

ISSN 2079-5653

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования

«Белорусский государственный университет физической культуры»

УЧЕНЫЕ ЗАПИСКИ

**Сборник научных трудов
Белорусского государственного университета
физической культуры**

Основан в 1997 году

Выпуск 25

Минск
БГУФК
2022

УДК 796.001(081)
ББК 75
У91

В сборнике представлены научные труды в сфере спорта высших достижений и подготовки спортивного резерва, медико-биологического и психологического сопровождения тренировочной деятельности, олимпийского образования, актуальных направлений развития и совершенствования оздоровительной физической культуры, реабилитации, физической культуры в системе образования, технологий повышения профессионального мастерства специалистов физической культуры, современных тенденций развития маркетинга и экономики спорта, инновационных технологий в сфере туризма, гостеприимства, рекреации и экскурсоведения.

Сборник предназначен для специалистов отрасли «Физическая культура, спорт и туризм».

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК

Р е д а к ц и о н н а я к о л л е г и я :

Главный редактор

д-р экон. наук, доц. *С. Б. Репкин*

Заместитель главного редактора

канд. пед. наук, доц. *Т. А. Морозевич-Шилук*

Ч л е н ы р е д к о л л е г и и :

д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко,*

канд. пед. наук, доц. *В. Е. Васюк,*

канд. пед. наук, доц. *Р. Э. Зимницкая,*

д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский,*

д-р экон. наук, проф. *Г. А. Королёнок,*

д-р психол. наук, проф. *Л. В. Марищук,*

д-р биол. наук, проф. *С. Б. Мельнов,*

д-р пед. наук, д-р биол. наук, проф. *А. А. Михеев,*

д-р экон. наук, проф. *Д. А. Панков,*

канд. пед. наук, доц. *М. Д. Панкова,*

канд. биол. наук, доц. *И. Н. Рубченя,*

д-р пед. наук, проф. *Н. Б. Сотский,*

д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов,*

д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич*

**УДК 796.001(081)
ББК 75**

© Оформление. Учреждение образования «Белорусский
государственный университет физической культуры», 2022

ГАВРИЛИК Марина Викторовна, канд. пед. наук

*Полесский государственный университет,
Пинск, Република Беларусь*

ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

В статье раскрыт инновационный подход к организации физического воспитания студентов на основе создания интегрированной физкультурно-спортивной среды учреждения высшего образования (далее – УВО). Представлены результаты исследования по разработке и апробации в образовательном процессе УВО концепции интегрированной физкультурно-спортивной среды, заключающейся в создании условий для формирования физической культуры личности, освоения ценностей физической культуры на основе построения индивидуальных траекторий физического развития студента. Концепция отражает основные подходы к решению проблемы исследования и пути повышения эффективности физического воспитания студентов. Представлена модель интегрированной физкультурно-спортивной среды УВО, которая создает целостное представление об интегрированной физкультурно-спортивной среде, позволяет исследовать ее функционирование, отражает пространственно-предметный, педагогический и социальный аспекты в едином образовательном процессе.

Ключевые слова: физическое воспитание; интегрированная физкультурно-спортивная среда; физкультурно-спортивная деятельность; физическая культура; удовлетворенность; инновационный подход.

INNOVATIVE APPROACH TO ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

The article presents an innovative approach to organization of physical education of students, based on creation of an integrated physical culture and sports environment of a higher educational establishment (hereinafter – HEE). The results of the study on the development and testing of the concept of the integrated physical culture and sports environment in the educational process of HEI, which includes creating conditions for the formation of a person's individual physical culture and mastering the values of physical culture based on the construction of individual trajectories of a student's physical development, are presented. The concept reflects the main approaches to solving the problem of the research work and ways to improve the effectiveness of physical education of students. The model of the integrated physical culture and sports environment of the HEI is presented, it creates a holistic view of the integrated physical culture and sports environment, which allows researchers to study its functioning, the model also reflects the spatial-subject, pedagogical and social aspects in a unified educational process.

Keywords: physical education; integrated physical culture and sports environment; physical culture and sports activity; physical culture; satisfaction; innovative approach.

