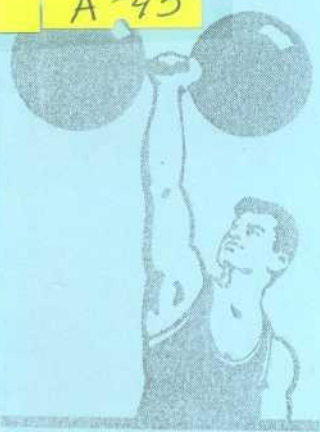


75.1
А-43



Актуальные проблемы

физического воспитания,

спорта и туризма



Материалы III Международной
научно-практической конференции

г. Мозырь, 13–15 октября 2010 г.



Мозырь

2010

75.1
А-43

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«МОЗЫРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ И. П. ШАМЯКИНА»

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА**

**Материалы
III Международной
научно-практической
конференции
г. Мозырь, 13–15 октября 2010 года**

Мозырь
2010



УДК 796
ББК 75
А-43

**Редакционная
коллегия:**

Председатель: **В. В. Валетов**, доктор биологических наук, профессор (г. Мозырь);
Зам. председателя: **И. Н. Кралеви́ч**, кандидат педагогических наук, доцент (г. Мозырь);
С. М. Блоцкий, кандидат педагогических наук, доцент (г. Мозырь);
В. А. Барков, доктор педагогических наук, профессор (г. Гродно);
Е. П. Врублевский, доктор педагогических наук, профессор (г. Пинск);
П. В. Квашук, доктор педагогических наук, профессор (г. Москва);
Г. И. Нарский, доктор педагогических наук, профессор (г. Гомель);
В. Г. Никитушкин, доктор педагогических наук, профессор (г. Москва);
А. Г. Фурманов, доктор педагогических наук, профессор (г. Минск);
К. К. Бондаренко, кандидат педагогических наук, доцент (г. Гомель);
И. М. Масло, кандидат педагогических наук, доцент (г. Мозырь);
С. В. Севдалев, кандидат педагогических наук, доцент (г. Гомель);
С. Н. Щур, кандидат педагогических наук, доцент (г. Мозырь).

Рецензент

доктор педагогических наук, профессор

УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»

Г. И. Нарский.

Печатается согласно плану научно-практических мероприятий
Министерства образования Республики Беларусь
и приказу по университету № 807 от 08.09.2010 г.

**Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и
А-43 туризма: материалы III Междунар. науч.-практ. конф., г. Мозырь,
13–15 окт. 2010 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина; редкол.:
В. В. Валетов (пред.) [и др.]. – Мозырь, 2010. – 277 с.
ISBN 978-985-477-406-0.**

В сборнике представлены материалы конференции, отражающие результаты научных исследований в области физической культуры, спорта и туризма.

Сборник предназначен для научных работников, преподавателей высших и средних учебных заведений, методистов по физическому воспитанию, студентов.

Материалы публикуются в авторской редакции.

**УДК 796
ББК 75**

ISBN 978-985-477-406-0

© Коллектив авторов, 2010
© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2010

ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПРИНТЕРСКИМ БЕГОМ

Л.Г. Врублевская (УО «ПолГУ»)

Введение. Высокий уровень достижений в современном спорте требует от специалистов постоянного творческого поиска методов совершенствования спортивной подготовки. Это наиболее важно для рационального построения тренировочного процесса женщин-спортсменок, так как организм женщин характеризуется целым рядом морфологических, физиологических и психологических особенностей. Учет специфики женского организма при построении тренировочного процесса необходим не только для обеспечения высокого уровня подготовки спортсменок, но и получения должного оздоровительного эффекта от занятий физическими упражнениями (В.Н. Платонов; 1984, Е.А. Коновалова; 1995, В.Н. Михаленя; 1998).

Анализ научно-методической литературы показал, что вопросам силовой подготовки спортсменов уделяется большое внимание (Ю.В. Верхошанский; 1988, Н.Г. Озолин; 2003). Однако силовые способности человека чрезвычайно многообразны, их проявление зависит от целого ряда факторов, в том числе от специфики спортивной деятельности. До настоящего времени существуют противоречия в вопросах эффективности

силовой подготовки спортсменов различных видов спорта, возраста и квалификации. В тренировочном процессе легкоатлетов используются различные режимы выполнения силовых упражнений, однако степень их влияния на проявление силовых способностей бегуний недостаточно освещена в научно-методической литературе. Поэтому исследование эффективности различных режимов силовой тренировки применительно к подготовке девушек-спринтеров на этапе углубленной спортивной специализации является актуальной задачей спортивной тренировки.

