

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ
ТРЕНИРОВКИ И ПОДГОТОВКИ КАДРОВ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ
И ТУРИЗМУ**

Материалы XV Международной научной сессии
по итогам НИР за 2016 год,
посвященной 80-летию университета

(Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г.)

В четырех частях

Часть 3

Минск
БГУФК
2017

УДК 796(06)
ББК 75:73
Н34

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК

Редакционная коллегия:

д-р пед. наук, проф. *Т. Д. Полякова* (главный редактор);
д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич* (заместитель главного редактора);

д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко*; д-р пед. наук, проф. *Е. И. Иванченко*;
д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский*; д-р пед. наук, д-р биол. наук, доц. *А. А. Михеев*;
д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов*; д-р пед. наук, проф. *А. М. Шахлай*

Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму : материалы XV Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2016 год, посвященной 80-летию университета, Минск, 30 марта – 17 мая 2017 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2017. – Ч. 3. – 427 с.
ISBN 978-985-569-160-1 (ч. 3).
ISBN 978-985-569-157-1.

В материалах XV Международной научной сессии по итогам НИР за 2016 год (ч. 3) рассматриваются психолого-педагогические, социологические, экономические, философские аспекты физической культуры, спорта и туризма, а также медико-биологические проблемы физической культуры и спорта.

Представленные материалы могут быть использованы профессорско-преподавательским составом, докторантами, аспирантами, магистрантами, студентами в научной деятельности и образовательном процессе в области физической культуры, спорта и туризма.

**УДК 796(06)
ББК 75:73**

**ISBN 978-985-569-160-1 (ч. 3)
ISBN 978-985-569-157-1**

© Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2017

ВОСПИТАТЕЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕРЫ, УСКОРЯЮЩИЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКУЮ АДАПТАЦИЮ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Дунай В.И., канд. биол. наук, доцент,

Аринчина Н.Г., канд. мед.наук,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Шестиловская Н.А.,

Белорусский государственный университет,

Республика Беларусь

Получение высшего образования включает в себя не только процесс приобретения новых знаний, но также встраивание в сложную систему новой образовательной среды, другими словами, активный процесс психофизиологической адаптации. Эффективность психофизиологической адаптации студентов, в свою очередь, обеспечивает высокий уровень их профессиональной готовности к работе, означающий желание и способность заниматься выбранным видом профессиональной деятельности.

Процесс адаптации студентов к условиям вуза включает три стадии, на каждой из которых социально-психологическая адаптация имеет свои особенности. На стадии преадаптации наблюдается стремление быть включенным во все аспекты студенческой жизни вместе с налаживанием быта и самообслуживания, трудностями организации самостоятельной работы. Первокурсники, столкнувшись с отсутствием внимания к себе и опеки, к которой они привыкли со стороны старших, в условиях УВО чувствуют себя дискомфортно. Отсутствие нового круга общения и потеря старых школьных контактов приводят к ощущению одиночества. На стадии адаптации студент приспосабливается к новому типу учебного коллектива, его обычаям и традициям, пытается найти референтную группу. Приспособления к новым образцам «студенческой» культуры, новых форм использования свободного времени способствуют формированию широких культурных запросов и потребностей, развитию социально значимых качеств личности. На стадии постадаптации окончательно складывается круг общения и происходит определение социальной роли, поэтому основные изменения здесь происходят именно на социально-психологическом уровне. В случае неудачной адаптации наблюдаются личностный эгоцентризм, инфантильные поведенческие реакции, отсутствие круга общения [2].

Цель исследования – выявить особенности психофизиологической адаптации студентов и предложить меры воспитательно-педагогического воздействия для ускорения процесса психофизиологической адаптации.

Для исследования психофизиологической адаптации студентов был разработан авторский опросник «Оценка адаптации студента в УВО» из 55 пунктов, который включил в себя следующие 9 шкал:

Когнитивная способность к обучению – шкала, определяющая умственные возможности студента в освоении новых знаний, включая такие способности, как восприятие новой информации, тяга к знаниям, умение структурировать информацию.

Психофизиологические индивидуальные особенности – шкала, показывающая индивидуальные предпочтения и умения в процессе обучения, легкость усвоения учебного материала, склонность к устным или письменным заданиям, способность выполнять контрольные работы и итоговую аттестацию.

