

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬ-  
НОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«БРЯНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.Г. ПЕТРОВСКОГО»  
(БГУ)**

Институт педагогики и психологии

Факультет физической культуры

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

Сборник материалов  
II Международной научно-практической конференции студентов,  
магистрантов и молодых ученых

Брянск,  
1 ноября 2022 г.

УДК 796.011+796.015

ББК 75.1+75.15

А – 43

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ: сборник материалов II Международной научно-практической конференции студентов, магистрантов и молодых ученых. – Брянск: РИСО БГУ, Издательство ИП Худовец Р.Г. – 2022. – 318 с.

**ISBN 978-5-6048886-5-0**

Настоящий сборник составлен по материалам II Международной научно-практической конференции «АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ», состоявшейся 1 ноября 2022 г. в г. Брянск.

В сборнике научных трудов рассматриваются актуальные вопросы физического воспитания молодежи, студенческого спорта и физкультурно-спортивной деятельности в системе высшего образования, а также современные проблемы науки и практики применения результатов научных исследований.

Сборник предназначен для научных работников, преподавателей, аспирантов, магистрантов, студентов с целью использования в научной работе и учебной деятельности.

**Руководитель конференции** – Рудин М.В., декан факультета физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент

**Научный координатор конференции** – Катунина Н.П., заведующий кафедрой физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин, доктор биологических наук, профессор

**Ответственный редактор** – Цеева Ф.Н., доцент кафедры физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин, кандидат медицинских наук.

**Редакторы:**

Кухарева О.В., доцент кафедры физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин, кандидат медицинских наук;

Шкуруичева Е.В., старший преподаватель кафедры физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин

**Рецензенты:**

Шкитырь О.Н., зав. кафедрой физического воспитания ФГБОУ ВО «Брянский государственный университет имени академика И.Г. Петровского», кандидат педагогических наук, доцент.

Сбитный С.Н., зав. кафедрой физического воспитания ФГБОУ ВО «Брянский государственный инженерно-технологический университет», кандидат педагогических наук, доцент.

Рекомендовано в печать кафедрой физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин Брянского государственного университета имени академика И.Г. Петровского от 25 ноября 2022 г. (протокол №4).

Ответственность за аутентичность и точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законодательства об интеллектуальной собственности возлагается на авторов публикуемых материалов.

© Коллектив авторов, 2022

© РИСО БГУ, 2022

© Изд-во ИП Худовец Р.Г., 2022

## **ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ КОГНИТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ХОККЕИСТОВ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

**Костючик И.Ю.**, соискатель ученой степени кандидата, старший преподаватель,  
УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Республика Беларусь

**Боурош В.С.**, студент,  
ДЮСШ по хоккею с шайбой «Пинские ястребы», г. Пинск, Республика Беларусь

**Аннотация.** Развитие когнитивных функций, психических и психомоторных качеств позволит спортсмену реализовать свой потенциал и быть конкурентоспособным в спорте высших достижений.

Спортивные физиологи говорят о том, что 95% двигательных навыков формируется в возрасте до 12 лет и исходя из этих данные уже в юном возрасте необходимо уделять повышенное внимание развитию проприоцептивной сенсорной системе.

Одним из перспективных методов в оценке потенциала системы управления движениями, на наш взгляд, является стабилметрия.

Комплексная оценка функциональной подготовленности методами стабилографии, с учетом морфологического статуса, дает возможность выявить спортивный талант в юном возрасте и оказать помощь в развитии сенсомоторной координации.

**Ключевые слова:** когнитивные способности, проприоцептивная сенсорная система, морфологический статус, координация.

Современный спорт предъявляет высокие стандарты не только к функциональному состоянию спортсменов, но и к развитой когнитивной сфере. Речь идет о спортивном таланте, без которого достаточно сложно конкурировать в спорте высших достижений.

Сергиенко Л.П. дал следующее определение этому понятию: «Спортивный талант – это высокий уровень способностей, определяющий успехи в спортивной деятельности» [6, с. 35].

