% случаев). Эту реакцию можно рассматривать как более благоприятную, нежели предыдущую. 3-й тип характеризуется плавным наращиванием скорости в течение всего времени тестирования, что можно оценить как наиболее рациональную реакцию для пловцов, специализирующихся в спринтерском плавании (17,4% случаев).

Таким образом, наиболее перспективными для отбора и специализации в спринтерском плавании являются спортсмены, отличающиеся высоким анаэробным индексом, быстрым восстановлением после нагрузки, плавным наращиванием скорости в течение всего времени проведения 1-минутного теста и выполнившие при этом большой объем работы.

Выводы 1. Наиболее значимыми критериями физической работоспособности при отборе в спортивное плавание на этапе специализации являются показатели максимального потребления кислорода, Ватт-пульса, аэробного и анаэробного индексов, пульса на пике нагрузки и в периоде восстановления.

2. Аэробная производительность юных пловцов 13–14 лет характеризуется более высокими показателями МПК (на 27%), аэробного индекса (на 10%), Ватт-пульса (на 37%) и экономичным пульсовым режимом по сравнению с группой пловцов 11–12 лет. При одинаковых темпах годового прироста морфологических параметров, более высокой работоспособностью обладают юные пловцы, которые выполняют одинаковую по

мощности работу с меньшим напряжением сердечно-сосудистой системы и соответственно более высокой экономичностью вегетативного обеспечения мышечной деятельности.

3. Анаэробная производительность пловцов 13-14 лет характеризуется более высоким объемом общей работы (на 30%) по сравнению с группой 11-12 лет. При этом у мальчиков 13-14 лет определен более высокий анаэробный индекс (на 6%) и короткий период восстановления после нагрузки. У девочек этого же возраста снижены показатели анаэробного индекса (на 6%) и увеличен период восстановления.

