

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА  
И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*Материалы Международной научно-практической (on-line) конференции молодых ученых*

25 марта 2021 года

Челябинск 2021

УДК 796:612  
ББК 75.07  
П 78

Физиологическое сопровождение тренировочного процесса и занятий физической культурой : материалы международной научно-практической (on-line) конференции молодых ученых (25 марта 2021 г.) / Отв. ред. Н.П. Петрушкина – Челябинск : УралГУФК, 2021. – 244 с.

Редакционная коллегия: д.м.н., профессор, заведующая кафедрой физиологии Н.П. Петрушкина  
к.п.н., доцент Е.В. Звягина  
к.п.н., доцент И.Ф. Харина

В сборнике представлены материалы международной научно-практической (on-line) конференции молодых ученых, отражающие результаты научно-исследовательской работы по направлениям: современные подходы к изучению состояний, возникающих при занятиях физкультурно-оздоровительной, спортивной и рекреационной деятельности, инновационные критерии оценки адаптации к спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности, проблемы оценки функционального состояния спортсменов на различных этапах тренировочного или физкультурно-оздоровительного процесса, эффективность планирования и реализации программ восстановления и сохранения здоровья спортсменов. Материалы будут полезны для студентов, магистрантов, аспирантов и профессорско-преподавательского состава педагогических вузов и вузов физической культуры.

ISBN 978-5-93216-577-5

© УралГУФК, 2021  
© Коллектив авторов, 2021

## ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ЗАНЯТИЙ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ

Шмат В.А., Колесникова Н.Н.

**Актуальность.** Занятия атлетической гимнастикой приобретают в настоящее время все большую популярность среди молодежи. Большое разнообразие методик занятий, возможность дозировать нагрузки делает атлетизм доступным для использования в физическом воспитании различных возрастных групп населения. Как достаточно молодой вид спорта, атлетизм еще не в полной мере исследован и нуждается в научном обосновании и уточнении многих спорных, на взгляд ученых, положений.

**Цель исследования** – оценить эффективность атлетической гимнастики как средства воспитания физических качеств юношей 16-17 лет.

**Материалы и методы исследования.** Решение поставленных задач определило выбор следующих методов исследования: анализ научно-методической литературы, тестирование физической подготовленности, педагогический эксперимент, методы математической статистики. Эксперимент проводился в течение шести месяцев на базе ГУ «ДЮСШ г. Лунинца». В качестве экспериментальной (Э) группы была определена группа юношей 16-17 лет, обучающихся в школах города и приступивших к занятиям атлетизмом непосредственно во время начала эксперимента. Результаты, полученные в ходе эксперимента, сравнивались с показателями физической подготовленности их сверстников, не посещавших занятия в атлетической гимнастикой и составлявших контрольную группу.

**Результаты исследования.** Результаты оценки физической подготовленности испытуемых позволили отметить недостаточный уровень развития физических качеств, в сравнении, с данными возрастных оценочных таблиц. В сгибании-разгибании рук в висе на высокой перекладине средний показатель составил 4,1 подтягивания. В сгибании-разгибании туловища в положении лежа испытуемые в среднем смогли выполнить упражнение 52,5 раза. Показатель качества ловкости при выполнении теста «челночный бег» в среднем составил 8,3 секунды. При выполнении прыжка в длину с места, результат скоростно-силовых качеств испытуемых равнялся в среднем 179,35 сантиметрам. При этом не отмечено достоверных различий в уровне развития исследуемых физических качеств юношей экспериментальной группы от остальных обследуемых ( $P > 0,05$ ).

Исходя из результатов предварительного исследования и анализ научно-методической литературы, нами были разработаны комплексы атлетической гимнастики для повышения уровня развития физических качеств юношей 16-17 лет. О целесообразности использования атлетизма, с целью развития физических качеств старшеклассников можно судить по величине динамики результатов их физической подготовленности за период эксперимента.