Интерес к профессии – шкала, показывающая степень ориентирования в избранной профессии, перспективные планы на будущее место работы, стремление получить не только основные знания по предметам специальности, но и более углубленное изучение профессиональных вопросов.

Место учебы и получение высшего образования в жизни студента – шкала, показывающая соответствие ожиданиям в процессе получения высшего образования, соотношение успешности обучения с будущей работой, а также значимость будущей профессии в жизни студента.

Компетентность в специальности и знание основ профессии – шкала, показывающая субъективное восприятие себя студентом как профессионала в выбранной специальности, отражающая уровень субъективной компетентности в профессии.

Адекватность самооценки – шкала, отражающая самооценку студента как представителя выбранной профессии, показывающая, насколько респондент чувствует себя профессиональным на данный момент.

Уровень самодисциплины – шкала, показывающая способность студента самостоятельно, по своей инициативе, находить и выполнять задания, связанные с профессиональным становлением, также характеризует способность качественно выполнять учебные задания.

Коммуникативная компетентность – шкала, отражающая степень вовлеченности в коммуникативные процессы в процессе обучения, также описывает способности респондента к публичным выступлениям, к установлению и поддержанию межличностных контактов.

Статус в группе – шкала характеризует социометрическую позицию респондентов, способности стать лидером данной группы, принятие участия в решении проблем группы, информированности о происходящих событиях, авторитет студента внутри своей учебной группы.

Для диагностики психофизиологических показателей также были применены следующие методики: «Оценка проявлений психологической и физиологической профессиональной дезадаптации» О.Н. Родиной [3], «Тест оценки стрессоустойчивости» Ю.В. Щербатых [4], «Тест нервно-психической адаптации» И.Н. Гурвича [1].

Выборку составили 160 студентов 1–5-х курсов БГУ.

В таблице 1 приведены полученные результаты по шкалам опросника «Оценка адаптации студента в УВО» студентов 1–3-х и 4–5-х курсов.

Таблица 1 – Показатели психофизиологической адаптации студентов 1–5-х курсов (в %)

Шкала / Уровень показателя	Студенты 1–3-х курсов			Студенты 4–5-х курсов		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Когнитивная способность к обучению	0	61,9	38,1	0	28,6	71,4
Психофизиологические индивидуальные особенности	4,8	57,1	38,1	0	47,6	52,4
Интерес к профессии	19	76,2	4,8	9,5	14,3	76,2
Место учебы и получение высшего образования в жизни студента	4,8	19	76,2	0	9,5	85,7
Компетентность в специальности и знание основ профессии	9,5	90,5	0	0	38,1	61,9
Адекватность самооценки	4,8	95,2	0	0	19	81
Уровень самодисциплины	4,8	38,1	57,1	0	9,5	90,5
Коммуникативная компетентность	9,5	47,6	42,9	4,8	23,8	71,4
Статус в группе	4,8	81	14,3	9,5	57,1	33,3

Достоверный уровень различий ($p < 0,01$) выявлен по следующим шкалам: когнитивная способность к обучению, интерес к профессии, компетентность в специальности и знание основ профессии, адекватность самооценки.

В таблице 2 приведены полученные результаты по методикам «Оценка проявлений психологической и физиологической профессиональной дезадаптации» О.Н. Родиной, «Тест оценки стрессоустойчивости» Ю.В. Щербатых, «Тест нервно-психической адаптации» И.Н. Гурвича.

Таблица 2 – Основные показатели психологической и физиологической профессиональной дезадаптации, уровня стрессоустойчивости и нервно-психической адаптации студентов 1–5-х курсов

Показатель	Студенты 1–3-х курсов	Студенты 4–5-х курсов
Интегральный показатель психологической и физиологической дезадаптации	42,39±3,33	38,32±2,98
Повышенная реакция на ситуации	9,64±0,09	7,46±0,07
Предрасположенность к психосоматическим заболеваниям	3,89±0,15	3,85±0,15
Деструктивные пути борьбы со стрессом	2,66±0,08	2,45±0,08
Конструктивные пути борьбы со стрессом	3,33±0,08	4,12±0,09
Показатель нервно-психической адаптации	32,14±2,50	26,45±2,06

Студенты 4–5 курсов имеют достоверно ($p < 0,01$) более высокие показатели конструктивных путей борьбы со стрессом и нервно-психической адаптации и более низкие показатели психологической и физиологической дезадаптации, более низкую ситуационную реактивность по сравнению с студентами 1–3-х курсов. По шкалам «Предрасположенность к психосоматическим заболеваниям» и «Деструктивные пути борьбы со стрессом» существенных различий не выявлено.