Что входит в особенности структуры спортивного таланта рассматривали на IV Научном Европейском конгрессе спортивных колледжей, который проходил в Риме. Обобщенную структуру, в виде схемы, мы видим на Рисунке 1.



Рисунок - 1. Общая структура спортивного таланта человека:  
 виды общих способностей и свойств (Сергиенко, 2013)

Исходя из данного рисунка, мы можем заметить, что в основе спортивного таланта лежат когнитивные функции человека.

В разделе общие способности и свойства можно выделить наиболее значимые виды памяти: двигательную, словесно-логическую и образную.

В условиях занятиями физической культурой и спортом именно двигательная память является основой для формирования важных умений и навыков, спортивного мастерства в различных, особенно ситуативных, видах спорта, она во многом определяет координационные способности человека.

На Рисунке 2 представлены специальные способности и особенности, которые включают в себя: адаптационные возможности; особенности строения тела; двигательные способности; функциональные возможности.

В данной статье, на примере хоккейной команды, в большей степени, мы оценим специальные способности юных хоккеистов и установим взаимосвязь когнитивной сферы с развитием физических качеств: быстроты, ловкости, силы, гибкости; оценим морфологические особенности, и исследуем функциональные возможности организма, методами стабилотрии и физиотрии.



Рисунок - 2. Общая структура специальных способностей и особенностей спортивного таланта (Сергиенко Л.П., 2013)

Мышечная работа в условиях нестандартных движений предъявляет высокие требования к функциональному состоянию ЦНС и «творческой» функции головного мозга [1].

Особое место принадлежит процессам восприятия и переработки информации в условиях крайне ограниченных интервалов времени [5]. Необходима высокая возбудимость и лабильность нервных процессов. Многие сенсорные системы (слух, периферическое зрение, вестибулярный аппарат, проприоцептивная чувствительность) полностью включены в работу [3].

В системе управления движениями, занятия ситуационными упражнениями развивают высокую степень мышечной и межмышечной координации, синхронизацию скоростных возможностей разных мышечных групп [4].

Есть необходимость в хороших показателях ловкости и выносливости.

Ловкость можно обозначить как определенные творческие способности, которые моментально формируют двигательный ответ в новых, необычных условиях в ограниченном промежутке времени.

Выносливость в игровых видах спорта определяется стабильностью сенсорных систем и ЦНС к деятельности в условиях многоальтернативного выбора, различной мощности переменного характера действий и необходимостью сохранения координации [7].

Возникновение и развитие измерений в спорте связано с необходимостью получать точные данные о состоянии спортсменов на разных этапах спортивной подготовки, для того чтобы в режиме реального времени корректировать тренировочный процесс [2].

И использование стабیلографии, которая с помощью оценки постральной устойчивости отвечает на вопросы взаимодействия сенсорных систем и двигательных навыков.

Цель настоящего исследования – выявление специальных способностей и особенностей развития юных спортсменов, специализирующихся в хоккее с шайбой.

Материалы и методы. Исследования проведены на базе ДЮСШ по хоккею с шайбой «Пинские ястребы» г. Пинска. В рамках комплексной оценки функциональной подготовленности детей на базовом этапе годового цикла были обследовано 25 спортсменов.

Был создан морфологический профиль юных хоккеистов методами антропометрии, спирометрии, динамометрии.

Оценка функционального состояния проводилась на стабиланализаторе с биологической обратной связью «Стабилан-01». Было использовано несколько методик тестирования.

1. Усложненный тест Ромберга, состоящий из двух проб:

- первая, включала в себя тест с открытыми глазами, где испытуемый считал круги белого цвета на мониторе компьютера

- вторая, проба с закрытыми глазами, в котором велся подсчет звуковых сигналов (основная цель – оценить реакцию человека на ограничение потока внешней информации при закрывании глаз).

2. Тест Мишень:

- тест происходил в один этап со зрительной обратной связью. Для проведения методики испытуемый, стоящий на стабилоплатформе, должен отклонениями тела удерживать маркер в центре мишени при большом масштабе отображения.

3. Тест с эвольвентой:

- модуль пробы с эвольвентой предназначен для проведения стабیلографической пробы, в процессе записи, которой испытуемый должен двигаться по кривой, называемой эвольвентой.

