

Севастопольский государственный университет



**МЕСТО И РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В
СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

**IV Всероссийская научно-практическая
конференция
(25 сентября 2020 г.)**

Севастополь 2020

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное учреждение
высшего образования
«Севастопольский государственный университет»

**МЕСТО И РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В
СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

**Материалы IV Всероссийской научно-практической
конференции
(25 сентября 2020 г.)**

Севастополь

2020

УДК 796.01(06)

ББК 75я43

М53

М53 Место и роль физической культуры в современном обществе : материалы IV Всероссийской научно-практической конференции (г. Севастополь, 25 сентября 2020 г.) / Министерство науки и образования РФ, Севастопольский государственный университет ; [отв. ред. к.т.н., доц. В. П. Строщков]. – Севастополь : Издательство и типография ООО «Интерактивные технологии», 2020. – 216 с. – Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-6044481-0-6

Сборник включает тексты научных статей участников IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Место и роль физической культуры в современном обществе», проводимой кафедрой «Физвоспитание и спорт» Севастопольского государственного университета. Представлены материалы по актуальным проблемам здоровьесбережения и здоровьеразвития, физического воспитания, комплексного контроля и мониторинга физического здоровья и спортивной подготовленности в образовательных учреждениях, методики коррекции функционального и ресурсного состояния спортсменов на этапах спортивной подготовки. Материалы сборника представляют интерес для ученых и практиков в области физической культуры и спорта.

УДК 796.01(06)

ББК 75я43

ISBN 978-5-6044481-0-6

© Севастопольский государственный университет, 2020

УДК: 796.

**ВЛИЯНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС
СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР**

*Маринич Виталий Владимирович, кандидат медицинских наук, доцент,
Яковлев Анатолий Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент,
Полесский государственный университет, г.Пинск, Беларусь*
Yak-33-c1957@mail.ru

Аннотация. В статье отражены основные аспекты формирования здоровьесберегающей среды, где обеспечивается успешность жизнедеятельности личности и модель поведения в обществе на основе сформированного амплуа средствами спортивных игр и понимании новых тенденций в физическом воспитании как основных тенденций развития биологических систем.

Ключевые слова: игровое амплуа, генетика, психологическое тестирование, телесно-двигательные характеристики.

**INFLUENCE OF PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES ON THE
PEDAGOGICAL PROCESS BY MEANS OF SPORTS GAMES**

Marinich Vitaly Vladimirovich, candidate of medical sciences, associate professor, Yakovlev Anatoly Nikolaevich, candidate of pedagogical sciences, associate professor, Polessky State University, Pinsk, Belarus

Abstract. The article deals with the concept of "motor activity" and its importance in everyday life. Examples of consequences in the form of hypokinesia and hypodynamia are given. The ways of the decision of fight against a sedentary way of life are offered.

Keywords: motor activity, healthy lifestyle, health, physical culture and sport, the recovery of the body.

Введение

Физкультурно-спортивная деятельность (ФСД) средствами спортивных игр отражает эффективность процесса воспитания физических качеств, которые проявляются в техническом арсенале игроков и формировании телесно-двигательных характеристик [2, 4, 7, 10]. Механизмы учебно-тренировочного процесса в спортивных играх отражают сложную, многокомпонентную функциональную систему.

В 2004г. начались исследования физкультурно-спортивной деятельности в аспекте понимания существующей научной рефлексии, изучение факторов, влияющих на уровень социального, психического, физического здоровья различных групп населения. В 2010г. исследования продолжены в Полесском государственном университете (ПолесГУ), вузах Беларуси и России (Смоленск, Владивосток), которые были посвящены вопросам модернизации педагогической системы (общеобразовательная школа – средние специальные учебные заведения – высшие учебные заведения).

Внедрение результатов исследования в деятельность образовательных учреждений Беларуси и России позволило пополнить теоретико-методологическую базу работников сферы физической культуры и спорта, характер которой отражал уровень развития физических качеств в условиях спортизации, где построение урочной формы занятий и секционной работы обеспечивается, главным образом, за счет игровых видов спорта [3, 4, 7].