Средства, методы и организация исследования. С целью изучения влияния силовой тренировки различной направленности на уровень специальной физической подготовленности легкоатлеток был проведен педагогический эксперимент, в котором участвовали 3 группы спортсменок 14–15 лет, занимающихся бегом на короткие дистанции. Спортсменки занимались легкой атлетикой в течение 3 лет и имели спортивную квалификацию на уровне III разряда.

В начале эксперимента была проведена компьютерная тензодинамометрия и педагогическое тестирование спортсменок, в результате чего было отмечено отсутствие достоверных различий в уровне развития силовых качеств и физической подготовленности участниц экспериментальных групп. Этот факт позволил рассматривать динамику силовых показателей и уровня физической подготовленности как результат применяемых педагогических воздействий.

Формирующий педагогический эксперимент проводился в течение пяти месяцев. В этот период на тренировочных занятиях девушки выполняли силовые упражнения, направленные на развитие силы мышц-разгибателей нижних и верхних конечностей. Режим выполнения упражнений спортсменками трех экспериментальных групп был различным.

Спортсменки первой группы выполняли упражнения в динамическом режиме: «выпрыгивание из положения полуприседа» – 4 подхода по 15 прыжков, сгибания и разгибания рук в упоре лежа – 4 подхода по 15 выполнений. Легкоатлетки второй группы выполняли упражнения в статическом режиме: 4 подхода – удержание позы «полуприсед» в течение 1 минуты и 4 подхода – удержание позы «упор лежа с согнутыми до угла 90° руками» в течение 20 секунд. Третья группа выполняла упражнения в смешанном режиме: выпрыгивание – 4 серии по 10 прыжков с удержанием позы «полуприсед» между прыжками по 20 секунд и отжимания – 4 подхода по 8 выполнений с паузой удержания позы с согнутыми до угла 90° руками по 10 секунд. Тензодинамометрия и педагогическое тестирование проводились ежемесячно на протяжении педагогического эксперимента.

Результаты исследования и их обсуждение. Статистическая обработка материала показала, что в течение педагогического эксперимента у спортсменок трех исследуемых групп произошло достоверное увеличение максимальной силы мышц-разгибателей плеча и бедра. Наиболее высокие темпы прироста отмечены у спортсменок, выполнявших силовые упражнения в статическом и смешанном режимах.

Градиент силы мышц-разгибателей бедра и плеча достоверно увеличился у бегуний первой и третьей групп, что свидетельствует о позитивном влиянии динамического и смешанного режимов тренировки на скоростно-силовые способности юных спортсменок.

В спринтерском беге спортивный результат определяется целым рядом параметров, основным из которых является величина силы отталкивания. Поскольку время отталкивания при беге составляет около 0,1 сек, то критерием, определяющим результат, является не максимальная, а взрывная сила мышц. В результате тренировочных занятий с применением силовых упражнений у спортсменок трех групп произошло достоверное увеличение взрывной силы разгибателей бедра. Наиболее высокий прирост взрывной силы отмечен у спортсменок, выполнявших силовые упражнения в динамическом и смешанном режимах.

Для оценки уровня физической подготовленности девушек-спринтеров использовался комплекс тестовых упражнений, включающий бег на 60 и 300 метров, прыжок в длину с места и сгибание рук в упоре лежа. В группе спортсменок, выполнявших силовые упражнения в динамическом режиме, произошло достоверное улучшение результатов во всех контрольных упражнениях ($p < 0,05$). У юных спортсменок, выполнявших силовые упражнения в статическом режиме, наблюдалось достоверное улучшение результатов в количестве сгибаний рук в упоре лежа ($p < 0,01$) и беге на 300 м ($p < 0,05$). Выполнение силовых упражнений в смешанном режиме привело к достоверному увеличению количества сгибаний рук в упоре лежа ($p < 0,05$).