Постуральные характеристики спортсменов оценивались по показателям статокинезиограммы, которая, в свою очередь имела следующие параметры:

КФР (%) – качество функции равновесия. Этот показатель оценивает, насколько минимальна скорость ЦД. Он рассчитывается в виде процентного отношения площади, огра-

ниченной функцией распределения длин векторов скоростей, и некоторой константы, равной площади прямоугольника, ограниченного осями координат, горизонтальной асимптотой функции кривой распределения длин скоростей и вертикальной границей

SummErrX (мм) – суммарная ошибка слежения за маркером цели во фронтальной плоскости. Характеризует общее качество слежения.

SummErrY (мм) – суммарная ошибка слежения за маркером цели в сагиттальной плоскости. Характеризует общее качество слежения.

Число набранных очков. Оценивает качество выполнения задания удержания маркера в центре.

В программу исследования был включен комплекс педагогических тестов, отражающих уровень развития некоторых физических качеств: быстроты, силы, координации, гибкости.

#### Результаты и обсуждение

В Таблице 1 представлены усредненные показатели морфологического профиля юных хоккеистов 2013-2014 года рождения.

Таблица - 1. Морфологические показатели хоккеистов

Длина тела	Масса тела	Обхват груди при вдохе	Обхват груди при выдохе	Экскурсия грудной клетки	ЖЭЛ	Сила кисти (пр.)	Сила кисти (лев.)
136,2±3,4*	30,5±2,3*	66,8±1,8*	61±1,4*	5,8±0,7*	2,2±0,3*	18,3±2,1*	18,1±2,3

\*достоверные различия  $p < 0,05$

Длина тела составляла  $136,2 \pm 3,4$  см, при этом масса тела  $30,5 \pm 2,3$  кг превышала средние показатели в их возрастной группе. Особенное внимание при антропометрическом исследовании было уделено экскурсии грудной клетки и показателям ЖЭЛ ( $5,8 \pm 0,7$  см и  $2,2 \pm 0,3$  см<sup>3</sup> соответственно), и хотя хоккей не относится к видам спорта для которых показатели максимального потребления кислорода и вентиляции легких являются приоритетными, скоростно-силовой характер работы на льду включает виды выносливости, основанные на кислородном обеспечении организма.

Динамометрия выявила равновесие в показателях относительной мышечной массы для правой и левой руки ( $18,1 \pm 2,1$  кг,  $18,3 \pm 2,3$  кг).

Следующая Таблица 2, дает нам информацию о системе управления движениями. Показатели постуральной устойчивости выявляют резервы проприцептивной сенсорной системы, которая напрямую обеспечивает развитие когнитивных способностей и выступает основным гарантом развития ловкости и выносливости в ситуативных видах спорта.

Таблица - 2. Показатели статокинезиограммы

КФР (отк.гл.), %	КФР (зак.гл.), %	«Мишень», баллы	«Эвольвента» фронталь, SummErrX (мм)	«Эвольвента» сагитталь, SummErrY (мм)
$74,7 \pm 4,7^*$	$59,9 \pm 3,8^*$	$813 \pm 4,1^*$	$32564 \pm 6827^*$	$33270 \pm 5896^*$

\*достоверные различия  $p < 0,05$

Векторный показатель «качества функции равновесия» (КФР) является интегральным и говорит о скорости изменения ЦД, чем выше значение КФР тем более высокие критерии оценки кинестетической чувствительности, которая является предиктором развития координационных способностей, создания двигательной памяти усилением когнитивной сферы спортсменов. При средних величинах в тесте с открытыми глазами  $74,7 \pm 4,7\%$  (при максимальной весомости в 100%), необходимо отметить низкие показатели в тесте с закрытыми глазами  $59,9 \pm 3,8\%$ , а это уровень развития сенсомоторной координации, наличие моторной памяти. У детей данной возрастной группы процессы торможения ЦНС преобладают над процессами возбуждения, что отражено в тесте «Мишень»  $813 \pm 4,1$  балла.