Основная часть

Проведенные исследования по данной проблеме с волейболистками 15-16 лет (г. Барановичи, ДЮСШ) позволили провести анализ результатов молекулярно-генетического обследования (генетических систем, опосредующих активность нейромедиаторов головного мозга - 5НТТ (L/S), 5НТ2А (T102C), COMT (Val158Met)), показателей психофизиологического обследования (простой и сложных зрительно - моторных реакций), резуль-

таты психодиагностики в предсоревновательном и соревновательном периодах у спортсменок различных видов спорта позволяет создать индивидуальный психогенетический профиль каждой из обследованных [1, 4, 6].

Это позволило эффективно реализовать педагогический (тренерский) контроль подготовки спортсменок, использование психогенетического профиля выделило группу риска раннего утомления ЦНС, перенапряжения вегетативной нервной системы [5, 6, 8]. Оценены адаптационные способности по психофизиологической и психологической регуляции в условиях предсоревновательной подготовки спортсменок, психофизиологическое состояние в период нарастающих психических и физических нагрузок в волейболе [4, 10, 11].

Оценено соотношение особенностей психофизиологического профиля у носителей различных аллелей гена 5НТТ (таблицы 1, 2).

Таблица 1 - Показатели динамики зрительно-моторных реакций в группе спортивных игр (волейбол) у носителей различных аллелей гена 5НТТ

| Методики | Показатель средней скорости зрительно-моторной реакции | | | |
|------------------------|--|--------------|-------------------------------------|--------------|
| | полиморфизм L/S гена 5НТТ, аллель S | | полиморфизм L/S гена 5НТТ, аллель L | |
| | \bar{X} | $\pm \sigma$ | \bar{X} | $\pm \sigma$ |
| ПЗМР | 231,257 | 28,84 | 233,382 | 16,18 |
| Реакция выбора | 344,431 | 52,53 | 372,798 | 80,71 |
| Реакция различения | 293,672 | 63,88 | 304,513 | 83,99 |
| Помехоустойчивость | 336,447 | 31,78 | 353,086 | 27,13 |
| Время принятия решения | 62,415 | 35,04 | 71,131 | 67,81 |

Таблица 2 - Показатели работоспособности по простой зрительно-моторной реакции в группе спортивных игр (волейбол) у носителей различных аллелей гена 5НТТ

| Методика «ПЗМР» | Показатели | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|--------------|-------------------------------------|--------------|
| | полиморфизм L/S гена 5НТТ, аллель S | | полиморфизм L/S гена 5НТТ, аллель L | |
| | \bar{X} | $\pm \sigma$ | \bar{X} | $\pm \sigma$ |
| Оценка работоспособности по ФУС* | 4,265 | 0,34 | 4,212 | 0,35 |
| Оценка работоспособности по УР* | 1,614 | 0,43 | 1,586 | 0,51 |
| Оценка работоспособности по УФВ* | 3,242 | 0,45 | 3,204 | 0,59 |

* ФУС - функциональный уровень системы; УР - устойчивость реакций; УФВ - уровень функциональный возможностей.

Полученные данные свидетельствуют о возможности прогноза степени реакций адаптации к переносимым нагрузкам в предсоревновательном периоде у обследованных спортсменов. На основании полученных материалов исследования психофизиологического профиля представителей различных видов спорта предложены фрагменты модельных характеристик психофизиологических показателей (таблица 3).

Таблица 3 - Модельные характеристики основных показателей по методике "Реакция выбора" (зрительно-моторный анализатор)

| Цвет сигнала | Число световых сигналов | M (среднее значение), мс | SD (стандартное отклонение), мс | Коэффициент точности |
|-------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------------|----------------------|
| Красный – Зеленый | 30 | 582 – 716 | 128 – 196 | 0.15 – 0.31 |
| | | 408 – 604 | 102 – 160 | 0.07 – 0.23 |
| | | 363 – 493 | 87 – 129 | 0.06 – 0.22 |
| | 70 | 332 – 434 | 69 – 113 | 0.04 – 0.18 |

У волейболисток различной квалификации, согласно письменных информированных согласий, проводились исследования образцов ДНК, полученных из клеток буккального эпителия [1, 9].