Введение. Актуальность вопросов совершенствования физического воспитания студентов на основе принципиально новых подходов к организации занятий физической культурой и спортом подчеркивают многие ученые: В.К. Бальсевич (2006), В.А. Барков (2014), М.Я. Виленский (2017, 2018), В.И. Ильинич (2008), В.А. Коледа (2018), В.Н. Кряж (2011, 2013, 2015), Ю.Ф. Курамшин (2007, 2010), Т.А. Лопатик (2008), Л.И. Лубышева (2017), И.В. Манжелей (2014), В.А. Овсянкин (2016), Н.Б. Сотский (2020), А.Г. Фур-

манов (2017), О.В. Хижевский (2019), Т.П. Юшкевич (2006) [1].

В последние годы некоторые авторы (И.В. Манжелей, Н.С. Бутыч, О.В. Шинкаренко, С.Ю. Щетинина) качественное улучшение процесса физического воспитания обучающихся связывают с созданием физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения как совокупности условий и возможностей для саморазвития и самовыражения личности в сфере физической культуры и спорта [2].

В ходе анализа научно-методической литературы установлено, что до настоящего времени отсутствуют исследования, посвященные методологии построения и создания интегрированной физкультурно-спортивной среды УВО, предполагающей оптимальное сочетание аудиторных и внеаудиторных форм занятий, направленных на удовлетворение интересов студентов в разнообразных видах физкультурно-спортивной деятельности, на выработку потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, повышение уровня физической подготовленности. Не раскрыты организационно-педагогические условия функционирования интегрированной физкультурно-спортивной среды в УВО, а также не определены подходы и пути повышения эффективности физического воспитания студентов [1].

Основная часть. Для определения социально-педагогических условий повышения эффективности физического воспитания студентов разработана и внедрена в образовательный процесс «Анкета исследования удовлетворенности студентов организацией физического воспитания и выявления факторов, влияющих на отношение студентов к занятиям физической культурой».

Респондентами стали 1078 студентов факультета банковского дела, экономического и биотехнологического факультетов, отнесенных по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам. Исследование удовлетворенности студентов физическим воспитанием показало, что удовлетворены занятиями физической культурой около 48 % студентов, частично удовлетворены 10 % и около 42 % не удовлетворены занятиями. Для определения социально-педагогических условий повышения эффективности физического воспитания студентов разработана и внедрена в образовательный процесс «Анкета исследования удовлетворенно-

сти студентов организацией физического воспитания и выявления факторов, влияющих на отношение студентов к занятиям физической культурой» [2].

Проведенное исследование позволило определить негативные факторы в организации физического воспитания: отсутствие индивидуального личностно-ориентированного подхода к студентам, отсутствие возможности выбора вида спорта или вида физической активности во время занятий, излишняя регламентация физического воспитания. Выявлены приоритетные для студентов виды двигательной активности, определены факторы, влияющие на удовлетворенность студентов организацией физического воспитания в УВО. Проблемные вопросы физической культуры студента связаны с неудовлетворенностью традиционными подходами к проведению занятий, которая обусловлена невозможностью выбора вида спорта, отсутствием индивидуального подхода и диалогового сотрудничества [3].

В результате проведенного исследования выявлены социально-педагогические условия физкультурно-спортивной среды, способствующие повышению эффективности физического воспитания: формирование личностно-ориентированной направленности физического воспитания; формирование концепции физического воспитания, основанной на создании интегрированной физкультурно-спортивной среды в УВО; интеграция процессов воспитания и обучения [1, 2]. Определено, что важным критерием эффективности физического воспитания и позитивного отношения к физической культуре является удовлетворенность студентов организацией физического воспитания [1, 2]. Полученные данные определили сущность и содержание физкультурно-спортивной среды УВО и легли в основу при разработке концепции интегрированной физкультурно-спортивной среды.

Концепция интегрированной физкультурно-спортивной среды отражает пути повышения эффективности физического воспитания, исследовательские подходы к решению изучаемой проблемы, необходимость учета средовых факторов и представляет интегрированную физкультурно-спортивную среду как динамическую целостность, где создаются условия для гармоничного развития личности студента и его самореализации в физической культуре (рисунок 1) [4].

Целевым ориентиром данной концепции является формирование физической культуры личности и создание в среде УВО условий для освоения ценностей фи-

зической культуры на основе построения индивидуальных траекторий физического воспитания и самовоспитания, педагогической поддержки и сопровождения.