Результаты проведенных исследований свидетельствуют о целесообразности использования специальных силовых упражнений в учебно-тренировочном процессе легкоатлетов 14–15 лет. В системе силовой подготовки могут найти применение самые различные методы и методические приемы, использоваться разнообразные упражнения, отягощения и тренажеры, широко варьироваться параметры нагрузок при выполнении отдельных упражнений, а также суммарный объем силовой работы в различных структурных образованиях тренировочного процесса. Однако не следует забывать о необходимости строгого соответствия силовой подготовки специфике вида спорта.

Выводы. Применение разных способов повышения роли силового компонента при выполнении специально-подготовительных и соревновательных упражнений должно осуществляться в условиях рациональной техники движений и строгого соблюдения основных положений методики развития различных силовых способностей – продолжительности работы, ее интенсивности, режима работы и отдыха. В этом случае тренировка не только способствует повышению уровня данных способностей, но и обеспечивает их органическую взаимосвязь с основными элементами спортивной техники и, в конечном счете, эффективную реализацию различных видов силы в соревновательной деятельности.

Таким образом, оптимальными режимами выполнения силовых упражнений для юных бегуний на короткие дистанции являются динамический и смешанный режимы, так как их применение способствует интенсивному росту взрывной силы и градиента силы мышц, а также повышению уровня физической подготовленности спортсменок.

<i>Валетов В.В., Блоцкий С.М.</i> На пути к Олимпийским победам	3
---	---

**Секция 1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТАТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

<i>Баешко Т.А., Хижевская В.А.</i> Использование средств оздоровительной физической культуры с целью повышения эффективности учебного процесса по физической подготовке в Военной академии Республики Беларусь	5
<i>Болбас Г.В.</i> Идеи здоровьесбережения в теории и практике образования Беларуси эпохи Возрождения	7
<i>Борисок А.А.</i> Динамика показателей физической подготовленности в процессе учебы и занятий физической культурой	9
<i>Будковский В.Н., Таргоня А.Г.</i> Основы реализации лично-ориентированного подхода в физическом воспитании дошкольников	12
<i>Вакулч Н.О.</i> Воспитание здорового образа жизни и формирование профессиональной физической культуры у курсантов высших учебных заведений вооруженных сил, МЧС и МВД	14
<i>Васильков П.С.</i> Студенческий спорт и здоровый образ жизни	16
<i>Васильков П.С.</i> Инновационные подходы в формировании здорового образа жизни	19
<i>Глазырина Л.Д.</i> Педагогические возможности использования средств адаптивной физической культуры в социализации личности учащихся с ОПФР	22
<i>Glazyrina Larysa, Rak Leon, Bakota Daniel, Wojtyna Janusz</i> Systematyka podstawowych elementów technicznych piłki ręcznej	24
<i>Гордеева И.В.</i> К проблеме формирования основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста	25
<i>Гуд С.А., Гриневич В.Г.</i> Физическая культура и спорт в формировании здорового образа жизни	27
<i>Гуткина Т.Е., Сердюкова Е.Н.</i> Физическая культура – основа здоровьесберегающей системы	28
<i>Дойняк Ю.П., Карпов А.В., Дойняк И.П.</i> Отношение студентов специальной медицинской группы к занятиям физической культурой	30
<i>Дойняк Ю.П., Романов К.Ю.</i> Анализ уровня физической подготовленности студентов, проживающих в различных экологических регионах	32
<i>Зайцева Н.В., Евмененко В.Ф.</i> Методические основы организации взаимосвязи умственного и физического воспитания	34
<i>Зайцева Н.В.</i> Концептуальные основания взаимосвязи умственного и физического воспитания дошкольников	36
<i>Зинченко Н.А., Железная Т.В., Лобанова Е.С.</i> Повышение эффективности адаптивного физического воспитания студентов	39
<i>Зинченко Н.А., Овсяник Д.В., Блоцкий А.С.</i> Формирование мотивации к здоровому образу жизни у студентов	41