Сравнительный анализ показателей психофизиологической адаптации студентов позволил сформулировать следующие рекомендации по воспитательно-педагогическому воздействию, ускоряющие процесс психофизиологической адаптации студентов в процессе обучения:

1) по мере возрастания курса обучения у студентов возникает потребность в получении все более новой и детальной профессиональной информации, следовательно, в учебных программах должно присутствовать усложнение содержания дисциплин для поддержания активного интереса, непротиворечивость содержания между преподаваемыми дисциплинами, также негативно влияют повторы уже изученного материала, когда содержание уже присутствовало в других дисциплинах, или содержание определенной дисциплины более упрощенное по сравнению с уже изученными дисциплинами, о чем свидетельствуют изменения в когнитивной способности к обучению по мере увеличения курса обучения;

2) рекомендуется, особенно на 1–2-х курсах, студентам давать различные виды заданий, сочетая устные и письменные контрольные работы, творческие и стандартизированные задания для более объективной оценки способностей и уровня знаний студентов, предоставлять студентам возможность выбора прохождения текущего контроля усвоения дисциплины, о чем свидетельствует равновесие в ответах студентов 1–3-х и 4–5-х курсов по психофизиологическим индивидуальным особенностям. Это позволит студентам, особенно первых курсов, поверить в собственные силы и знания и укрепиться в правильности выбора получаемой профессии;

3) проведение различных мероприятий по ознакомлению студентов с особенностями будущей профессии, ограничиваясь не только осуществлением учебной практики, но также путем организации встреч с выдающимися профессионалами, экскурсии в учреждения конкретного профессионального направления, проведение кураторами информирующих занятий, о чем свидетельствует слабое представление студентов младших курсов о возможных местах трудоустройства по специальности и функциональных обязанностях должностей;

4) проведение психологических тренингов на 1–2-х курсах обучения, направленных на сплочение учебной группы, выработки личной ответственности за групповой результат, стремлению к взаимопомощи. Данная рекомендация основана на низких показателях социометрических статусов, диагностированных более, чем у 50 % студентов 1–2-х курсов. У студентов 4–5-х курсов этот

показатель выше, но повышение уровня психофизиологической адаптации увеличивается за счет возрастания профессиональной компетентности в процессе обучения;

5) организация индивидуальных и групповых консультаций по профилактике стрессовых состояний, разрешению трудностей в процессе обучения кураторами и сотрудниками психологической службы УВО, о чем свидетельствуют пониженные показатели нервно-психической устойчивости, высокий уровень стресса и наличие умеренного и высокого уровней профессиональной дезадаптации у 60 % студентов 1–2 курсов обучения;

6) проведение общественных мероприятий с участием студентов, поручение общественных заданий, проведение конкурсов для повышения уровня индивидуальной ответственности, коммуникативной компетентности и самодисциплины.

1. Гурвич, И. Н. Тест нервно-психической адаптации / И. Н. Гурвич // Вестник гипнологии и психотерапии. – 1992. – № 3. – С. 46–53.

2. Педагогика и психология высшей школы: учеб. пособие / М. В. Буланова-Топоркова [и др.]; под ред. М. В. Булановой-Топорковой. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. – 544 с.

3. Практикум по психологии профессиональной деятельности: учеб. пособие / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. – СПб.: Санкт-Петербургский ун-т, 2000. – 304 с.

4. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2006. – 256 с.

СОДЕРЖАНИЕ

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ, ЭКОНОМИЧЕСКИЕ, ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА..... 3

Абрамович И.Р., Чернецова М.Д.

Агрессия в плавании и особенности проявления «чувства воды».....3

Александрович И.Л., Позняк Ж.А.

