



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

Материалы VIII Международной
научно-практической конференции

8–10 октября 2020 г.

г. Мозырь

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Мозырский государственный педагогический университет
имени И. П. Шамякина»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы VIII Международной
научно-практической конференции

Мозырь, 8–10 октября 2020 г.

Мозырь
МГПУ им. И. П. Шамякина
2020

УДК 796
ББК 75
А43

Редакционная коллегия:

С. М. Блоцкий,	кандидат педагогических наук (ответственный редактор);
Е. П. Врублевский,	доктор педагогических наук, профессор;
Г. И. Нарский,	доктор педагогических наук, профессор;
А. Г. Фурманов,	доктор педагогических наук, профессор;
В. Ю. Давыдов,	доктор биологических наук, профессор;
В. В. Шантарович,	Заслуженный тренер Республики Беларусь, доцент;
С. Б. Кураш,	кандидат филологических наук, доцент;
Э. Е. Гречанников,	кандидат физико-математических наук, доцент;
В. А. Горовой,	кандидат педагогических наук, доцент;
В. А. Черенко,	кандидат педагогических наук;
Н. Н. Ничипорко,	ответственный по учебной работе факультета физической культуры, старший преподаватель

Печатается согласно плану проведения в 2020 году в учреждениях высшего образования и научных организациях, подчиненных Министерству образования Республики Беларусь, научных и научно-технических мероприятий и приказу по университету № 934 от 07.10.2020 г.

А43 **Актуальные** проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 8–10 окт. 2020 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.] – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2020. – 260 с.
ISBN 978-985-477-737-5.

В сборнике представлены материалы конференции, отражающие результаты научных исследований в области физической культуры, спорта и туризма.
Адресуется научным работникам, преподавателям, методистам по физическому воспитанию, студентам.
Материалы публикуются в авторской редакции.

УДК 796
ББК 75

ISBN 978-985-477-737-5

© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2020

ОСНОВНЫЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ-ЖЕНЩИН НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ

В.Ю. Давыдов¹, В.В. Шантарович², Д.Н. Пригодич¹, Н.Н. Ничипорко³

¹Полесский государственный университет

Национальная команда Республики Беларусь по гребле на байдарках и каноэ,

²Министерство спорта и туризма (Республика Беларусь)

³УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина»

Введение. Уровень результатов в современном спорте столь высок, что для их достижения спортсмену необходимо обладать редкими морфологическими данными, уникальным сочетанием комплекса физических и психических способностей, находящихся на предельно высоком уровне развития. Поэтому информативность отдельных критериев спортивного отбора и методы его проведения на разных этапах варьирует [1]. Рекордные достижения демонстрируются именно теми, кто обладает наиболее оптимальными морфофункциональными показателями [6]. Наименее изучены в спортивной практике показатели морфофункционального статуса спортсменов различных специализаций, квалификации и амплуа. Неизвестно, каким требованиям должны отвечать сильнейшие спортсменки различных специализаций; существуют ли различия в критериях отбора и факторах, оказывающих влияние на достижения у мужчин и женщин одних и тех же специализаций [4].

Как показывают исследования, особенности телосложения оказывают существенное влияние на формирование индивидуального стиля гребли, на совершенствование техники гребковых движений, физическую работоспособность атлетов и их спортивные достижения [5].

Управление тренировочным процессом и соревновательной деятельностью в гребном спорте требует в качестве необходимого элемента наличие модельных характеристик – нормативных показателей, характерных для высокого уровня подготовленности спортсменов-гребцов, обеспечивающего достижение высокого спортивного результата [3]. Модели позволяют оценить соответствие развития необходимых качеств и способностей у конкретного спортсмена демонстрируемому и планируемому результатам и на этой основе выявить степень подготовленности спортсмена, определить направления дальнейшего совершенствования, пути индивидуальной направленности и коррекции тренировочного процесса [9].

Разработка модельных показателей раскрывает возможные тенденции и пути адаптационных процессов организма под влиянием многолетней спортивной тренировки и, следовательно, позволяет решать проблемы стратегии и тактики построения спортивной тренировки, а также своевременно использовать реабилитационные мероприятия с целью предупреждения пред- и патологических состояний организма спортсменов, занимающихся греблей на байдарках и каноэ [9].