Тест с эвольвентой определил очень низкий уровень проработанности мышц кора как во фронтальной  $32564 \pm 6827$  мм так и в сагиттальной  $33270 \pm 5896$  мм области. Большая площадь эллипса, которую демонстрирует статокинезиограмма, говорит о слабой устойчивости на льду при выполнении технических элементов.

Таблица 3 дает ответы на уровень развития физических качеств в рамках педагогических тестов.

Таблица - 3. Результаты педагогических тестов

Педагогический тест	Результат
Бег 30 м, с	5,9 ± 0,2
Бег на месте (10 с), раз	42,2 ± 3,1
Тест на скорость реакции, см	29,4 ± 4,2
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	35 ± 6
Бросок медбола (из положения лежа с переходом в положение сидя), см	1,7 ± 0,3
Прыжок в длину с места, с	112 ± 12
Челночный бег 4×9, с	11,5 ± 2,3
Комплексный тест на ловкость, с	15,38 ± 4,1
Наклон вперед из положения сидя, см	2,9 ± 0,8
Стояние на одной ноге с удержанием мяча на стопе, с	2,2 ± 0,2

В ходе эксперимента мы обнаружили низкие показатели в упражнениях на равновесие ( $2,2 \pm 0,2$  с), на проработку мышц кора с набивным мячом ( $1,7 \pm 0,3$  см) и недостаточный уровень гибкости ( $2,9 \pm 0,8$  см) юных хоккеистов.

Заключение. В результате нашего исследования:

- выявлены особенности морфологического статуса и проведен анализ показателей физиометрии юных хоккеистов. Мы наблюдали прямую зависимость объема ЖЭЛ и относительной мышечной силы рук. Это говорит о том, что есть существенная необходимость в увеличении объема легких и развитии дыхательных мышц спортсменов на начальных этапах подготовки.

- показатели статокинезиограммы демонстрировали работу системы управления движениями, и эти параметры отражали развитие физических качеств, которые мы наблюдали при проведении педагогических тестов. Данные характеристики указывают на существенное влияние проприоцептивной сенсорной системы на уровень быстроты, выносливости координации, но здесь хочется отметить, что нами не обнаружена связь росто-весовых показателей с показателями функции равновесия.

Спортивный талант в ситуативных видах спорта, в первую очередь можно оценить на основе исследования постуральной позы, которая отражает работу ЦНС и начальном этапе

формирования двигательного умения и навыка играют ведущую роль в разучивании техники катания и бросковых элементов.

Формирование и развитие способности к проприоцептивным (т.е. от мышечных групп) ощущениям необходимо для способности воспринимать текущее положение и перемещение собственного тела в пространстве.

В процессе развития когнитивной сферы спортсмен стремится воспринимать, запоминать и использовать с помощью ощущений различные ориентиры, которые детально уточняют особенности выполнения двигательного действия и создают предпосылки для создания автоматизма действий в условиях устойчивого моторного поля, позволяют совершенствовать реакции антипации при развитии игрового мышления.

#### Список литературы

1. Бернштейн, Н.А. О построении движений // ЛФК и массаж, спортивная медицина. 2008. – № 9 (57). – С. 7-11.
2. Вашина, М.Г. Практика применения стабилметрического метода в спорте // Материалы научно-методической конференции «Научные проблемы подготовки спортсменов Республики Беларусь к Олимпийским играм 2004 года». Минск, 2003. – С. 95-97.
3. Ровный, А.С. Роль сенсорных систем в управлении сложно-координированными движениями спортсменов / А.С. Ровный, О.А. Ровная, В.А. Галимский // Слобожанский научно спортивный вестник. – 2014. – № 3. – С. 78-85.
4. Костючик, И.Ю. Перспектива влияния кинестетической чувствительности на развитие физических качеств в игровых видах спорта / И.Ю. Костючик // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук: научно-практический журнал. – 2021. – № 2. – С. 69-77.
5. Сальников, В.А., Сухостав, О.А. Возрастные и индивидуальные особенности в структуре развития двигательных способностей // VII Международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»: мат. конф. – М.: Спорт-АкадемПресс, 2003. – Т. 3. – С. 129-130.
6. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика: монография [Текст]: / Л.П. Сергиенко. – М.: Советский спорт, 2013. – 1048 с.: ил. (Серия «Спорт без границ»).
7. Пономарева, И.А. Физиология физической культуры и спорта: учебное пособие / И.А. Пономарева; Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону; Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2019. – 212 с.