При реализации концепции внесены существенные изменения в организацию образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура». Согласно учебным планам различных специальностей, трудоемкость учебной дисциплины «Физическая культура» составляет 140 часов в год. Аудиторная нагрузка включала занятия с преподавателем на 1–2-м курсах 40–42 часа в год по 20–22 часа в каждом семестре и управляемую самостоятельную работу (далее – УСР) студентов, которая



Рисунок 1. – Концепция интегрированной физкультурно-спортивной среды

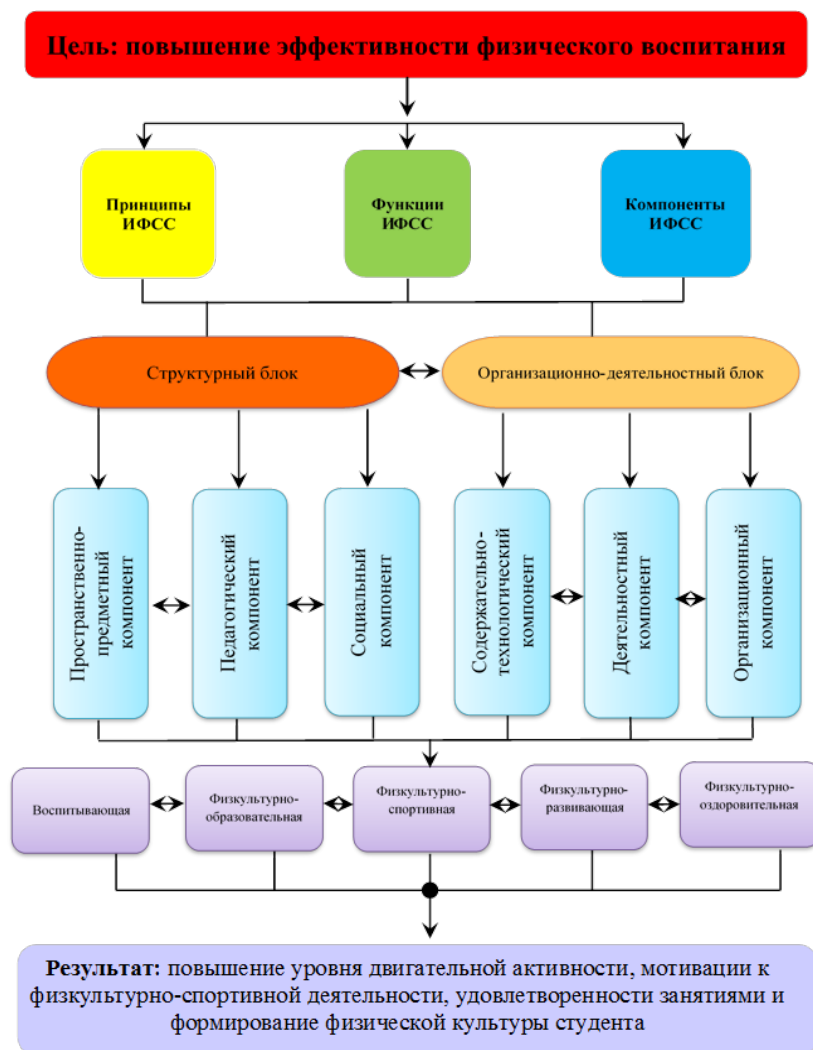


Рисунок 2. – Модель интегрированной физкультурно-спортивной среды

осуществлялась под руководством квалифицированных инструкторов и тренеров центра физической культуры и спорта ПолесГУ, имеющих высшее физкультурно-педагогическое образование и соответствующую спортивную квалификацию [1, 2].

В процессе занятий преподаватель обсуждает личные мотивы студента, цели и предпочтительные для него виды физкультурно-спортивной деятельности. Далее определяется индивидуальная траектория развития студента (физкуль-

турно-образовательная, физкультурно-оздоровительная, физкультурно-развивающая, физкультурно-спортивная) и виды двигательной деятельности с учетом выбранного им направления развития [1].

Разработана модель интегрированной физкультурно-спортивной среды (рисунок 2). Интегрированная физкультурно-спортивная среда – совокупность социально-педагогических условий, интегрирующих личностный потенциал и социальную среду учреждения образо-

вания в единый образовательный процесс для всестороннего развития личности и ее самореализации в физической культуре и профессиональной деятельности [2].

Сущность интегрированной физкультурно-спортивной среды заключается в создании реальных условий для продуктивного взаимодействия УВО и социальной среды, представляющих собой единый образовательный процесс [4].