Проблемы психологической готовности лыжника-гонщика на соревновательном этапе6

Андреев Вит.В., Андреев Вл.В.

Эмпирические исследования психологической защиты личности в спортивной деятельности9

Антонов Г.В., Марцулевич А.Ч., Новик С.С.

Итоговый экзамен по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка» как эффективная форма комплексного тестирования курсантов УО «Академия МВД Республики Беларусь»12

Афтимичук О.Е.

Содержание частных закономерностей формирования ритма профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре15

Байрачный О.В.

Личностно-психологические характеристики тренера как один из детерминирующих факторов в построении системы многолетней подготовки юных футболистов.....20

Барташ В.А., Каранкевич А.И.

Изменение самооценки уровня развития двигательных-координационных способностей сотрудников милиции в процессе профессионализации.....24

Барташ В.А., Каранкевич А.И.

Изменения иерархической структуры профессионально важных двигательных-координационных способностей сотрудников милиции общественной безопасности на этапах профессионализации28

Барышникова Л.Н., Смоляк Ж.А., Касперович Е.В.

История развития социального института спорта в Республике Беларусь31

Башлакова Г.И., Гайдук С.А.

Комплексность занятий по профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учреждений высшего образования.....34

Белко А.Р., Байрамов Б.Ч.

Проявление мнемических особенностей единоборцев в спорте.....37

Бессарабова Е.В.

Индивидуальные различия проявлений здорового образа жизни в подростковом возрасте.....39

Бобрик Т.З.

Аксиологический компонент как основа профессионально-педагогической деятельности учителя физической культуры и здоровья44

Борисов В.В., Бурангулов А.Ф.

Обоснование педагогических условий повышения эффективности учебно-тренировочного процесса, направленного на развитие спортивных способностей юных баскетболистов.....47

Боровская Н.И., Мельник Е.В. Роль личностного фактора в профессиональном становлении студентов Белорусского государственного университета физической культуры	49
Борщ Д.С. Методика развития тактического мышления юных баскетболистов путем алгоритмизации действий	54
Буйко Т.Н. Спорт как социокультурный феномен: теоретико-методологический поиск.....	57
Волков Н.К., Мельхер Д.А., Неправская А.С. Основной вопрос практической психологии спорта	62
Волкова О.А. Становление художественной гимнастики в БССР (1946–1991)	65
Гиринская А.Ю. Взаимосвязь ситуативной тревоги и когнитивных ошибок в учебно-тренировочной деятельности спортсменов.....	68
Гончаренко Э.А. Учет индивидуальных особенностей курсантов при обучении стрельбе в учреждениях образования Министерства внутренних дел.....	73
Горская Г.Б. Опережающая постановка задач как стратегия психологического сопровождения подготовки спортсменов.....	76
Григоревич В.В., Пристуна Н.И. Анализ участия белорусских волейболистов в европейских соревнованиях	79
Григоревич И.В., Мицкевич Т.А., Бульбенова О.Н. Удовлетворенность студентов БГПУ качеством преподавания учебной дисциплины «Физическая культура».....	82
Дмитриев А.В. Психологическая подготовка боксеров на этапе начального обучения.....	85
Дунай В.И., Аринчина Н.Г., Воробей А.В. Сформированность гражданских и патриотических ценностных ориентаций и уровень спортивного мастерства у студенческой молодежи.....	88
Дунай В.И., Аринчина Н.Г., Шестиловская Н.А. Воспитательно-педагогические меры, ускоряющие психофизиологическую адаптацию студентов в процессе обучения.....	91
Заика В.М. Прогнозирование и отбор в стрелковом спорте.....	94
Зайцев И.Ф., Михеев А.А. К вопросу о системе стандартов определения уровня физической подготовленности студентов.....	97
Зайцев И.Ф., Михеев А.А. Теоретические исследования структуры свойств, характеризующих физические упражнения.....	101
Заколотная Е.Е. Притчи и дилеммы в духовно-нравственном образовании студентов-спортсменов.....	104