**Контактная информация:** sport.lab20@mail.ru

<b>Бахтиарова Т.В., Померанцев А.А.</b> К ВОПРОСУ ОБ УТОЧНЕНИИ ПОНЯТИЯ «МЕЛКАЯ МОТОРИКА»	9
<b>Булыга В.В., Шебеко Л.Л.</b> КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ОЦЕНКЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯ- НИЯ И ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	15
<b>Бурачевская Ю.М., Бондаренко Е.В.</b> МОНИТОРИНГ ПРОДУКТИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДИК ВОСПИТАНИЯ ГИБКОСТИ ШКОЛЬНИЦ 10-11 ЛЕТ	21
<b>Бурлакова К.Н.</b> ЗНАЧЕНИЕ И РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ГРГУ	30
<b>Верхорубова А.С., Цеева Ф.Н.</b> ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКИ И ЭВОЛЮЦИЯ ЕЕ РАЗВИТИЯ	36
<b>Гук А.Ф.</b> ВЛИЯНИЕ БОКОВОЙ ПЛАНКИ ПРИ ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ S-ОБРАЗНОГО СКОЛИОЗА	40
<b>Гусев А.В.</b> ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ПРОФИЛАКТИКЕ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ	45
<b>Гуторова Г.А., Украинцева Ю.А., Цеева Ф.Н.</b> ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬ- НИКОВ БУДУЩИМИ УЧИТЕЛЯМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬ- ТУРЫ, ИМЕЮЩИХ РАЗНЫЙ УРОВЕНЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВ- НОСТИ	53
<b>Дворянова С.А., Ватамановская Е.Б., Веденеев Д.Е.</b> ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СЕМЬИ И ШКОЛЫ В ФОР- МИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬ- НИКОВ	59
<b>Долголеева В.В., Цеева Ф.Н.</b> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА САМООЦЕНКУ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ	65
<b>Думанская Л.Б., Клевцова А.Г.</b> ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ К ПРО- БЛЕМЕ ДОПИНГА	72

<b>Егорова М.А.</b>	
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ СИЛЫ МЫШЦ И СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ	79
<b>Зайцева Л.В.</b>	
АКТУАЛЬНОСТЬ РАЗРАБОТКИ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ НА ОСНОВАНИИ АНАЛИЗА ИХ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ И МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ	88
<b>Икрамов Б.Ф.</b>	
DEVELOPMENT OF BALANCE SKILLS OF KAYAKERS THROUGH EFFECTIVE MEANS	94
<b>Катунин П.М., Цеева Ф.Н., Fafdahov N.</b>	
СРАВНИТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ И КАРДИОРЕСПИРАТОРНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УЧАЩИХСЯ 14-15 ЛЕТ	98
<b>Катунина Н.П., Пешкова Н.В., Захарова А.И.</b>	
ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТНО-МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	107
<b>Козлова П.А., Семенова Т.А.</b>	
ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	113
<b>Костючик И.Ю., Боурош В.С.</b>	
ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ КОГНИТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ХОККЕИСТОВ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	120
<b>Куприянова А.А.</b>	
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В КУЛЬТУРНОЙ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА	128
<b>Максимов Ю.Г.</b>	
ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 12-13 ЛЕТ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДСТВАМИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	132
<b>Мамекина Е.С.</b>	
ЗДОРОВЬСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ	138