Необходимость спортивного отбора определяется, как считает Э.Г. Мартиросов [7, 8], рядом объективных причин:

- ограниченностью периода высоких спортивных достижений (5–7 лет), хотя активная спортивная деятельность может продолжаться 15–20 лет;
- необходимостью максимального напряжения физических и духовных сил спортсмена, более строгой фиксированностью требований, обеспечивающих спортивный успех;
- отсутствием возможности адаптировать содержание спортивной деятельности к спортсмену, так как она в основном не меняется. В связи с этим возможен лишь один путь – адаптировать человека к деятельности.

Цель исследования – анализ основных морфофункциональных показателей высококвалифицированных гребцов-женщин на байдарках и каноэ.

Материалы и методы исследования. Были обследованы сильнейшие белорусские гребцы-победители и призеры Олимпийских Игр, чемпионатов Мира и Европы 2012–2017 годов. Всего было обследовано 40 женщин, из которых 14 – мастера спорта, 26 – мастера спорта международного класса.

Комплексное обследование включало антропометрические измерения тотальных, продольных, поперечных размеров тела, диаметров, обхватов, специальные измерения (тесты О. Попеску) и анализ компонентов массы тела.

Измерение продольных размеров тела проводилось антропометром Мартина по общепринятой методике [2]. Измерение диаметров производилось большим толстотным циркулем. Измерение обхватов проводилось сантиметровой лентой с точностью измерения до 1 см. Масса тела определялась с помощью медицинских весов с ценой деления 50 гр. Тесты О. Попеску включают в себя измерение размаха рук (см), длину тела сидя с вытянутыми вверх руками (см) и длину тела сидя до 7-го шейного позвонка (см). Анализ компонентов массы тела определялся по методике Я. Матейки [10]. Также измерялась кистевая динамометрия обеих рук при помощи кистевого динамометра (кг) и жизненная емкость легких при помощи спирометра (мл).

По результатам измерений были определены средние величины морфофункциональных показателей. Достоверность различий антропометрических признаков гребцов определялась по t-критерию Стьюдента. Математическая обработка результатов данных проводилась с помощью программы «MS Excel».

Результаты исследования. Основные морфофункциональные показатели высококвалифицированных гребцов-женщин, специализирующихся в гребле на байдарках и каноэ 20-тилетнего возраста и старше, представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Основные морфофункциональные показатели высококвалифицированных спортсменов

Морфо-функциональные показатели	Женщины, байдарка, n = 24				Женщины, каноэ, n = 16			
	\bar{X}	σ	Sx	V%	\bar{X}	σ	Sx	V%
Длина тела, см	180,83	4,76	0,63	3,42	179,17	4,82	2,19	3,42
Масса тела, кг	77,73*	3,65	0,52	1,68	72,55*	4,09	1,28	1,68
Длина руки, см	81,75	2,51	1,16	4,22	80,78	3,67	0,52	4,22
Размах рук, см	184,91	4,62	0,86	5,14	184,53	4,05	0,52	5,14
Длина тела с вытянутыми вверх руками, сидя, см	141,52	3,65	0,92	4,88	–	–	–	–
Длина тела, с вытянутыми вверх руками, стоя на коленях, см	–	–	–	–	179,10	3,73	0,42	4,98
Длина тела до 7-го шейного позвонка, сидя на полу, см	67,59	2,73	0,65	3,28	65,89	2,43	0,68	3,42
Жировая масса, %	10,27	1,05	0,33	3,52	7,92	2,85	0,22	1,68
Мышечная масса, %	53,63	3,46	5,14	3,12	55,12	2,54	1,14	4,22
ЖЕЛ, мл	4735,32	0,11	4,88	3,42	5395,0	0,34	0,84	5,14
Кистевая динамометрия, кг	35,24 *	8,04	4,98	4,22	41,52*	1,53	0,92	4,88

Примечание – t – критерий Стьюдента, * – p<0,05

Анализируя морфофункциональные показатели гребцов-женщин данного возраста, мы отмечаем статистически достоверные (p<0,05) различия среди показателей массы тела, ЖЕЛ, кистевой динамометрии у байдарочниц и каноисток. В таблице 1 представлены основные морфофункциональные показатели взрослых высококвалифицированных спортсменов, выступающих в гребле на байдарках и каноэ.