Проведен молекулярно-генетический анализ 3-х генетических систем, опосредующих активность нейромедиаторов головного мозга: 5НТТ

(L/S), 5HT2A (T102C), COMT (Val158Met). Для определения каждого полиморфизма использовали 2-х праймерную систему. Последовательность праймеров и метод детекции полиморфных локусов представлены в таблице 4.

Таблица 4 - Полиморфные локусы и последовательность праймеров

| Ген | Полиморфный локус | Последовательность праймеров | Метод детекции |
|-------|-------------------|---|----------------|
| 5HTT | rs 25531 | □ F 5'- CAATGTCTGGCGCTTCCCCTACATAT-3' □ R 5'- GACATAATCTGTCTTCTGGCCTCTCAA-3' | ПЦР |
| 5HT2A | rs 6313 | □ F 5'-CAAGGTGAATGGTGAGCAGAAA-3' □ R 5'-TGGCAAGTGACATCAGGAAATAGT-3' | ПЦР/ПДРФ |
| COMT | rs 4680 | □ F 5'-TCACCATCGAGATCAACCCC-3' □ R 5'-ACAACGGGTCAGGCATGCA-3' | ПЦР/ПДРФ |

Праймеры и условия ПЦР подбирались экспериментально. ПЦР проводили на автоматических термоциклерах Biometra (Germany).

В таблице 5 приведены индивидуально подобранные конкретные показатели температуры отжига для каждого из исследованных локусов.

Таблица 5 - Условия амплификации анализируемых ДНК – локусов

| Полиморфный локус | Температура | Время | Количество циклов |
|--------------------|-------------|--------|-------------------|
| 5HTT (rs 25531) | 94 °C | 5 мин | 1 |
| | 94 °C | 30 сек | 35 |
| | 58 °C | 60 сек | |
| | 72 °C | 60 сек | |
| 5HT2A (rs 6313) | 72 °C | 5 мин | 1 |
| | 94 °C | 5 мин | 1 |
| | 94 °C | 30 сек | 30 |
| | 58 °C | 30 сек | |
| 72 °C | 40 сек | | |
| COMT (rs 4680) | 72 °C | 4 мин | 1 |
| | 95 °C | 3 мин | 1 |
| | 95 °C | 30 сек | 35 |
| | 62 °C | 30 сек | |
| | 72 °C | 30 сек | |
| 72 °C | 4 мин | 1 | |

Продукты амплификации генов 5HT2A (T102C), COMT (Val158Met) обрабатывали рестриктазами. Комбинация длин рестрикционных фрагментов после обработки рестриктазами представлены в таблице 6.

Таблица 6 - Варианты генотипа и соответствующие длины фрагментов ДНК

| Ген | Рестриктаза | Длина фрагментов, п.о. | Генотип |
|-------|-------------|------------------------|---------|
| 5HTT | - | 311 | LL |
| | | 311+267 | LS |
| | | 267 | SS |
| 5HT2A | Msp I | 427 | TT |
| | | 427+252+175 | CT |
| | | 252+175 | CC |
| COMT | Nla III | 65+18+13 | AA |
| | | 83+65+18+13 | AG |
| | | 83+13 | GG |

Выводы

Полученные модельные характеристики показателей психофизиологической диагностики и генетического тестирования использованы для спортивного отбора, прогноза состояний, связанных с перенапряжением вегетативной нервной системы у представителей игровых видов спорта, включенных в проект в период предсоревновательной подготовки. Для создания благоприятного психологического климата в спортивных командах необходимо разрабатывать многокомпонентную структуру, которая будет учитывать межличностные и внутрикомандные отношения.