Зиядуллаев К.Ш., Курбанбаев И.Р., Юсупов З.З., Маматов М.Н., Бабаджанов Р.Ю. Развитие международного опыта государственного регулирования спортивной сферы в Узбекистане	108
Зиядуллаев К.Ш., Шомуродов Х.С. Экономическая оценка адекватности финансового механизма в управлении физической культурой и спортом	112
Ивашко С.Г., Якутина М.И. Особенности саморегуляции поведения легкоатлетов в спортивной деятельности	115
Ивко В.С., Либерман Л.А. Идеологическая и воспитательная работа на кафедре спортивной борьбы.....	117
Каранкевич А.И. Современные подходы в повышении уровня профессионально важных качеств курсантов в системе профессионально-прикладной физической подготовки	120
Караулова С.Н. Ресурсный подход в системе преодоления эмоционального выгорания инструкторов по фитнесу	123
Каспарова Е.Н., Дунай В.И. Агрессивность и гендерная ролевая характеристика спортсменов-единоборцев	127
Касперович Д.В., Мищенко Н.В. Психологические особенности здорового образа жизни студентов БГУФК	130
Кириченко В.П. Структурно-логическое изложение учебного материала как метод преподавания философии.....	132
Ковтун А.А., Огищенко А.В. Анализ гендерных различий в мотивах к занятиям физической культурой и спортом юношей и девушек, которые учатся в высших учебных заведениях	135
Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Зиневич Я.В., Мищенко В.С. Особенности текущего контроля психофизиологического состояния борцов высокой квалификации	139
Котловский А.В. Организация спортивной работы с лицами, имеющими особенности психофизического развития: анализ существующих проблем и критерии эффективности	143
Кошелева Е.А. Анализ показателей теоретической подготовленности студентов по дисциплине «Физическое воспитание»	147
Купчинов Р.И. Современные подходы к организации физического воспитания студентов УВО	151
Левкович Р.А. Особенности мотивации у подростков, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта.....	153
Левченко А.В. Проявление перфекционизма как свойства личности спортсмена	158
Масловская Ю.И., Овсянкин В.А. Влияние соревновательного метода на развитие волевых качеств у студентов	161

Матвеева И.В. К проблеме повышения эффективности преподавания учебной дисциплины «Информационные технологии в физической культуре и спорте» в современных условиях.....	164
Мельхер Д.А., Мельник Е.В. Тренинг формирования потребностно-мотивационной сферы личности как метод психологической подготовки спортсменов в игровых видах спорта.....	167
Мышенуд С.А. История перевода Священной книги – Библии	171
Орочко А.С., Орочко Е.С. Система оценки уровня физического состояния лиц, занимающихся физической культурой	174
Полулященко Ю.М., Бычков А.Н., Ковалев Д.А., Бычкова А.Ю. Факторы, воздействующие на предсоревновательное состояние пауэрлифтера высокой квалификации	177
Полякова Т.Д., Усенко И.В. Теоретико-методические аспекты формирования патриотического воспитания у студентов учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»	180
Пороховская М.В. Комплексный анализ технико-тактических действий квалифицированных гандболистов с использованием компьютерной программы HandballTraining	182
Пороховская М.В., Хлопцев В.А. Исследование результативности технико-тактических действий квалифицированных гандболистов на основе применения компьютерной программы HandballTraining.....	186
Раднагуруев Б.Б., Стрельникова И.В., Уляева Л.Г. Специфика профессиональной деятельности тренера в контексте личностной самореализации	189
Ротерс Т.Т. Эстетический аспект физического совершенствования человека.....	194
Рукавицына С.Л., Солтанович Л.Л. Взаимосвязь результатов измерений тестового и итогового контроля по дисциплине «Спортивная метрология».....	197
Савинкова О.Н. Применение педагогических технологий в системе образовательного пространства ВГИФК	200
Савчук А.Г., Маркач И.И., Чумила Е.А. Современный спорт: проблемы и пути их решения.....	203
Сакович Р.С., Кузьмицкая Е.А., Бельченко Л.С. Определение мотивации студентов Белорусского национального технического университета к занятиям физической культурой и спортом.....	205
Саскевич А.П., Масловский Е.А., Хижевский О.В. Физическая и техническая подготовка юных спортсменов в футболе на основе дифференцированного подхода	210
Селецкий А.В., Мельник Е.В. Ошибочные действия, их контроль в подготовке спортсменов-пятиборцев	214
Сенькевич О.И. Советская модель системы управления физической культурой и спортом в 20–30-е гг. XX в.	219