Анализируя полученные данные, мы наблюдаем, что в обеих группах статистически достоверные различия отмечены в показателях массы тела (p<0,05). При этом женщины-байдарочницы имели массу тела в среднем на 5,2 кг больше, чем каноистки. Однако каноистки имели лучшие показатели кистевой динамометрии, где различия составляли в среднем 6,5 кг. Статистически достоверны (p<0,05).

Разница среди других показателей взрослых спортсменок (длина тела, длина туловища, процентное содержание жировой и мышечной массы, Ж.Е.Л.) составила в среднем соответственно 1,8 см, 1,7 %, 2,3 % и 1,5 %.

Выводы

1. Проведенное морфофункциональное обследование взрослых высококвалифицированных гребчих выявило, что женщины, специализирующиеся в гребле на байдарках, имели лучшие показатели, чем их сверстницы специализирующиеся в гребле на каноэ, практически по всем показателям, кроме мышечной массы, Ж.Е.Л. и кистевой динамометрии.

2. Каноистки опережают байдарочниц по показателям Ж.Е.Л., кистевой динамометрии и процентному содержанию мышечной массы.

3. Нами разработаны модели морфофункциональных показателей сильнейших гребчих на байдарке и каноэ.

Список использованной литературы

1. Антонов, А.А. Безнагрузочная оценка функционального состояния организма спортсменов / А. А. Антонов. – ГОУ ДПО «Российская медицинская академия последипломного образования». – 2010. – 13 с.

2. Бунак, В.В. Антропометрия / В. В. Бунак. – М. : Учпедгиз, 1941. – 368 с.

3. Давыдов, В.Ю. Теоретические основы спортивного отбора и специализации в олимпийских водных видах спорта дистанционного характера : автореф. дис. ... д-ра биол. наук / В. Ю. Давыдов. – М. : МГУ, 2002. – 40 с.

4. Морфофункциональные критерии отбора и контроля в гребле на байдарках и каноэ / В. Ю. Давыдов [и др.] : метод. рекомендации. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 88 с.

5. Технология отбора и ориентации гребцов на байдарках и каноэ в системе многолетней подготовки : пособие в 2 ч. / В.Ю. Давыдов [и др.]. – Мозырь : МГПУ имени И. П. Шамякина, 2015. – Ч. 1. – 320 с., Ч. 2. – 320 с.

6. Жмарев Н.В. Факторы, определяющие рост спортивных результатов в гребле. Тренировка гребца / Н.В. Жмарев. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – С. 6–11.

7. Мартиросов, Э.Г. Морфологический статус человека в экстремальных условиях спортивной деятельности / Э.Г. Мартиросов // Итоги науки и техники: Антропология. – М., 1985. – Т. 1. – С. 100–153.

8. Мартиросов, Э.Г. Соматический статус и спортивная специализация : автореф. дис. ... д-ра биол. наук в виде науч. доклада / Э.Г. Мартиросов. – М., 1998. – 87 с.

9. Модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов: науч. издание / П.М. Прилуцкий [и др.] ; под общ. ред. П.М. Прилуцкого. – Минск : ГУ «РУМЦ ФВН», 2007. – 232 с.