Литература

1. Ахметов И.И. Молекулярная генетика спорта: монография. М.: Советский спорт, 2009. — 268 с.
2. Врублевский Е.П., Губа В.П., Годлевский В.Е. Построение годового цикла тренировки женщин в скоростно-силовых видах легкой атлетики // Научный атлетический вестник. 2001. № 3. — С. 67-74.

3. Врублевский Е.П. Особенности подготовки спортсменов в скоростно-силовых видах легкой атлетики // Теория и практика физической культуры. 2005. № 7. — С. 6-8.

4. Врублевский Е.П., Врублевский Д.Е. Методологические основы индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов // Теория и практика физической культуры. 2004. № 6. — С. 46.

5. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. М.: Независимая фирма "Класс". 1998. — 398 с.

6. Маринич В.В., Губа В.П. Состояние вегетативной нервной системы при адаптации к тренировочной нагрузке у юных спортсменов на основании психофизиологического анализа зрительно-моторных реакций // Перспективы и основные направления подготовки олимпийского резерва и спорта высших достижений / сборник научных трудов IV Междунар. науч.-практ. конф., Смоленск, СГУОР, 2013. — С. 141-143.

7. Масловский Е.А., Яковлев А.Н., Саскевич А.П. Использование программы по физической подготовке юных футболистов в период проведения двухгодичного педагогического исследования // Известия Сочинского гос. университета: научный журнал. 2013. № 4-2 (28). — С. 155-159.

8. Семенов В.Г., Врублевский Е.П. Закономерности адаптационной изменчивости силы мышц женщин-спринтеров в процессе становления спортивного мастерства // Теория и практика физической культуры. 2000. № 9. — С. 22-24.

9. Сологуб Е., Таймазов В. Спортивная генетика: учеб. пос. М.: Терра-Спорт, 2000. — 127 с.

10. Технология индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов (теоретико-методические аспекты): монография / Е.П. Врублевский, С.В. Севдалев, А.Г. Нарскин, М.С. Кожедуб. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. — 223с.

Место и роль физической культуры в современном обществе

11. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Санкт-Петербург: Питер.
1997. — 206 с.

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | | |
|---|---|----|
| Альбаркайи Д.А., Хоршидахмед А.Х., Врублевский Е.П. | КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СО ШКОЛЬНИКАМИ | 4 |
| Артамонов С.Е. | ОБОСНОВАНИЕ КРИТЕРИЕВ ТИПОЛОГИИ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ФИТНЕС – ТРЕНЕРОВ | 10 |
| Астапова О.М., Строшков В.П., Будагьянц Г.Н. | ИНТЕГРАТИВНО-ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ СОТРУДНИКОВ РОСГВАРДИИ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАДАЧ | 17 |
| Беляев Н.Г., Левочкина Э.Д., Юшкова Л.Н., Плюйко В.В., Белоглазова А.С. | МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА САМОК КРЫС В УСЛОВИЯХ ВЫРАЖЕННОЙ ГИПОКСИИ | 22 |
| Боброва Г.В. | ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КАДЕТ | 28 |
| Бояркина А.А. | ВЕГЕТАТИВНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЛИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА МОБИЛЬНЫХ ТЕЛЕФОНАХ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ, ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ) | 36 |
| Бутыч Н.С. | ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТАНДАРТОВ ВОРЛДСКИЛЛС ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ | 42 |
| Быкасова Е.К., Зайцев А.А. | КОМПОНЕНТЫ СИНХРОННОСТИ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ | 48 |
| Зверева С.Н. | ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУ- ЗОК НА БИОЛОГИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ И ПОКАЗА- ТЕЛИ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ- ВETERАНОВ (НА ПРИМЕРЕ ЛЫЖНЫХ ГОНОК) | 55 |
| Зверева С.Н., Коротких С.В., Грабовская К.С. | ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РАЗВИТИЯ АССОЦИАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОГО БАСКЕТБОЛА В РЕГИОНАЛЬ- НЫХ КЛУБАХ (НА ПРИМЕРЕ ДИВИЗИОНА «СЕВАСТОПОЛЬ») | 61 |