**Выводы:** юноши 16-17 лет имеют низкие показатели во всех исследуемых двигательных качествах по сравнению с данными возрастных оценочных таблиц; с целью развития силовой выносливости, ловкости, скоростно-силовых качеств у старшеклассников целесообразно использовать средства атлетизма: в результате занятий данным видом физических упражнений, показатели вышеперечисленных физических качеств достоверно улучшились ( $P < 0,05$ ).

### **Список использованных источников**

1. Анпилогов, И.Е. *Методика специальной скоростно-силовой подготовки юношей-спринтеров на основе применения средств локально-избирательного воздействия* / И.Е. Анпилогов, Е.П. Врублевский // *Теория и практика физической культуры*. – № 4. – 2011. – С. 72.
2. *Восприятие будущего в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью: проблемы и перспективы* / А.Н. Яковлев, Е.П. Врублевский, В.И. Стадник, А.А. Кравченко, М.А. Яковлева, Н.А. Глушенко // *Теория и практика физической культуры*. – 2020. – № 1 (979). – С. 98-100.
3. Врублевский, Е.П. *В помощь тренеру* / Е.П. Врублевский, Р.К. Козьмин // *Легкая атлетика*. – 1983. – № 12. – С. 13.
4. Врублевский, Е.П. *Уровень физической подготовленности школьников, проживающих в различных экологических средах* / Е.П. Врублевский, Л.Г. Врублевская, Г.И. Нарский // *Здоровье для всех*. – 2010. – № 2. – С. 9-11.
5. Врублевский, Е.П. *Выпускная квалификационная работа. Подготовка, Оформление, Защита* / Е.П. Врублевский, О.Е. Лихачев, Л.Г. Врублевская. – М.: *Физкультура и спорт*, 2006. – 228 с.
6. Колесникова, Н.Н. *Развитие скоростно-силовых способностей у школьников 15-16 лет средствами футбола* / Н.Н. Колесникова, О.В. Лимаренко // *Экология. Здоровье. Спорт: сборник науч. статей VII Международной научно-практической конференции* / Забайкал. гос. ун-т. – Чита. – 2017. – С. 590- 595.
7. Лимаренко, О.В. *Динамика некоторых показателей физической выносливости школьников 12-15 лет* / О.В. Лимаренко, А.А. Лимаренко // *Современные проблемы физического воспитания студентов и студенческого спорта: сб. ст. и тезисов Всероссийской научно-практической конф с международным участием / ред.-сост. А.Г. Поливаев. – Ишим: Изд.ИГПИ им. П.П. Ершова, 2013. – С. 32-39.*
8. Логвина, Т.Ю. *Организационно-методическая направленность процесса сохранения здоровья детей средствами физической культуры* / Т.Ю. Логвина, Е.П. Врублевский, В.Ф. Костюченко // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. – 2016. – № 8 (138). – С. 116–121.
9. Манжелей, И.В. *Педагогические модели физического воспитания* / И.В. Манжелей. – Челябинск, 2007. – 152 с
10. Макеева, В.С. *Развитие личности в образовательном пространстве физической культуры* / В.С. Макеева // *Культура физическая и здоровье*. – 2006. – № 2 (8). – С. 58-62; // *Культура физическая и здоровье*. – 2006. – № 3(9). – С. 63-68.