10. Matejka, J. The testing of physical efficiency. – Amer., Journal of Physiol. Antropol. – 1921, v.4. – P.133–230.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Апанасевич С.С., Калюжин В.Г., Еншина А.Н. Адаптивная физическая культура у лиц с тяжелыми нарушениями речи	3
Блоцкий С.М., Сурнин Д.А., Никитенко И.Ю. Анализ методики локального похудения под действием физических упражнений	5
Блоцкий С.М., Яблонская И.В., Щур С.Н. Особенности формирования специальных медицинских групп для студентов, проживающих в условиях повышенных экологических нагрузок	7
Борисок А.А., Шурпач А.М. Современные фитнес-технологии в домашних условиях для специалистов дошкольного образования	9
Брановицкая А.А. Анализ скаутинга как формы повышения физической и духовной культуры студентов	11
Бутько А.В. Использование инновационных технологий оздоровительной физической культуры в работе со студентами	12
Волков В.К., Кленин Н.Н. О значении конструктивной физической культуры в профилактике и лечении заболеваний	14
Володкович С.Л., Володкович Е.В., Ярчак Е.Н. Результаты анкетирования студентов по вопросам здоровья и навыкам здорового образа жизни	16
Гордеева И.В. Антропологический подход к профессиональной подготовке будущего учителя физической культуры и здоровья	17
Евтухова Л.А. Оценка показателей состояния дыхательной системы студентов	18
Загревский В.И. Математический алгоритм управления заданной программной позицией биомеханической системы изменением обобщенной координаты первого звена	20
Зинченко Н.А., Таргонский Н.Н., Пугач А.В. Влияние оздоровительных упражнений на физическое состояние студентов	22
Кветинский С.С., Осянин В.Н. Эффективность формирования здорового образа жизни студентов	24
Маркевич О.П., Медведев В.А. Анализ физической подготовленности и работоспособности студенток специального учебного отделения	25
Милашук Н.С., Лис М.С. Развитие мест массового оздоровительного и спортивного отдыха в г. Бресте и Брестской области	27
Милашук Н.С. Спорт в период пандемии	29
Путилова К.П. Методические основы обучения детей старшего дошкольного возраста элементам спортивной игры водное поло	30
Скидан А.А. Шейпинг как средство изменения соматического здоровья женщин зрелого возраста	33
Сняжыцкі П.В. Фонавая рухальная дзейнасць як адзін з фактараў у фарміраванні рухальнай культуры асобы ў сельскай супольнасці	36

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ, СТУДЕНТОВ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Абрамович В.Л. Состояние здоровья студентов первого курса в УО МГПУ им. И.П. Шамякина и некоторые пути оптимизации двигательной активности в течение учебного года	39
Абрамович П.А. Проблема организации деятельности студентов специальной медицинской группы в процессе физического воспитания в вузе	40
Альбаркайи Д.А., Хоршидахмед А.Х. Организация проведения занятий легкоатлетической направленности со школьниками	42
Андреянова Г.Н., Митусов В.В. Инновационная модель стимулирования двигательной активности детей дошкольного возраста	44
Арутюнян Т.Г. Миниволей как вид спорта для всех	45