Модель отражает следующие положения:

- объединяет пространственно-предметную, педагогическую, социальную среды УВО, продуцирует интеграционный эффект воспитания в единый образовательный процесс, выражающийся в содержательно-технологическом, организационном и деятельностном аспектах;

- обуславливает создание различных взаимопроникающих компонентов, создающих условия для формирования индивидуальной среды каждого студента;

- обеспечивает успех разнообразной физкультурно-спортивной деятельности студентов.

Интегрированная физкультурно-спортивная среда представляет функционирование различных сред, создающих индивидуальные вариативные образовательные и воспитательные модели, реализующие идеи модернизации физического воспитания в УВО [1].

Образовательная деятельность в интегрированной физкультурно-спортивной среде направлена на овладение студентами базовыми компетенциями в области физической культуры, соответствующими требованиям стандартов высшего образования, на компенсацию негативных факторов социальной среды, на создание условий для повышения эффективности образовательного процесса и активного включения в физкультурно-спортивную деятельность студентов.

Реализация модели интегрированной физкультурно-спортивной среды взаимосвязана с последующей разработкой

и внедрением в образовательный процесс учреждения образования «Полесский государственный университет» по учебной дисциплине «Физическая культура»: дневника контроля управляемой самостоятельной работы по учебной дисциплине «Физическая культура»; программного обеспечения «Электронная система контроля физического воспитания студентов в физкультурно-спортивной среде УВО», что позволило оперативно управлять физическим воспитанием студентов; отслеживать своевременность выполнения управляемой самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура»; вовлеченность студентов в физкультурно-оздоровительную, спортивно-массовую и волонтерскую деятельность [2].

Интеграция обусловлена дифференциацией на различных уровнях взаимодействия, которая способствует структурированию возможностей каждого студента, создает условия для формирования его индивидуальной среды, обеспечивающей успех в физкультурно-спортивной деятельности [5].

Для определения результативности концепции и модели интегрированной физкультурно-спортивной среды проводилась их апробация и педагогический эксперимент, в котором приняли участие 1078 студентов факультета банковского дела, экономического и биотехнологического факультетов ПолесГУ. Длительность эксперимента для всех групп составляла два учебных года. На момент начала эксперимента все участники являлись студентами первого курса.

Участники были распределены по группам с учетом гендерного признака. Количество девушек, принявших участие в эксперименте, составило 760 человек, из которых были сформированы экспериментальная группа 382 человека – ЭГ/д (n=382) и контрольная группа 378 человек – КГ/д (n=378). Количество юношей составило 318 человек, из которых были сформированы

Таблица 1. – Посещаемость занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов экспериментальных групп и контрольных групп за период эксперимента

Группы	Средняя посещаемость, час	Разница в посещаемости между ЭГ и КГ, час	Wэмп после эксп.	Р
ЭГ/ю	277,01	+14,24	12,86	p≤0,05
КГ/ю	262,77			
ЭГ/д	277,32	+13,89	20,60	p≤0,05
КГ/д	263,43			

Примечание: используется статистический критерий ВМУ, Wкрит (при $\alpha = 0,05$) = 1,96.

экспериментальная группа 163 человека – ЭГ/ю (n=163), и контрольная группа 155 человек – КГ/ю (n=155).

Для определения результативности концепции и модели интегрированной физкультурно-спортивной среды исследовалась посещаемость занятий и осуществлялся мониторинг удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов экспериментальных и контрольных групп за период эксперимента.

На протяжении эксперимента проводился анализ учебной документации, журналов посещаемости занятий, медицинских справок для определения посещаемости занятий физической культурой (таблица 1).

После эксперимента выявлены достоверные различия ($p \leq 0,05$) в посещаемости занятий между контрольными и экспериментальными группами, достоверность различий составляет 95 %, студенты кон-

трольных групп имеют большее количество пропущенных занятий (на 14 часов в среднем на одного человека) в сравнении с экспериментальными группами.

Следовательно, реализация экспериментальной концепции и модели интегрированной физкультурно-спортивной среды выразилась в более высокой посещаемости занятий студентами экспериментальных групп [2].

После завершения эксперимента проводился анализ удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов экспериментальных ЭГ/ю (n=163), ЭГ/д (n=382) и контрольных групп КГ/ю (n=155), КГ/д до (n=378) за период эксперимента (таблица 2).