11. Максимук, О.В. Изучение мотивации студентов к занятиям китайской оздоровительной гимнастикой ушу / О.В. Максимук, Е.П. Врублевский, W. Lin // *Физическое воспитание студентов*. – 2014. – № 3. – С. 40-43.
12. Скорина, А.А. Организация подготовки юных дзюдоистов с учетом данных генетического анализа / А.А. Скорина, Е.П. Врублевский, Л.Г. Врублевская // *Наука и спорт: современные тенденции*. – 2015. – Т. 6. – № 1. – С. 56–60.
13. Misyura, A.A., Vrublevskiy, E.P. Albarkaayı D. *Physical culture in the life of elementary school pupils* // *Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал*. – 2019. – № 3. – S. 197-202.
14. Vrublevskiy E.P., Khorshid A.Kh., Albarkaii D.A. *Focused strength and speed-strength trainings of sprinters*. // *Theory and Practice of Physical Culture*. – 2019. – №4. – p.3-5.
15. Петрушкина Н.П. Проблема подготовки к службе в армии молодых людей с высоким риском развития дизадаптационных нарушений / Петрушкина Н.П. // В сборнике: *Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных организациях физической культуры. Материалы XXVII Региональной научно-методической конференции. Уральский государственный университет физической культуры*. 2017. С. 162-164.
16. Петрушкина Н.П. Физическая подготовленность к службе в армии юношей призывного возраста / Петрушкина Н.П., Барышев А.В. // *В мире научных открытий*. 2010. № 4-17 (10). С. 51-52.
17. Барышев А.В. Проблема адаптации военнослужащих по призыву к службе в вооруженных силах: социальный и медико-биологический аспекты / Барышев А.В., Петрушкина Н.П., Ширшиков В.В. // *Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура*. 2008. № 4 (104). С. 82-83.
18. Физическая подготовка к службе в вооруженных силах подростков с высоким риском развития дизадаптационных нарушений / Петрушкина Н.П., Жуковская Е.В., Коломиец О.И., Карелин А.Ф. Москва, 2017.
19. Якубовская И.А. Оценка морфофункционального статуса студентов призывного возраста физкультурного вуза / Петрушкина Н.П., Якубовская И.А. // В сборнике: *Актуальные проблемы физического воспитания, спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуры. материалы Международной научно-методической заочной конференции, посвященной 70-летию кафедры физического воспитания и спорта УО "Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины": электронное научное издание. Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины*. 2017. С. 500-505.

## СОДЕРЖАНИЕ

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ ПРИ СПАСТИЧЕСКИХ ФОРМАХ ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛИЧА ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ТРЕНАЖЕРА BOSU Абраменко А.В., Коломиец О.И.....	11
ОБОСНОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПАУЭРЛИФТЕРОВ Блатун А.П., Гусинец А.П. ....	16
НЕЙРОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ИЗУЧЕНИИ ОСОБЕННОСТЕЙ ЗВУКОПРОИЗНОЩЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОНР III УРОВНЯ ПРИ ЗАНЯТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Бондарская А.В., Лапшина Л.М. ....	21
ОСОБЕННОСТИ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПОСЛЕ НОКДАУНА У ДЕВУШЕК-БОКСЕРОВ 13-15 ЛЕТ Бушуева М.Е. ....	23
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА 100 МЕТРОВ С БАРЬЕРАМИ Вырский М.М., Соломонов Е.П., Севдалев С.В. ....	25
РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В СНИЖЕНИИ ГИПЕРАКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ Галимова А.В, Терещенко М.Н. ....	28
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР Гозбенко Д.И., Терещенко М.Н.....	30
ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КРОССФИТОМ Гордейчук М.С., Плешко М.А., Полухович А.Д., Яковлев А.Н. ....	33
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ Гутников Д.Г., Швец Г.В. ....	35
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ У СТУДЕНТОВ (ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР) Дехтярева О.А. ....	37
ПОТЕНЦИАЛ ПРОЕКТНО-ПРОГРАММНОГО ПОДХОДА ДЛЯ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА Жуковец В.А., Горовой В.А. ....	39

ВЫБОР МЕТОДОВ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ВЕГЕТАТИВНОЙ ДИСФУНКЦИИ. ПАТОГЕНЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ Казанцева Т. В., Коломиец О.И. ....	43
ОТНОШЕНИЕ СТАРШЕКЛАССНИЦ К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ Карзанова Д.В., Горовой В.А. ....	48
ОСОБЕННОСТИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ Карнаух П.А., Распопова А.С. ....	52
ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА К ЗДОРОВЬЮ Кобец Е.А., Кривошей Н.Н. ....	54
ПОТРЕБНОСТИ СТУДЕНТОВ В РЕКРЕАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ Колоцей К.В., Голос Ю.И., Горовой В.А. ....	59
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ, КАК УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ КОМПЕНСАЦИИ САХАРНОГО ДИАБЕТА ПЕРВОГО ТИПА Комарова А.Ю., Терещенко М.Н. ....	62
УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ПАМЯТИ СТУДЕНТОВ УРАЛГУФК Коновалова В.С., Меньшиков А.А. ....	63
ОЦЕНКА ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ С ПОСЛЕДСТВИЯМИ ДЕТСКОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛИЧА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ Кошкина К.С., Чипышев А.В., Быков Е.В. ....	68
РОСТ СКОРОСТНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ НАГРУЗКИ СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ Лашкевич С.В., Врублевский Е.П. ....	72
КОРРЕКЦИЯ НАРУШЕНИЙ АРТИКУЛЯЦИИ И НЕДОРАЗВИТИЯ РЕЧЕВОГО АППАРАТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗПР НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ Литовкина В.А., Лапшина Л.М. ....	76
ПРИМЕНЕНИЕ КРОССФИТА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ Логош Е.В., Осипенко Е.В. ....	80
ФОРМИРОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ НА ТРЕНАЖЕРЕ «КООРДИНАЦИОННО-СКОРОСТНАЯ ЛЕСТНИЦА» Лопатин А.Т., Волков П.Б. ....	85

ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ Лучкив К.А. ....	89
РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ РЕЖИМА ДНЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА Мартьянова Е.Е., Терещенко М.Н. ....	94
ПОДХОДЫ К ФИЗИОЛОГИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ В ПАРУСНОМ СПОРТЕ Мирасова К.Р. ....	97
ИССЛЕДОВАНИЕ РАЦИОНА ПИТАНИЯ У СТУДЕНТОВ УРАЛГУФК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ Михайлусова Ю.С. ....	106
ИЗУЧЕНИЕ ПРОСТОЙ ЗРИТЕЛЬНО-МОТОРНОЙ РЕАКЦИИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОДНЫМ ПОЛО Мучкина А.А. ....	110
МЕТОДИКА ОЦЕНКИ РАЦИОНАЛЬНОСТИ ТРЕНИРОВОК СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕКЦИИ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛИ Наумова П.В., Гусева А.О., Бабалян А.С. ....	112
ЧИРЛИДИНГ И ЧИР СПОРТ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП ЗДОРОВЬЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО Николаева Д. В., Коломиец О.И. ....	116
КОРРЕКЦИЯ ЗРИТЕЛЬНОЙ ПАМЯТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗКУЛЬТУРОЙ Павлова Д.С., Лапшина Л.М. ....	121
ВЛИЯНИЕ МИОФАСЦИАЛЬНОГО РЕЛИЗА И УПРАЖНЕНИЙ НА БАЛАНС НА КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДЖИУ-ДЖИТСУ Питиркин Ф.Ю., Коломиец О.И. ....	126
ПРИМЕНЕНИЕ АВТОРСКИХ КОМПЛЕКСОВ ПО РАЗВИТИЮ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У УЧАЩИХСЯ 2-х КЛАССОВ Побелян А. И., Осипенко Е.В. ....	129
ХАРАКТЕРИСТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МЕТАТЕЛЕЙ ДИСКА МЕЖДУНАРОДНОГО КЛАССА Примаченко П.В., Врублевский Е.П. ....	133



ОЦЕНКА ВЗАИМОСВЯЗИ РЕЗУЛЬТАТОВ В БЕГЕ НА 100 МЕТРОВ И МЕТАНИИ КОПЬЯ (СТУДЕНТЫ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ) Примаченко П.В., Молчанов В.С., Бондаренко К.К. ....	138
ВЫЯВЛЕНИЕ КОРРЕЛЯЦИОННОЙ ВЗАИМОСВЯЗИ В ТОЛКАНИИ ЯДРА И ПРЫЖКАХ В ВЫСОТУ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Примаченко П.В., Молчанов В.С., Геркусов А.С. ....	141
ДИНАМИКА АДАПТАЦИОННЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ 18-23 ЛЕТ В РАЗЛИЧНЫХ МИКРОЦИКЛАХ Радаева К.А., Борисова Т.В. ....	145
НАУЧНЫЕ ПОДХОДЫ, ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ Реутова М.С., Ерина И.А. ....	147
ПОКАЗАТЕЛИ СЕНСОМОТОРНОЙ РЕАКЦИИ СТУДЕНТОВ СПОРТИВНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ Роньжина Е. А., Машкова М. П. ....	150
ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ, ВХОДЯЩИХ В ГРУППУ СОЦИАЛЬНО ДЕЗАДАПТИРОВАННЫХ Руткевич Д.Г., Колесникова Н.Н. ....	155
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ 4-Х КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ОСНОВЕ ШОРТ-ТРЕКА Станкевич А.Н., Митусова Е.Д. ....	158
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В АСПЕКТЕ ПОЛОДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА Степанова Е.О., Степанова Е.О., Терещенко М.Н. ....	160
ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОТБОРА ЮНЫХ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ Тарасевич А.Ю., Фурманов А.Г. ....	163
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ, КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ДОСУГА СТУДЕНТОВ Терех А.А., Сафронова Г.В., Горовой В.А. ....	168
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ 14-15 ЛЕТ Терехина Е.С., Пустозеров А.И. ....	172