Сергеева П.С., Соболев Н.С., Сивицкий В.Г., Zubовский Д.К. Анализ повышения эффективности социально-психологической адаптации студентов-первокурсников БГУФК	221
Сивицкий В.Г. Возможности психологической игры в подготовке спортсменов	224
Сидорчук Т.В., Анастасьева З.В. Влияние сюжетных физкультурных занятий на эмоциональное состояние детей 5-го года жизни	227
Старовойтова А.В. Соблюдение компонентов здорового образа жизни у студенческой молодежи	232
Уляева Г.Г. Специфика психологической подготовки спортсменов-паралимпийцев класса Т-46 на этапе углубленной спортивной специализации	234
Уляева Л.Г. Модель успешной самореализации личности в детско-юношеском спорте	239
Федоренко П.В. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих зарубежных государств	243
Федотова О.И., Иващенко С.Г. Учет психофизиологических особенностей стрелков из лука в тренировочной деятельности	247
Хвацкая Е.Е. Взаимодействие в системе «Психолог – тренер» при реализации психологического сопровождения спортивного резерва	249
Царь В.В., Юрчик Н.А. Профессионально важные качества личности тренера	253
Чухланцева Н.В. Активные видеоигры в учебном процессе физического воспитания школьников	256
Шахлай А.М., Марцулевич А.Ч., Новик С.С. Интенсификация начального этапа обучения курсантов боевым приемам борьбы по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка» в УО «Академия МВД Республики Беларусь»	260
Широканов Д.И., Булова М.К. Социальные и личностные следствия информационных трансформаций	262
Шишлова Э.А., Дунай В.И. Отношение современной студенческой молодежи к учебной дисциплине «Физическая культура»	265
Шиян О.В., Шиян В.Н. Особенности состояния физической подготовленности студентов высшего учебного заведения технического профиля	270
Шкирьянов Д.Э. Рейтинговая система оценки знаний, умений и навыков по учебной дисциплине «Физическая культура» (на примере УВО медицинского профиля)	273

Шукан С.В., Леонов В.В.

Технические средства обучения в самостоятельной работе по профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь277

Юсковец Е.И.

Генетическая обусловленность психофизиологических критериев отбора в легкоатлетических видах на выносливость279

Юспа Т.В., Ширкова Л.П.

Влияние занятий хип-хоп-аэробикой на притязания и самооценку девочек 13–14 лет.....282

Юшкевич Т.П., Чумила Е.А.

Повышение психологической готовности курсантов Университета гражданской защиты МЧС Беларуси к особенностям будущей профессиональной деятельности286

Якубович С.К., Козулько А.Н.

Анализ выступления белорусских толкателей ядра на Олимпийских играх и чемпионатах мира ..288

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА..... 292

Аниськова О.Е., Забело Е.И.

Особенности проявления силы воли у студентов-спортсменов292

Аринчина Н.Г., Аниськова О.Е., Дерех Э.К.

Особенности вегетативного гомеостаза, кожного дермографизма и состояния гемодинамики у студентов спортивного профиля.....294

Банецкая Н.В., Баилак О.Б., Комар Е.Б., Суворова И.М., Копейкина С.А., Лашкевич А.Н.

Исследование состояния компонентного состава массы тела девочек младшего возраста, занимающихся у-шу298

Бергтраум Д.И.

Особенности периферической гемодинамики квалифицированных спортсменов разных специализаций в состоянии покоя.....301

Борщ М.К., Пфейфер Д.С.

Мониторинг компонентного состава массы тела высококвалифицированных борцов различных весовых категорий304

Бугаевский К.А.

Исследование анатомо-морфологических значений и особенностей костного таза у спортсменок, занимающихся вольной борьбой309

Бугаевский К.А.

Исследование значений полового диморфизма и гендерной идентификации типа личности спортсменок311

Гамза Н.А., Жукова Т.В., Соловей С.П.

Основные очаги хронической инфекции у спортсменов316

Гилеп И.Л., Ильютик А.В., Гайдукевич И.В.