Оглавление

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

возможности спортсменов	65
Василец В.В., Шебеко Л.Л. Танцевально-двигательная терапия как метод улучшения психоэмоционального состояния женщин в физкультурно-оздоровительных группах	69
Васильев Г.Ф., Худадов Н. А. О развитии психофизического в процессе занятий по физической культуре в школе	70
Васильев Д.А., Стрельникова И.В., Лактионова Т.И. Влияние нагрузки на функциональное состояние зрительной системы хоккейных вратарей разной квалификации	73
Васильева З.В. Ретроспективный анализ исторических аспектов понятия « здоровый образ жизни»	75
Виноградова А.В., Повзун В.Д., Повзун А.А., Сравнительный анализ изменения адаптационных возможностей организма студентов спортивного и неспортивного факультетов в условиях смещения рабочего времени	78
Вовк С.И. Рост нагрузок в современном спорте высших достижений и травматизм спортсменов: проблема и некоторые пути ее решения	81
Войтенкова О.В. Роль глистной инвазии у детей с патологией пищеварительной системы	85
Волков А.В. К вопросу о мотивации подростков к физической культуре	86
Воронов Ю.С. Теоретические и организационно-управленческие основы спортивного отбора юных ориентировщиков на начальных этапах многолетней подготовки	89
Врублевский Е.П., Мазепа С.В., Врублевский Е.В. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту	96
Газизов В.А. Динамика показателей выраженности мышечной массы звеньев тела у дзюдоистов 7-9 лет	98
Газизов В.А. Влияние общеразвивающих технологий игровой направленности на динамику силовой подготовленности юных дзюдоистов	101
Галкова Т. Б., Прохорова И.В. Методика закалывания юных синхронисток в условиях бассейна	102
Германов Г. Н. Методология организации двигательной деятельности в системе оперативно-текущего управления подготовкой спортсменов	106
Глущенко Л.И. Из опыта работы по проведению практических занятий по курсу «ТМФВ и развития ребенка»	110
Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А., Дресвянников Д.О., Дементьев Д.В. Общие характеристики сборных-участниц 2011UEFA EUROU21. Состав сборных команд в рамках модели клуб/страна	111
Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А., Дресвянников Д.О., Дементьев Д.В. Интегральные игровые характеристики сборных команд UEFA – 2011 EURO U21	116
Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А., Дресвянников Д.О., Дементьев Д.В. Молодежный чемпионат Европы – 2011UEFA EUROU21	119
Гончаров Ю.С. Факторы, определяющие успешность соревновательной деятельности в спортивных единоборствах	122
Gošnik J., Kürner D. Organizational models and forms of university sport – in Croatia and Slovenia	126
Григорович И.Н. Влияние самооценки личности студентов ФФК на успешность в спортивной деятельности	129
Губа В.П. Интегральная методика определения и развития специальной одаренности	131
Губа В.П., Маевский К.В. 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
Журина 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
Лимаренко О. В., Лимаренко А. П. Допризывная подготовка школьников, проживающих в северных регионах	297
Лимаренко О. В., Лимаренко А. П., Колесникова И. И. Оценка физической активности детей дошкольного возраста, проживающих на севере Иркутской области	300
Логачев Н.В. Повышение эффективности процесса подготовки специалистов в области физической культуры и спорта на основе применения методов и приемов проблемного обучения	306
Лопатникова И. В. Разработка и применение тестов для текущего контроля знаний	310
Лубышева Л.И. Социологический анализ факторов риска для организации XXII Зимних Олимпийских игр в г. Сочи 2014 году	312
Лысенко Е.Н. Особенности оценки реализации функциональных возможностей спортсменов в процессе спортивной подготовки на современном этапе развития спортивной науки	318
Лысиченков В. И. Новые формы физкультурно-оздоровительной деятельности на I ступени обучения	324
Любич Ф.Ф. Организация заочного клуба любителей оздоровительного бега и ходьбы	327
Маевский К.В. Динамика уровня развития внимания у юных спортсменов 11-13 лет, занимающихся мини-футболом, в годичном тренировочном цикле	332
Макеева В.С. Проблемы работы учащихся за компьютером и методы профилактики	335
Маринич В.В., Морозов О. С., Мизерницкий Ю.Л. Оценка уровня окиси азота в выдыхаемом воздухе у квалифицированных спортсменов (гребля на байдарках и каноэ)	339
Маринич В.В., Шаповалова Т.М. Особенности использования средств лечебной физической культуры при реабилитации пациентов с бронхиальной астмой	342
Marko Zdražnik, Nenad Marelić, Tomica Rešetar Analiza rotacij na evropskem prvenstvu za kadetince v odbojki	345
Мартиросова К. Э. Взаимосвязь скоростно-силовых возможностей и пальцевой дерматоглифики у теннисистов различной квалификации	349
Масалова О. Ю. Личностно-ориентированный подход в формировании физической культуры студентов	353
Машинцов С.С. Реализация модульного подхода в спортизированном физическом воспитании студентов вуза на основе пауэрлифтинга	357
Мяшопина И. В. Методика использования элементов русской лапты на начальном этапе подготовки легкоатлетов	361
Мелентьева И. И. Взаимоотношения в системе тренер-спортсмен	362
Мельникова Л. В. Создание условий развития спортивного ориентирования на муниципальном уровне	366
Мизернюк О. В. Научные исследования в рамках использования гимнастической аэробики в системе подготовки спортсменов по синхронному фигурному катанию на этапе спортивного совершенствования	369
Митусова Е. Д. Инновационные технологии в системе спортивной подготовки: стенографирование технических действий в борьбе дзюдо	370
Михайлов Н. Г., Михайлова Э. И. Подготовка педагогических кадров для фитнес-аэробики для системы дополнительного образования города Москвы	372
Михайлов Н. Г., Шадрина Е. А. Новый подход к классификации приемов игры в софтбол	375
Михайлова Т. В., Афинии М. А. Особенности подготовки юных спортсменов по рукопашному бою	377