Клинов В.В. Личностно ориентированный подход в формировании культуры здорового образа жизни у учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.....	43
Козлов С.С. Методическая направленность оздоровительных занятий с женщинами с учетом биоритмики их организма.....	46
Колета В.А., Клинов В.В. Культурологический подход в формировании культуры здорового образа жизни у учащихся старших классов училищ олимпийского резерва.....	49
Косяк Л.С. Организация развивающей среды для занятий физическими упражнениями с детьми раннего возраста.....	52
Кузенёк Н.Г., Кривошей Н.Н. Элементы гиревого спорта в формировании здорового образа жизни.....	55
Купчинов Р.И. Оптимальный режим занятий по физическому воспитанию студентов.....	57
Машевская П.С. Оздоровление женщин зрелого возраста.....	60
Могилевцева Т.Е., Ковалева О.Н. Влияние средств, методов и форм адаптивной физической культуры на людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья.....	61
Ничипорко Н.Н. Организация здоровьесберегающего процесса в дошкольных учреждениях.....	63
Новик Г.В., Чевелев А.В., Мартьянов С.А. Двигательная подготовленность студентов ГГМУ.....	67
Ольха В.И., Ясковец С.Н., Глухов В.В., Федорович В.К. Роль физической культуры в поддержании и укреплении здоровья студентов.....	69
Савко Э.И., Кудин А.Е. Эффективность использования комплексного метода в учебном процессе физического воспитания студентов первого курса.....	70
Савко Э.И., Курленко Н.И. Роль физических упражнений при коррекции органов зрения.....	73
Сафронова Г.В., Тарун А.М. Предпосылки формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.....	76
Сердюкова Е.Н., Мапенкова М.Ф., Якушенко О.В. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни. Оздоровительная и адаптивная физическая культура.....	77
Тристенъ К.С. Изучение осведомленности родителей о роли функции дыхания в сохранении стоматологического здоровья дошкольников.....	80
Филимонов Н.Н., Филимонова Н.И. Формирование культуры здорового образа жизни студентов в процессе самостоятельных занятий физической культурой.....	83
Флёрко А.Н., Мусел В.В. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в УО МГПУ им. И.П. Шамякина.....	85
Фурманов А.Г., Горовой В.А. Функции свободного времени в организации физической рекреации студентов.....	87
Хорошко С.А., Новик Г.В. Профилактика заболевания «миопия» средствами физической культуры.....	90
Черняков Л.И. Охрана и формирование здоровья учащихся – одна из актуальных проблем современного образования.....	93
Швайликова Н.В., Селиверстова Н.В. Физическая культура в формировании здорового образа жизни.....	96
Щур С.Н., Клинова И.В. Возможности спортивного клуба в формировании здорового образа жизни студенческой молодежи.....	98

**Секция 2. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФОРМ, СРЕДСТВ И МЕТОДОВ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ,
СТУДЕНТОВ И СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ**

<i>Афонько О.М.</i> Качество образования студентов по дисциплине «Спортивные игры и методика их преподавания»	102
<i>Ахмаева И.В.</i> Проблема самоконтроля физического состояния студенческой молодежи	105
<i>Бабурова Н.А., Севдалев С.В., Сахарчук Т.И.</i> Повышение профессиональной мотивации руководителя в сфере физической культуры, спорта и туризма	107
<i>Барков В.А.</i> Проблемы организации адаптивной физической культуры с детьми, имеющими тяжелые и множественные нарушения	109
<i>Барков В.А., Баркова В.В.</i> Инновационный подход в преподавании предмета «Теория и методика физического воспитания» на факультете физической культуры.....	111
<i>Барков В.А., Баркова В.В.</i> Проблемы организации физического воспитания с учащейся молодежью в вузе.....	114
<i>Блоцкая Ю.В., Роговик Р.М., Мурашко А.Н.</i> Проблема мотивации и отбора в ДЮСШ	117
<i>Власенко Н.Э.</i> Системно-информационный подход в исследовании проблемы повышения эффективности физического воспитания дошкольников	120
<i>Володкович С.Л., Ярчак Л.М.</i> Динамика и особенности заболеваемости студентов педагогических специальностей.....	122
<i>Глазырин А.А.</i> Основные ориентиры современного образования курсантов Академии МВД (на примере физического воспитания)	124
<i>Глебова Л.А., Точило Н.Г.</i> Проблемы подготовки будущих специалистов в области физической культуры	125
<i>Горовой В.А.</i> Повышение уровня физической подготовленности студентов средствами физической рекреации	127
<i>Гуд С.А., Гриневич В.Г.</i> Проблемы совершенствования качества подготовки физкультурных кадров	130
<i>Дронова В.М., Журавский А.Ю.</i> Анализ процесса физического воспитания в индустриально-педагогическом колледже г. Пинска.....	132
<i>Зыкун Ж.А., Юрошкевич Е.В., Юрошкевич А.В.</i> Пилатесс как путь повышения мотивации на учебных занятиях по физическому воспитанию в вузе.....	134
<i>Калачев В.В., Хурбатов С.С.</i> Совершенствование форм физического воспитания студентов	135
<i>Кейзер А.П., Осянин В.Н., Задорожнюк Е.А., Литвинович Т.Н.</i> Автоматизированная система анализа физического состояния и спортивной подготовки студентов университета с акцентом на спортивные игры	137
<i>Кобец Е.А., Морозова Л.М.</i> Влияние занятий степ-аэробикой на показатели физической подготовленности студенток	140
<i>Конопацкий В.А., Черкас С.В., Дойняк И.П.</i> Характеристика основных компонентов формирования методической культуры у будущих специалистов физического воспитания и спорта.....	143
<i>Кошман М.Г., Кошман В.В., Масло М.И.</i> О некоторых проблемах подготовки студентами курсовых работ на факультете физической культуры.....	144
<i>Купчинов Р.И.</i> Догмы и мифы о физической культуре	146

