

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

## ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ В СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Лебель-Великанова Е.Е., Шакура А.А.

*Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь*

Несмотря на то, что основным средством воспитания психологических качеств спортсмена по-прежнему остается практика преодоления трудностей, специфических для конкретного вида спортивной деятельности, а различные методы психической саморегуляции являются вспомогательными (хотя и достаточно эффективными приемами), и ученые, и практики едины в одном — современный спорт стал лабораторией для психотехнологий.

Практически все описанные в доступной литературе методы психической саморегуляции были валидизированы и получили признание после применения в спорте (АТ, ПРТ, Илеомоторная тренировка, Ментальная тренировка, Дыхательные практики и др.). Спортсмены (особенно в индивидуальных видах спорта) все чаще используют психорегуляцию как эффективную и быструю модель развития.

В спортивной психологии формирование состояния психической готовности спортсмена к соревнованию рассматривается как основная задача психологической подготовки, направленной на обеспечение высокой результативности и надежности выступления спортсменов.

Спортивная саморегуляция проявляется в способности спортсмена произвольно регулировать сдвиги в эмоциональной, двигательной и внутренней функциональной сферах, в характере самоконтроля соревновательного поведения.

Анализ литературных источников по проблемам психологической подготовки спортсменов разных стран, мемуарной литературы и собственный экспериментальный и практический опыт позволяют представить систему психической регуляции, состоящую из 4 блоков. Они включают психические объекты для воздействия и формирования тремя видами психической регуляции: аутогенная, гетерогенная, экзогенная:

1 блок психических объектов воздействия: Личность и мировоззрение.

а) самосознание; б) мировоззрение (рациональное — иррациональное); в) чувство патриотизма; г) идейная убежденность; д) значимые психологические свойства личности.

Способы: формирование и акцентуация.

2 блок психических объектов воздействия: Мотивация.

а) уровень притязаний; б) мотивация достижений максимального спортивного результата; в) позитивное отношение к спортивной деятельности и к большим нагрузкам; г) психологическая дисциплина.

Способы: формирование и актуализация.

3 блок психических объектов воздействия: Психическая устойчивость. В зависимости от решаемых задач он решается на двух уровнях:

1 — психогигиена: а) профилактика психического перенапряжения; б) восстановление, отдых; в) снятие остаточных раздражений; г) оптимизация эмоциональных и межличностных отношений; д) обучение технике идеовегетативных представлений.

2 — психодидактика: а) формирование навыков релаксации десенсибилизации;

б) формирование комплекса навыков «спокойствие-собранность — уверенность»;

в) формирование навыков мобилизации и «максимализации» действий в ходе соревнований.

Способы: профилактика, формирование, обучение.

4 блок психических объектов воздействия: Двигательная устойчивость.

а) обучение технике идеомоторных представлений; б) формирование представлений об идеальной структуре основного действия; в) формирование двигательных установок; г) формирование уверенности в сохранении идеальной структуры двигательного действия; д) формирование способности удерживать заданные параметры в условиях сильного утомления.

Настоящее исследование заключается в изучении особенностей саморегуляции в спорте высших достижений в аспекте комплексного исследования индивидуальной системы осознанной саморегуляции спортсменов, стратегий преодоления стрессовых ситуаций и конкретных способов, приемов саморегуляции (путей реализации этих стратегий).

В исследовании приняли участие 23 спортсмена (34 любителя и 30 высококвалифицированных спортсменов). Критерием разделения выборки на профессионалов и любителей является цель (достижение максимально возможных спортивных результатов на всевозможных спортивных состязаниях, которое не только имеет личное значение, но и становится общественным достоянием), длительность занятия спортом (в течение многих лет) и наличие высоких спортивных разрядов и титулов (2 разряд, 1 разряд, кандидат в мастера спорта, мастер спорта). В качестве методов исследования выступили опросник ССП-98 Моросановой, методика «Средства саморегуляции» (авторская разработка).

Полученные в результате исследования данные указывают на следующие особенности системы саморегуляции спортсменов высокого класса. Спортсмены высокого класса отличаются более высоким уровнем саморегуляции по сравнению с любителями. Это означает, что они более самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в большей степени осознанно. При высокой мотивации достижения они способны формировать такой стиль саморегуляции, который позволяет компенсировать влияние личностных особенностей, препятствующих достижению цели. Они в большей степени по сравнению со спортсменами-любителями способны выделять значимые условия достижения целей. Для спортсменов высокого класса характерны развитость и адекватность самооценки, сформированность и устойчивость субъективных критериев оценки успешности результатов. Так, высококвалифицированные спортсмены в большей степени способны принимать на себя ответственность за результат соревнования, активизировать свои

волевые усилия для совладания со стрессовой ситуацией, просчитывать варианты решения проблемы и выносить положительный опыт из любой ситуации, личностно развиваясь.

Выбранные стратегии совладания спортсмены высокого класса, вероятно, реализуют посредством следующих приемов, средств саморегуляции. Концентрация внимания, сосредоточение на каком-либо виде деятельности, актуализация положительных эмоций, соблюдение определенного режима, прослушивание музыки, идеомоторная тренировка, молитва – те средства саморегуляции, которые спортсмены-профессионалы используют для регуляции неблагоприятного предстартового состояния в отличие от любителей. Среди всех исследуемых средств саморегуляции наиболее часто высококвалифицированными спортсменами используются актуализация положительных эмоций, релаксация, пассивный отдых, молитва. Обсуждение соревнования в команде или с тренером как средство саморегуляции часто используется любителями, чем профессиональными спортсменами.

Результаты исследования позволяют нам описать следующие особенности саморегуляции психических состояний в спорте высших достижений. Стилевыми особенностями системы саморегуляции произвольной активности высококвалифицированных спортсменов являются развитая способность выделять значимые условия достижения цели, способность быстро и гибко адаптироваться к изменяющимся условиям, адекватно оценивать результат и его соответствие цели, а также высокий общий уровень саморегуляции. В соответствии с этим профессиональные спортсмены используют конструктивные стратегии совладания, предполагающие признание своей роли в решении проблем и принятие ответственности, планирование решения проблемы, позитивный настрой и положительную переоценку ситуации, включая религиозное измерение, что в свою очередь может воплощаться в применении таких средств саморегуляции неблагоприятных состояний, как актуализация положительных эмоций (причем данный способ профессионалы используют наиболее часто), концентрация внимания, соблюдение определенного режима, прослушивание музыки, идеомоторная тренировка и молитва (данный способ высококвалифицированные спортсмены также используют наиболее часто).

## 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
Жолисеровская 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. Полишкис 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