Исследование удовлетворенности занятиями физической культурой показало, что на начальном этапе эксперимента статистически достоверных различий между экспериментальными и контрольными группами юношей и девушек

Таблица 2. – Динамика удовлетворенности занятиями по учебной дисциплине «Физическая культура»

Группы	Уровень удовлетворенности студентов, %			X ² эмп	р
	Удовлетворены	Частично удовлетворены	Не удовлетворены		
КГ/ю до	51,0 % (79 чел.)	9,0 % (14 чел.)	40,0 % (62 чел.)	0,177	p>0,05
ЭГ/ю до	50,3 % (82 чел.)	10,4 % (17 чел.)	39,3 % (64 чел.)		
КГ/ю после	59,4 % (92 чел.)	8,4 % (13 чел.)	32,3 % (50 чел.)	50,858	p≤0,05
ЭГ/ю после	91,4 % (149 чел.)	5,5 % (9 чел.)	3,1 % (5 чел.)		
КГ/д до	48,9 % (185 чел.)	8,5 % (32 чел.)	42,6 % (161 чел.)	1,586	p>0,05
ЭГ/д до	45,0 % (172 чел.)	10,5 % (40 чел.)	44,5 % (170 чел.)		
КГ/д после	55,0 % (208 чел.)	11,1 % (42 чел.)	33,9 % (128 чел.)	140,349	p≤0,05
ЭГ/д после	87,4 % (334 чел.)	11,0 % (42 чел.)	1,6 % (6 чел.)		

Примечание: используется статистический критерий кси-квадрат, X²крит (при $\alpha = 0,05$) = 5,991.

не выявлено ($p > 0,05$). После проведения педагогического эксперимента имеются статистически достоверные различия между экспериментальными и контрольными группами ($p \leq 0,05$) [2].

После завершения эксперимента удовлетворенность занятиями физической культурой различается между контрольными и экспериментальными группами. Так, у юношей КГ/ю полностью удовлетворены занятиями только 59,4 % (92 чел.), что немногим больше, чем в начале эксперимента 51,0 % (79 чел.), в то время как в ЭГ/ю этот показатель вырос до 91,4 % (149 чел.), частично удовлетворены занятиями в КГ/ю 8,4 % и 5,5 % в ЭГ/ю, и не удовлетворены занятиями в КГ/ю 32,3 %, в то время как в ЭГ/ю не удовлетворены занятиями 3,1 %. После проведения педагогического эксперимента имеются статистически достоверные различия между ЭГ/ю и КГ/ю. Так, полученное эмпирическое значение $X^2 = 50,858$ при $X^2_{крит} = 5,991$, значит $50,858 > 5,991$ ($p \leq 0,05$) [2].

Как видно из таблицы, после завершения эксперимента удовлетворенность занятиями физической культурой различается между контрольными и экспериментальными группами девушек. У девушек в КГ/д удовлетворены занятиями 55,0 % (208 чел.), а в ЭГ/д 87,4 % (334 чел.), что значительно больше, частично удовлетворены занятиями в КГ/д 11,1 %, в ЭГ/д 11,0 % и не удовлетворены занятиями 33,9 % девушек в КГ/д и 1,6 % девушек в ЭГ/д. После проведения педагогического эксперимента рассчитанное эмпирическое значение $X^2 = 140,349$ при $X^2_{крит} = 5,991$, значит $140,349 > 5,991$, т. е. имеются статистически достоверные различия в удовлетворенности занятиями между ЭГ/д и КГ/д ($p \leq 0,05$) [2].

Следовательно, полученные результаты доказывают, что реализация экспериментальной концепции физического воспитания и модели интегрированной физкультурно-спортивной среды позволи-

ла повысить эффективность физического воспитания студентов, что отражается в высокой степени удовлетворенности занятиями у студентов экспериментальных групп и подтверждается достоверно значимыми различиями между экспериментальными и контрольными группами [2]. Созданная интегрированная физкультурно-спортивная среда УВО является инновационным подходом в организации физического воспитания студентов позволившим повысить его эффективность.