<b>Наговицын Р.С., Волкова В.Д.</b>	
ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У ШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕМАТИЧЕСКОЙ ЗАРЯДКИ	143
<b>Наговицын Р.С., Зернова Е.С.</b>	
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ ИГРОКОВ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА 11-12 ЛЕТ	149
<b>Нефедова Е.В., Верхорубова О.В.</b>	
ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛОВКОСТИ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ	156
<b>Новик К.С., Сошко Н.И.</b>	
СОСТОЯНИЕ И РАЗВИТИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	161
<b>Олимов А.И.</b>	
ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	168
<b>Пасько В.В.</b>	
ОЦЕНКА ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫХ ПАРАМЕТРОВ ГРЕБКА В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКЕ	174
<b>Певнева О.Л.</b>	
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА	180
<b>Петкевич М.С., Сошко Н.И.</b>	
АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНОГО ОПЫТА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОСТОЛИМПИЙСКОГО НАСЛЕДИЯ	187
<b>Подлеская О.С., Цыбина Е.А., Попова М.А., Цыгановский А.М.</b>	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СКАЗОК ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ	193
<b>Подлеская О.С., Цыбина Е.А., Сяпина С.Н.</b>	
ХАРАКТЕРИСТИКА КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 11-12 ЛЕТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ	197
<b>Попова М.А., Сысоев В.В., Шкитырь О.Н., Подлеская О.С.</b>	
МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ, КАК ОДНОГО ИЗ ПРИНЦИПОВ ГУМАНИСТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	202

<b>Рудин М.В., Пешкова Н.В., Цеева Ф.Н., Кухарева О.В.</b>	
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ЛИЧНОСТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	206
<b>Рудин М.В., Шкуричева Е.В., Поддубный Ю.В.</b>	
МОДЕРНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ С ПОМОЩЬЮ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ	211
<b>Рудин М.В., Шкуричева Е.В., Цыбина Е.А.</b>	
СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	216
<b>Саттаров А.А.</b>	
ВЛИЯНИЕ БОЛЬШИХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК НА ОРГАНИЗМ ПЛОВЦОВ	221
<b>Свекла О.В.</b>	
ОЦЕНКА ТИПА ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ФУТБОЛИСТОВ ПО ДАННЫМ АНАЛИЗА ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РИТМА СЕРДЦА С УЧЕТОМ ИГРОВОГО АМПЛУА	231
<b>Серёгина О.Б., Антонов А.Е.</b>	
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ К ОБЕСПЕЧЕНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ШКОЛЕ	236
<b>Сошко Н.И., Милодовская В.С.</b>	
ПАРАЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ	243
<b>Стратиенко Е.Н., Катунина Н.П., Gusak A., Ковтунова Ю.Н.</b>	
РОЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗВИТИИ РЕЧИ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	249
<b>Сысоев В.В., Опалева О.Н., Украинцева Ю.А.</b>	
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ ВУЗА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ СОПРЯЖЕННОГО ХАРАКТЕРА	256
<b>Сысоева Е.В.</b>	
ПРОБЛЕМА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДОПИНГА В СПОРТЕ	262
<b>Толстова Т.И., Сатылганова А.Ю., Суслова Г.В.</b>	
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ РязГМУ	266

<b>Украинцева Ю.А., Гуторова Г.А., Дайнеко С.А.</b>	
СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЙ «ГОТОВНОСТЬ», «ГОТОВНОСТЬ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ»	271
<b>Фёдоров А.Н., Бондаренко Е.В.</b>	
ПРИМЕНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ ПРАНАЯМА В ТРЕНИРОВКЕ ФРИДАЙВЕРОВ	276
<b>Ходотова М.И.</b>	
ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ САМБИСТОВ С ИХ СПОРТИВНЫМ РЕЗУЛЬТАТОМ	284
<b>Цыгановский А.М., Цыбина Е.А., Пешкова Н.В.</b>	
ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ВЫСТУПЛЕНИЯ КОМАНДЫ БГУ ИМ. АК.И.Г. ПЕТРОВСКОГО В ФИНАЛЕ ВСЕРОССИЙСКОГО ФЕСТИВАЛЯ «ГТО» СРЕДИ СТУДЕНТОВ	290
<b>Чарапиева С.Н., Чарапиев А.Ж.</b>	
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МОДУЛЬНОГО МЕТОДА	302
<b>Чеботарева А.А., Чеботарев А.В.</b>	
АКТУАЛЬНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ФИТНЕСОМ НА АДАПТАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ДЕТСТВА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОМАТИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	307
<b>Эгамбердиев Р.Н.</b>	
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ	313