Афонько О.М. Технология процесса управления качеством образования по дисциплине «Физическая культура»	47
Блоцкая Ю.В., Маслова Е.А. Отношение студентов педагогического вуза к дисциплине «Физическая культура»	50
Босенко А.І., Топчій М.С., Бітенський В.С. Особливості протікання нейрофізіологічних процесів у дівчат 16–18 років за умов зміни соціального статусу	52
Брановицкая А.А., Зайцева О.В., Грушник А.В. Специфика тренировочных занятий атлетической гимнастикой для девушек	55
Бутько А.В. Гендерные аспекты обучения на уроках физической культуры в школе с эстетической направленностью	56
Величко Е.Б., Скидан С.Б., Болбас С.Н. Образовательно-воспитательные мероприятия как средство повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями	58
Володкович Е.В., Ярчак Л.М. Организация самостоятельных занятий школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья	61
Горовой В.А., Павлов В.П., Сафронова Г.В. Культура быта и досуга студентов как психолого-педагогическая проблема	62
Гульмантович Е.Л., Зенкевич В.Н., Вашкевич В.И. Особенности применения различных способов организации учащихся старших классов при обучении элементам баскетбола	64
Данилкина Н.Е. Влияние физического воспитания на умственное развитие учащихся	66
Дойняк И.П., Борисова И.В. Интерактивный подход в управлении двигательной сферы младшего школьника	67
Заколотная Е.Е. Нравственная оценка применения допинга будущими тренерами в их профессиональной деятельности	70
Зинченко Н.А., Таргонский Н.Н. Преподавание физической культуры в учреждениях высшего образования: теоретический аспект	72
Кажарнович М.А., Бельченко Л.С., Будрюнас О.К. Влияние вибромиостимуляции на показатели гибкости и силовых способностей девушек 20–22 лет, занимающихся силовым тренингом	74
Кветинский С.С. Содержание физического воспитания учащихся	77
Клинова И.В. Рабочая тетрадь как эффективное средство организации самостоятельной работы студентов	78
Ключников А.В., Нарскин Г.И., Михалевич В.А. Специфический подход к скоростно-силовой подготовке курсантов университета гражданской защиты МЧС Беларуси	80
Кожедуб М.С., Дубровская В.Л. Особенности формирования мотивации младших школьников к занятиям физической культурой	82
Конопацкий В.А., Метлушко В.И. Совершенствование скоростно-силовых способностей в физической подготовке юных борцов	84
Кошман Е.Е., Кошман А.М. Профилактика девиантного поведения подростков средствами физической культуры и спорта	87
Кошман М.Г. Ведущие тенденции развития педагогики физической культуры	89
Кривицкая Н.А., Сошко Н.И., Войтишкин В.Л. Дневник самоконтроля как форма контроля студентов	92
Купчинов Р.И. Динамика и уровень состояния здоровья студентов в многолетнем процессе физического воспитания	94
Лизогуб В.С., Безкопыльная С.В., Хоменко С.Н., Черненко Н.П., Плабийник А.А. Изменяются ли когнитивные функции спортсменов в условиях совместной моторной деятельности?	96
Мархоцкий Я.Л., Абрамович П.А. Современные формы физической культуры – ведущий фактор в формировании здорового образа жизни и активного долголетия у студенческой молодежи	99
Масло И.М., Масло М.И. Особенности влияния средств и методов физического воспитания на организм детей дошкольного возраста	100
Милашук Н.С., Хиль Э.Н. Мотивация студентов к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом	102
Митусов В.В., Андреянова Г.Н. Внедрение инновационной программы «спортивная борьба в школы» во внеурочную деятельность	104

Москаленко Н.В., Откидач В.С. Психофізична підготовка як складова професійної діяльності військовослужбовців	106
Ничипорко С.Ф., Ничипорко Н.Н., Метлушко В.И. Тестирование как форма промежуточного контроля знаний по дисциплине «Биомеханика»	109
Огородников С.С., Курлович Н.В., Карака К.И. Изучение мотивационной сферы студентов для оптимизации учебного процесса	111
Осмольская С.В., Сачук Н.В., Курлович Н.В. Сравнительный анализ ценностных ориентаций студентов института инклюзивного образования и студентов дошкольного образования к занятиям физической культурой	113
Осянин В.Н., Кветинский С.С. Развитие скоростно-силовых способностей у юных борцов на этапе начальной подготовки	114
Осянин В.Н., Кошман В.В. Совершенствование физического воспитания на основе образовательных технологий	117
Павлов В.П., Горовой В.А. Преобразование физического воспитания в учреждении высшего образования	118
Полещук А.М., Лапко Ю.А., Лис М.И., Венцковская Н.С. Пути повышения эффективности методики обучения студенток передаче мяча двумя руками сверху в волейболе	120
Поликарпова Л.С., Стебаков А.И., Чулкова О.С. Мониторинг здоровья студентов 1 курса института инклюзивного образования БГПУ им. М.Танка	122
Попко Л.Ф., Зенкевич В.И., Сошко Н.И. Влияние малоподвижного образа жизни на здоровье студентов	124
Путилова К.П. Методические основы обучения детей старшего дошкольного возраста элементам спортивной игры водное поло	126
Сафронова Г.В., Горовой В.А. Методические пути формирования культуры быта и досуга студентов	128
Сергейчик Н.А., Науменко Н.Т. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы студентов	131
Сошко Н.И., Белова Т.Ч., Попко Л.Ф. Реализация принципа постепенности как формы повышения эффективности занятий физической культурой и уровня физической подготовленности студенток	133
Старченко В.Н. Определение уровня сформированности физической культуры школьников	136
Федорова А.М. Отношение школьников к урокам физической культуры глазами студентов-практикантов	138
Цандыков В.Э. Информационное сопровождение программы «Спортивная борьба в школе» при дистанционном обучении школьников в период самоизоляции	140
Черенко В.А., Будковский В.Н. Развитие общей выносливости студентов средствами беговой подготовки в процессе учебно-тренировочных занятий	142
Шандригось В.И., Шандригось Г.А., Розторгуй М.С. Тренерская практика в подготовке магистров по физической культуре и спорту	143
Швец Г.В., Митусова Е.Д., Станкевич А.Н. Воспитание физических способностей детей 8–9 лет средствами гимнастики на уроках физической культуры в школе	145
Юраго О.Л., Буцкевич В.В., Храмова Т.А. Внедрение методики развития прыгучести у студентов-волейболистов	148
Ярош А.М. Специально-подводящие и специально-подготовительные упражнения как средство формирования техники легкоатлетических метаний диска у учащихся на II ступени общего среднего образования	149

ОРГАНИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ И ПОДГОТОВКА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Барановский В.Н., Железная Т.В., Чумак А.П. Особенности применения специальных подготовительных и силовых упражнений при подготовке юных легкоатлетов	152
Барков В.А., Кхафаджи А.Ш. Инновационные подходы к развитию координационных способностей у юных футболистов	153

Белый К.И., Родин С.В. Многоступенчатый контроль в футболе на современном этапе подготовки	155
Блоцкий С.М., Барановский В.Н. Применение специальных подготовительных упражнений в тренировке юных бегунов на дистанцию 800 метров	156
Большой А.В. Профилактика повреждений и заболеваний опорно-двигательного аппарата тяжелоатлетов	158
Бортнев Д.А., Синельников М.С. Особенности ориентации и отбора в группы видов спорта на выносливость (на примере лыжных гонок)	160
Городилин С.К., Григоревич В.В., Войтишкин В.Л. Перспективные направления совершенствования специальной физической подготовленности волейболистов 14–16 лет на различных этапах годового цикла	162
Григорян А.В., Большой А.В. Средства тренировки квалифицированных боксеров в предсоревновательном мезоцикле	164
Давыдов В.Ю., Шангарович В.В., Пригодич Д.Н., Ничипорко Н.Н. Основные морфофункциональные показатели высококвалифицированных гребцов-женщин на байдарках и каноэ	166
Загrevский В.И., Загrevский О.И. Расчетная excel программа пространственно-временных характеристик заданной программной позиции двухзвенной биомеханической системы	168
Загrevский В.И. Математический алгоритм управления заданной программной позицией биомеханической системы изменением обобщенной координаты первого звена	171
Знатнова Е.В., Знатнов В.С. Методика совершенствования стиля плавания «кроль на груди» у пловцов 12–13 лет	174
Каллаур Е.Г. Дифференциация уровня функционального состояния гребцов на байдарках по результатам кардиомониторинга	176
Каллаур Е.Г., Шангарович В.В. Методология научного сопровождения подготовки спортсменов-гребцов на байдарках и каноэ	178
Каллаур Е.Г. Показатели оценки спортивной готовности гребцов на байдарках и каноэ	181
Кленина Э.Н., Комиссаров М.В., Кленин Н.Н. Применение средств восстановления в подготовке гребцов 13–15 лет	184
Куликовский Н.Д., Клинов В.В. Использование миофасциального релизинга в подготовке спортсменов высокой квалификации	186
Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Воронцов А.В., Дудник А.К., Бережная А.В. Особенности психофизиологических функций у спортсменов различных единоборств	188
Кошман М.Г., Воспукова О.Л. Профессиональная компетентность директора спортивной школы в области обеспечения безопасности: состояние и концептуальные подходы	190
Круталеvич О.П., Кукель А.А., Хорошилова Т.В. Феномен лидерства как способ управления студенческими спортивными командами	192
Куц Т.А. Характеристика способов выполнения передач в пляжном волейболе	194
Кхафаджи А.Ш., Барков В.А. Анализ темпа прироста показателей физической подготовленности у юных футболистов	196
Лизогуб В.С., Шпанюк В.В., Пустовалов В.А., Кожемяко Т.В., Нечипоренко Л.А. Взаимосвязь индивидуально-типологических свойств центральной нервной системы с физической работоспособностью футболистов	198
Маджаров А.П., Бондаренко К.К. Изменение кинематических параметров звеньев тела при выполнении броска в гандболе	201
Мартинoвич Ю.С., Горовой В.А. Определение эффективности разработанной модели регуляции предстартовых психологических состояний	203
Маслова Е.А., Блоцкая Ю.В. Цифровые датчики в тренировочном процессе	205
Медведев П.Ю., Врублевский Е.П. Общефизическая подготовка высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в гребле на байдарках	206
Мельников С.В., Нарский А.Г. Коррекция спортивной подготовки высококвалифицированных спортсменов с учетом индивидуальных особенностей функционального состояния	208
Митусова Е.Д., Погодина О.В., Грицков М.А. Применение компьютеризированных тренажерных комплексов для совершенствования техники гребцов-академистов 15–16 лет	210
Осипенко О.В., Нарский Г.И. Некоторые подходы к отбору и ориентации в прыжках на батуте на начальном этапе подготовки	214