Заключение. В результате проведенного исследования определено, что социально-педагогическими условиями физкультурно-спортивной среды, способствующими повышению эффективности физического воспитания в учреждениях высшего образования, являются: внедрение инновационного подхода к организации образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура»; реализация личностно-ориентированного подхода с возможностью выбора приоритетных видов физкультурно-спортивной деятельности; комплексное применение форм и средств физического воспитания студентов в процессе обучения. Обоснована взаимосвязь повышения эффективности физического воспитания с удовлетворенностью студентов физическим воспитанием. [1–5].

Определены сущность и содержание физического воспитания студентов в интегрированной физкультурно-спортивной среде. Инновационный подход организации физического воспитания студентов в условиях интегрированной физкультурно-спортивной среды заключается в создании условий для формирования физической культуры личности, освоения ценностей физической культуры на основе построения индивидуальных траекторий физического развития студента, педагогической поддержки и сопровождения. Отличительными особенностями образовательного процесса являлись: вариативность учебной

программы по физической культуре; организация управляемой самостоятельной работы; самоопределение студентов в выборе вида физкультурно-спортивной деятельности.

Реализация данного подхода предусматривает возможность выбора направления

индивидуального физического самосовершенствования студента, что способствует повышению удовлетворенности проведением занятий по физической культуре и эффективности физического воспитания студентов [1–5].

1. Гаурилик, М. В. Создание интегрированной физкультурно-спортивной среды, направленной на повышение эффективности физического воспитания студентов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М. В. Гаурилик. – Минск, 2022. – 35 с.

2. Гаурилик, М. В. Создание интегрированной физкультурно-спортивной среды, направленной на повышение эффективности физического воспитания студентов : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М. В. Гаурилик. – Минск, 2022. – 237 л.

3. Гаурилик, М. В. Методика создания интегрированной физкультурно-спортивной среды УВО / М. В. Гаурилик, В. А. Коледа // Известия Гомельского гос. ун-та им. Ф. Скорины. Социально-экономические и общественные науки: педагогика, право, экономика : науч. и произв.-практ. журнал. – Гомель, 2021. – № 5 (128). – С. 14–20.

4. Гаурилик, М. В. Создание интегрированной физкультурно-спортивной среды УВО для повышения эффективности физического воспитания студентов / М. В. Гаурилик // Веснік Палескага дзярж. ун-та. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук: науч.-практ. журнал. – Пінск, 2021. – № 2. – С. 47–59.

5. Гаурилик, М. В. Организационные основы интегрированной физкультурно-спортивной среды и эффективность физического воспитания студентов / М. В. Гаурилик // Веснік Палескага дзярж. ун-та. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : науч.-практ. журнал. – 2019. – № 2. – С. 48–54.

Статья поступила в редакцию 08.11.2022

СОДЕРЖАНИЕ

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Ильючик Я.А. Спортивная подготовка и функциональное состояние шахматистов	3
Карась О.В. Факторы, влияющие на спортивную подготовку гимнастов высокого класса в олимпийском цикле.....	9
Мельников С.В., Нарский А.Г. Исследование зависимости показателей функциональной подготовленности от объема тренировочных нагрузок на различных этапах годового цикла подготовки высококвалифицированных пловцов	16
Навойчик А.А. Исследование игровых статистических показателей, обосновывающих игровую эффективность в баскетболе 3×3	21
Позубанов Э.П., Го Вэнь Сюэ, Гусейнов Д.И., Лукашевич Д.А. Структурная организация бросковых действий.....	27
Ступень М.П., Солонко П.А. Сравнительная характеристика многолетней динамики соревновательной деятельности юниоров и женщин в фигурном катании на коньках.....	36

ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Баранев Ю.А., Цзинь Цзябинь Уровень физического развития и физической подготовленности баскетболистов на начальном этапе подготовки	42
Карась А.Л. Использование средств спортивно-прикладной гимнастики для развития координационных способностей, влияющих на формирование конькобежных навыков юных хоккеистов	51
Лукашевич Д.А., Парамонова Н.А., Ли Сюэ Генезис технологий оценки способностей детей в спортивном отборе	60
Лютынский С.Ю., Парамонова Н.А. Аппаратно-программные комплексы в подготовке волейболистов 16–17 лет.....	69
Ма Цихань, Парамонова Н.А. Двигательно-координационные способности гандболистов 13–14 лет.....	79
Михеев Н.А. Динамика психофизиологических способностей юных спортсменов при занятиях восточными единоборствами	84

Прилуцкий П.М., Маслюкова Е.Н.