Взаимосвязь полиморфизма гена *MAOA* с показателями тестирования, определяющими нервно-психическую устойчивость у спортсменок игровых видов спорта.....320

Гладкова Ж.А., Песоцкая Я.А., Тихонович О.Г., Пашкевич С.Г.

Оценка защитных реакций крыс на фоне прекондиционирования и в условиях эндотоксемии324

Еншина А.Н. Опыт разработки низкокалорийного рациона для постепенного снижения массы тела в спортивной практике	327
Зубовский Д.К. Обоснование использования физических методов у спортсменов	329
Иванова Н.В., Петрова Е.Э., Гладкая Н.В., Дворяков М.И. Оценка функционального состояния кардиореспираторной системы спортсменов циклических видов спорта в подготовительном и соревновательном периодах подготовки.....	332
Ильютин А.В., Асташова А.Ю., Зубовский Д.К. Сравнительный анализ показателей variability сердечного ритма у 17–18-летних боксеров и бегунов на короткие и средние дистанции.....	337
Ильютин А.В., Гилеп И.Л. Физическая работоспособность и биохимические показатели крови конькобежцев с различными генотипами гена <i>CYP17A1</i>	341
Ковалева О.А., Солнцева Г.В., Чуглазова А.М., Бернадская Д.В. Физическое здоровье как интегральный показатель уровня адаптации организма студентов к образовательному процессу	345
Кулитка Э.Ф. Сила и подвижность нервных процессов у боксеров разной спортивной квалификации.....	348
Курбанов Д.И., Гаркавый В.С., Олешкевич Р.П. Анализ режима питания студентов Гродненского государственного медицинского университета.....	351
Лойко Т.В., Рубчя И.Н., Жилко Н.В. Особенности вегетативной регуляции сердечной деятельности у юных футболистов в возрасте 12–13 лет.....	354
Лойко Т.В., Захаревич Ю.И. Физическая работоспособность студентов учреждения высшего образования физкультурного профиля.....	358
Манкевич А.Н., Давыдов В.Ю. Анализ морфофункционального и силового потенциала юных пловцов.....	362
Марук К.С., Пальвинская Л.В. Повышение физической работоспособности гребцов в процессе спортивной подготовки.....	366
Мороз Е.А., Шкуматов Л.М., Шантарович В.В. Количественные характеристики анаэробного механизма энергообеспечения у гребцов на байдарках на подготовительном этапе разных годовых тренировочных циклов	370
Пригодич Д.Н., Давыдов В.Ю., Куралева О.О., Лобанов О.Ю. Типы конституции (соматотипы) спортсменов, специализирующихся в гребле на байдарках	375
Рубахова В.М. Прогностическая значимость теста вестибулярной дисфункции у спортсменов.....	377
Рубчя И.Н., Жилко Н.В. Функциональное состояние дыхательной системы у 12–17-летних футболистов.....	383
Рубчя И.Н., Песоцкая Я.А. Особенности функционального состояния системы дыхания студентов-спортсменов с аэробной направленностью тренировочного процесса	385

Солнцева Г.В., Ивашко А.С., Ковалева О.А. Морфофункциональный статус учащихся как показатель адаптивных возможностей организма	389
Соловей С.П., Гамза Н.А. Внезапная сердечная смерть у спортсменов	392
Соловьева Н.Г., Тихонова В.И. Интеграция информационных технологий в систему физического воспитания и здоровьесбережения	395
Сукач Е.С. Особенности центральной гемодинамики юных спортсменов в процессе адаптации к физическим нагрузкам.....	398
Сулейманова М.И. Мониторинг физической и функциональной подготовленности студентов первого года обучения.....	401
Турсунов Н.Б. Изучение функционального состояния дыхательной системы легкоатлетов-паралимпийцев Узбекистана	404
Турсунов Н.Б., Джалилов Х.Х., Газиева З.Ю., Худайкулов Ш.Х., Расулова М.И. Опыт применения препарата «Экдистен» в спортивной практике	408
Улащик В.С., Зубовский Д.К. Средства и методы физиотерапии в спорте.....	412
Чиженок Т.М., Коваленко Ю.А. Исследование показателей состояния организма юношей с приоритетным использованием средств футбола.....	416