Нехаева В.Г. Средства коррекции типичных ошибок в технике выполнения выстрела из пистолета у спортсменов группы начальной подготовки	217
Ничипорко Н.Н., Пугач А.В. Особенности развития скоростно-силовых качеств футболистов 13–14 лет	220
Олійник І.С. Оцінка групової ефективності в спортивних командах високої кваліфікації	221
Примаченко П.В., Молчанов В.С., Григорьев Ю.А. Выявление общих физических упражнений в тренировочном процессе метателей	223
Решетовский А.М. Проблемы и перспективы развития волевых качеств у борцов	224
Савенков С.В., Севдалев С.В., Саламонов Е.П. Оптимизация общефизической подготовки квалифицированных спортсменов, специализирующихся в смешанных боевых единоборствах	226
Севдалев С.В., Медведев П.Ю. Индивидуализация подготовки квалифицированных спортсменов, специализирующихся в комплексных видах многоборий с учетом биоритмологических особенностей	227
Сиводедов И.Л., Купчинов Р.И. Современная система спортивной деятельности	229
Сиводедов И.Л. Анализ выступлений победителей, призеров и финалистов в десятиборье на олимпийских играх с 1984 по 2016 годы	232
Сурков С.А. Особенности физического развития высококвалифицированных пловцов	234
Титлов А.Ю., Ширковец Е.А. Аэробный и анаэробный порог, определенные различными методами при тестировании квалифицированных конькобежцев	236
Трофимович И.И., Нарский А.Г., Лашкевич С.В. Организация подготовительного периода у легкоатлетов в условиях пандемии covid-19	238
Усович В.Ю., Нарский Г.И. Мониторинг двигательной активности ветеранов спорта с помощью мобильных приложений к смартфонам	240
Хижевский О.В., Саскевич А.П. Теоретические предпосылки исследования проблемы подготовленности юных футболистов	242
Чумак А.П., Барановский В.Н., Железная Т.В. Проектирование тренировочных нагрузок у юных спортсменов экспериментальных групп в годичном цикле подготовки	244
Чурикова Л.Н., Цыганова Я.А. Особенности подготовки олимпийского резерва (на примере лыжных гонок)	247
Шаров А.В., Гоголюк Ф.К. Соотношение специфической работы в аэробной и смешанной зонах в беге на длинные дистанции у мужчин	248
Шаров А.В., Ярошевич В.Г. Философия и методика тренировки ямайских спринтеров, и что говорит спортивная наука	251
Якубович С.К. Особенности показателей в толкании ядра юных спортсменов	253

Научное издание

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы VIII Международной
научно-практической конференции

Мозырь, 8–10 октября 2020 г.

Корректоры: *Е. В. Сузько, Т. И. Татарина*
Оригинал-макет: *Л. Н. Добрянская, М. С. Галеня*

Подписано в печать 07.12.2020. Формат 60x90 1/8. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 32,5. Уч.-изд. л. 36,47.
Тираж 32 экз. Заказ 32.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования «Мозырский государственный
педагогический университет имени И. П. Шамякина».
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий N 1/306 от 22 апреля 2014 г.
Ул. Студенческая, 28, 247777, Мозырь, Гомельская обл.
Тел. (0236) 24-61-29