Особенности физической подготовки лыжников-гонщиков
глазами тренеров-практиков 91

Симанович Х.Н., Михеев А.А.

Коррекция физической подготовленности детей среднего школьного
возраста (10–11 лет) при занятиях аквааэробикой, легкой атлетикой и футболом 102

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ**Баранев Ю.А., Журович Н.В.**

Влияние эффекта относительного возраста на результаты прыжкового теста
учащихся 6-х классов 107

Гаврилик М.В.

Инновационный подход к организации физического воспитания студентов 113

Гайдук С.А., Юй Хунцизе, Хэн Чюантао

Сравнительный анализ физического воспитания в университетах
Китайской Народной Республики и Республики Беларусь 121

Граменицкая И.Ю.

Перспективы развития скалолазания в работе с детьми дошкольного возраста 134

Заколотная Е.Е.

Отражение спектра проблем в духовно-нравственном образовании
студентов-спортсменов, выявленных в их метафорических рисунках 140

Ивашко С.Г., Гаврилова В.В.

Психологическое благополучие спортсменов на этапе постепенного
снижения достижений 146

Ночевная И.С.

Особенности физического воспитания юношей
в учреждениях высшего образования 151

Прилуцкий П.М., Ночевная И.С.

Физическое воспитание девушек в учреждениях высшего образования 155

Снежицкий П.В., Грузд Н.М.

Подготовка и участие сельских школьников в соревновательной деятельности
как средство формирования двигательной культуры личности 159

Трофимович И.И., Нарскин А.Г., Корниенко И.М.

Об особенностях организации учебного процесса в специализированных
по спорту классах 167

Харькова В.А., Галич К.В., Корольков М.А.

Повышение эффективности переходного периода в рукопашном бое
средствами рекреационно-оздоровительного туризма 174

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**Зубовский Д.К.**

Низкоинтенсивная магнитотерапия в подготовке гребцов-академистов:
физиологические и функциональные взаимодействия180

Пигуль П.Г., Курносова В.А., Мельнов С.Б.

Особенности исследования предрасположенности к спорту высоких достижений189

Тарасевич Н.Р., Пигуль П.Г., Болотько О.И.

Сравнительная характеристика антропометрических показателей
16–18-летних спортсменов, специализирующихся в сложнокоординационных
и циклических видах спорта194

Тишутин Н.А., Рубчеля И.Н.

Особенности поддержания постурального баланса в динамических условиях
у футболистов с различными типами вегетативной регуляции сердечного ритма199

**ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ, ЛЕЧЕБНАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА****Дворянинова Е.В., Матюк А.И.**

Восстановление физического состояния лиц зрелого возраста
с хроническим бронхитом204

Лойко Т.В., Жилко Н.В., Никитина М.Г.

Влияние занятий циклическими видами спорта на функциональное состояние
центральной нервной системы студентов211

Миронович Д.В., Михеев А.А.

Позиционные силовые упражнения как средство снижения показателей болей
в поясничном отделе позвоночника и формирования его естественного положения215

Пархимович Т.В., Пармонова Н.А.

Использование элементов йоги для коррекции осанки школьников со сколиозом,
занимающихся в специальных медицинских группах220

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**Ворон А.В., Гарбаль О.А., Седнева А.В.**

Изокинетические тренажерные устройства для развития силы мышц туловища
и силы мышц, обеспечивающих вращение ног227

Котлобай Е.С., Пармонова Н.А.

Методы исследования при изучении структуры стрельбы из пистолета
по появляющейся мишени234

Чжан Юйчен

О возможности применения тренажеров с обратной связью в обучении технике
лыжных передвижений юных спортсменов241

Чжао Юйчэнь, Кулевская Д.Г., Шиндер М.В.

Фрикционные тренажеры как средство силовой подготовки мышц туловища
и верхних конечностей барьеристок250

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Комоцкий К.Р.

Факторы интенсификации обучения курсантов учреждений образования МВД
Республики Беларусь приемам самозащиты без оружия259

В ПОМОЩЬ ТРЕНЕРУ

*Ханнес Гаттерер, Тобиас Дюннвальд, Рейчел Тернер, Роберт Чсапо,
Вольфганг Шоберсбергер, Мартин Буртшер, Мартин Фолхабер, Майкл Д. Кеннеди*

Занятия спортом при низких температурах окружающей среды:
практические рекомендации по улучшению спортивных показателей
и снижению негативного влияния на здоровье267