ЗНАЧЕНИЕ УЛЬТРАЗВУКОВОЙ ДИАГНОСТИКИ ТЕНДИНОПАТИИ У СПОРТСМЕНОВ С СИНДРОМОМ ДИСПАЗИИ СОЕДИНИТЕЛЬНОЙ ТКАНИ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗА ПРОВОДИМОЙ РЕАБИЛИТАЦИЕЙ Титухов Р.Ю., Кинзерский С. А., Сумная Д.Б. ....	177
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ КАК ОСНОВА ОРГАНИЗАЦИИ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ СВЯЗНОЙ РЕЧИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ ВО ВРЕМЯ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ Хохлова А.Ю., Лапшина Л.М. ....	181
ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ Цвирко Д.С., Горовой В.А. ....	185
КОРРЕКЦИЯ ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОНР III УРОВНЯ ПОСРЕДСТВОМ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ Цынченко А.А., Лапшина Л.М. ....	191
ИССЛЕДОВАНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ СПОРТСМЕНОВ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА Шептицкая А.В. ....	195
ВЕСТИБУЛЯРНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ Шиллер И.Е. ....	197
ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ЗАНЯТИЙ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ Шмат В.А., Колесникова Н.Н. ....	203
ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ КОНТРОЛЕ ЗА ФИЗИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ И СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ Шпарун А.В., Осипенко Е.В. ....	206
ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ МЕНЕДЖМЕНТА И МАРКЕТИНГА СЕРВИСНЫХ УСЛУГ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ Яковлев А.А., Яковлев А.Н. ....	211
ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ Яковлев А.А., Лебедь-Великанова Е.Е. ....	213

ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕВУШЕК 10-11 КЛАССОВ Яковлев А.А., Яковлев А.Н. ....	215
ADOLESCENTS' REGULARLY CONSUMING LOW-ALCOHOLIC BEVERAGES SICKNESS RATE Bayerbach A. V., Stepanenko I. P., Petrushkina N.P. ....	217
OPPORTUNITIES FOR HEALTH-IMPROVING SHAPING CLASSES WITH STUDENTS Dominiak N., Tatarchuk Yu. ....	220
POSSIBILITIES OF USING PLANT IMMUNOMODULATORS IN COVID-19 PREVENTION Simonova N. A., Komleva E. V., Petrushkina N. P.....	223
AGGRESSION LEVEL ASSESSMENT IN ADOLESCENTS WITH INTERNET ADDICTIONSIGNS OF Simonova N. A., Rucska A., Plachy Ju. K., Petrushkina N. P. ....	232
PILATES CLASSES INFLUENCE OVER ELDERLY WOMEN'S NERVOUS SYSTEM FUNCTIONAL STATE Stepanenko V. ....	235
YOUNG SPRINTERS'VARIOUS OPTIONS FOR SPECIAL STRENGTH TRAINING ORGANIZATION EFFECTIVENESS Khorshid A. H., Vrublevsky E.P. ....	239
APPLICATION POSSIBILITIES OF USING EASTERN METHODS FOR RESTORING ATHLETES' WORKING CAPACITY B Sui Mintan, Kazarina A. S., Mironova V. M. ....	242