<i>Лапицкая Л.А., Голови́ева Г.С.</i> Занятие степом со студентками, имеющими отклонения в состоянии здоровья	148
<i>Лисаевич Е.П., Бусел Т.А.</i> Анализ показателей физической подготовленности студентов-первокурсников ГГУ имени Франциска Скорины.....	151
<i>Логвина Т.Ю., Максименя И.Ю.</i> Особенности содержания подготовки специалистов по направлению специальности «Физическая культура (дошкольников)»	153
<i>Лопатик Т.А.</i> Особенности формирования базовых компонентов культуры у младших школьников в процессе физического воспитания.....	155
<i>Масло М.И., Ковальчук Т.И.</i> Подвижные игры как универсальное средство физического воспитания	156
<i>Масло И.М., Масло М.И., Горовой В.А.</i> Методика и организация проведения подвижных игр в школьном уроке	158
<i>Назаренко И.А., Наркевич Т.Ю.</i> Влияние физических упражнений на эмоционально-волевую сферу студентов.....	162
<i>Назаренко И.А., Наркевич Т.Ю.</i> Формирование мотивации к занятиям по физическому воспитанию	164
<i>Нарский Г.И., Ковалёва О.А., Шеренда С.В.</i> К вопросу о совершенствовании системы подготовки педагогических кадров отрасли физической культуры и спорта.....	166
<i>Садовникова В.В.</i> Учебно-методический комплекс по аэробике для общеобразовательных учреждений.....	168
<i>Селиверстова Н.В., Усик А.В.</i> Совершенствование системы подготовки педагогических кадров в области физической культуры	170
<i>Сергейчик Н.А., Медведев В.А.</i> Влияние физических упражнений на организм студентов подготовительного учебного отделения.....	173
<i>Сиверкина Т.Е.</i> Исследование влияния занятий аэробикой на физическую подготовленность студенток.....	176
<i>Силяева Т.С.</i> Аспекты адаптации в физическом воспитании студенческой молодежи	178
<i>Силяева Т.С.</i> Организационно-педагогические основы физического воспитания студентов специального отделения.....	180
<i>Старченко В.Н.</i> О соотношении различных форм физического воспитания школьников.....	182
<i>Старченко В.Н.</i> Требования к современному уроку физкультуры.....	185
<i>Тозик О.В., Седич Е.В., Даниленко О.С.</i> Оздоровительное влияние гимнастики «Хатха-йога» на функциональное состояние организма студенческой молодежи.....	188
<i>Черенко В.А., Барановский В.Н., Железная Т.В.</i> Физическая подготовленность студентов-первокурсников	190
<i>Черенко В.А., Барановский В.Н., Федорович В.К.</i> Планирование нагрузок по физическому воспитанию студентов	192
<i>Черенко В.А., Таргоня А.Г., Дорошко А.Г.</i> Применение тренировочных средств на занятиях по физическому воспитанию студентов	193
<i>Черкас С.В., Конопацкий В.А.</i> Структура профессионально-педагогической компетентности студентов факультета физической культуры	195
<i>Шонина Т.А.</i> Факторы, определяющие эффективность развития двигательных способностей студенток при формировании технико-тактических навыков игры в теннис	197

**Секция 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНЫМ
ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ СПОРТСМЕНОВ
РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ
И ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА**