| | | |
|--|---|-----|
| Котов Е.А., Котова Н.В. | ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПОЛОГИЧЕСКИХ СВОЙСТВ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮ- ЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ | 69 |
| Лашкевич С.В., Трофимович И.И., Шеренда С.В. | ВЛИЯНИЕ ПРЫЖКОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ПОВЫШЕНИЕ СКОРОСТНЫХ И СКОРОСТНО- СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ КВАЛИФИЦИРО- ВАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ | 77 |
| Лешкевич С.А., Потёмкина Е.И., Липовая Н.Н. | ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ВАЖНЕЙ- ШАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ЗДОРОВЬЯ | 83 |
| Лукьяненко В.П. Муханова Н.В. | ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ КАРДИОФИТНЕСА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ФУТБО- ЛИСТОВ | 87 |
| Маринич В.В., Яковлев А.Н. | ВЛИЯНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР | 97 |
| Митусова Е.Д., Шахбазян К.Х. | ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ ВО ВНЕУРОЧ- НОЕ ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ СО ШКОЛЬНИКАМИ | 104 |
| Мусяенко П.В., Меженская М.И. | ПРЕВЕНТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА ОСНОВЕ КОГНИТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ ДЛЯ ПРЕДОТ- ВРАЩЕНИЯ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА В СПОРТЕ | 111 |
| Примаченко П.В., Шеренда С.В. | ПРОГРАММА ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА В БАЗОВОМ МИКРО- ЦИКЛЕ | 118 |
| Севдалев С.В. | СТРУКТУРА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНО- СТИ СПОРТСМЕНОК-ПЯТИБОРОК МИРОВОГО УРОВНЯ | 124 |
| Севастьянова А.А., Строшков В.П. | ВЛИЯНИЕ ТЕХНИКИ ДЕКОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ НА УРОВЕНЬ СПОРТИВНЫХ РЕ- ЗУЛЬТАТОВ ВО ФРИДАЙВИНГЕ | 129 |
| Сизова Н.В. | АКТУАЛИЗАЦИЯ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ К БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНО- СТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА | 137 |
| Собянина Г.Н. | ОПТИМИЗАЦИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖА- ЩИХ КОНТРАКТНОЙ СЛУЖБЫ | 144 |

| | | |
|--|--|-----|
| Созинова О.В., Имамутдинова О.В. Русинова А.В. | ПЛАВАНИЕ – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ | 151 |
| Строшков В.П., Строшкова Н.Т., Будагьянц Г.Н. | ТЕХНОЛОГИЯ ОРГАНИЗАЦИИ СВОЕВРЕМЕННО- ГО КОНТРОЛЯ И КОРРЕКЦИИ СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ ВДАЛИ ОТ МЕДИКО- ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ ЦЕНТРОВ | 158 |
| Строшков В.П., Строшкова Н.Т., | ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА И ЕГО ПОДГОТОВЛЕННОСТИ К ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ НАГРУЗКЕ | 166 |
| Строшкова Н.Т., Строшков В.П. | ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ ИНТЕ- ГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ В ЮНОШЕ- СКОМ СПОРТЕ | 172 |
| Трофимович И.И., Нарскин А.Г., Геркусов А.С. | СПОРТИВНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ КАК СРЕДСТВО ВЫЯВ- ЛЕНИЯ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ | 178 |
| Цандыков В.Э. | ПРОГРАММА «СПОРТИВНАЯ БОРЬБА В ШКОЛУ» КАК ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА | 185 |
| Цандыков В.Э. | ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГР С ЭЛЕМЕНТАМИ ЕДИНО- БОРСТВ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ В ПЕРИОД САМОИЗОЛЯЦИИ | 192 |
| Яковлев А.Н., Яковлева М.А. | ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ШКОЛЬНИКОВ: СОСТОЯНИЕ, КАЧЕСТВО, МОНИ- ТОРИНГ | 199 |
| Яковлев А.Н., Яковлев А.А. | ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: ПРОБЛЕМЫ, ПЕРСПЕКТИВЫ | 206 |