<i>Блоцкий С.М., Блоцкий А.С.</i> Проблемы прогнозирования и основные факторы, обуславливающие прогноз спортивных достижений	199
<i>Бондаренко К.К., Бондаренко А.Е., Беляк О.И.</i> Анализ количественного восприятия специальной нагрузочной деятельности у метателей копья	200
<i>Врублевская Л.Г.</i> Особенности специальной силовой подготовки девушек, занимающихся спринтерским бегом.....	202
<i>Врублевский Д.Е.</i> Основные направления индивидуализации тренировки спортсменов в скоростно-силовых видах легкой атлетики	204
<i>Горовой В.А., Заяц Н.А., Мелех А.И.</i> Планирование и содержание учебно-тренировочного процесса в секциях по настольному теннису со студентами высших учебных заведений	207
<i>Игнатова И.И.</i> Использование психодиагностических методик в период подготовки к ответственным соревнованиям гребцов на байдарках и каноэ.....	209
<i>Игнатова И.И., Качинский А.Н.</i> Характеристика циклических видов спорта по показателям психомоторики, чувства равновесия и высших психических функций межполушарной асимметрии мозга (на примере гребли на байдарках и каноэ, гребли академической)	212
<i>Ильютник А.В., Гилеп И.Л., Рубченя И.Н.</i> Анализ взаимосвязи гематологических и биохимических показателей крови конькобежцев с полиморфизмом гена АКФ.....	215
<i>Коняхин М.В., Боровая В.А.</i> Принципы построения силовой тренировки метательниц копья	218
<i>Коняхин М.В., Боровая В.А., Беляк О.И.</i> Совершенствование мышечного чувства копьеметательниц	220
<i>Лисаевич Е.П., Бондаренко К.К.</i> Изменение кинематических характеристик у юных пловцов на дистанции 200 метров на груди	222
<i>Любич Ф.Ф.</i> Нетрадиционные методы подготовки спортсменов	223
<i>Масловский Е.А., Загревский В.И., Ярошевич В.Г.</i> Технологии тренировки победителей летних Олимпийских игр в легкой атлетике	226
<i>Мороз Е.А., Шкуматов Л.М.</i> Определение доли лактацидного механизма в энергообеспечении мышечной деятельности упражнений субмаксимальной мощности у конькобежцев	232
<i>Петрушенко Р.И., Шантарович А.В., Нарский А.Г.</i> Особенности специальной силовой подготовки гребцов на байдарках	235
<i>Телепнев И.А., Нарский А.Г.</i> Структура годичной подготовки высококвалифицированных баскетболистов.....	238
<i>Хижевский О.В., Карчевский А.В.</i> Педагогические средства восстановления как составная часть тренировочного процесса курсантов.....	240
<i>Хижевский О.В., Стадник В.И.</i> Психологическая подготовка дзюдоистов высшей квалификации.....	243
<i>Химаков В.В., Малиновский А.С.</i> Организация и проведение занятий со студентами юридического факультета	244
<i>Хихлуха Д.А., Бондаренко К.К.</i> Влияние тренировочной и соревновательной деятельности на функциональное состояние скелетных мышц у юных гребцов	246

<i>Шантарович В.В., Нарскин Г.И., Шантарович А.В.</i> Направления совершенствования системы подготовки высококвалифицированных гребцов на байдарках	249
<i>Шантарович В.В., Шантарович А.В., Нарскин Г.И.</i> Особенности олимпийской подготовки гребцов на байдарках	253

**Секция 4. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ
РЕГИОНАЛЬНОГО ТУРИЗМА И ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

<i>Гимбут В.В.</i> Организация туристско-краеведческой работы в сельской школе (из опыта работы).....	256
<i>Журавский А.Ю.</i> Туристские возможности Брестской области: перспективы и проблемы	257
<i>Кривошеев О.П.</i> Актуальные проблемы развития регионального туризма и туристско-рекреационная деятельность	260
<i>Лаптиева Л.Н., Крикало И.Н., Хамлюк Е.Е.</i> Исследование мнения студентов об актуальных проблемах развития экотуризма в белорусском Полесье	263
<i>Могилевцева Т.Е., Кривошей Н.Н.</i> Актуальные проблемы и перспективы развития регионального туризма.....	265
<i>Швайликова Н.В., Головнева Г.С.</i> Основные виды туризма	267