

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА
И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ**
ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ
**СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА**
**СМОЛЕНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА**

**ИННОВАЦИОННЫЕ РЕШЕНИЯ
АКТУАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ СБОРНИК
НАУЧНЫХ СТАТЕЙ**

Выпуск 2

Смоленск 2009

УДК 796.420

Инновационные решения актуальных проблем физической культуры и спортивной тренировки: международный сборник научных статей; под. общ. ред. Е.П. Врублевского. – Смоленск: СГАФКСТ, 2009. – 626 с.

В сборнике представлены материалы по основным направлениям физической культуры и спортивной тренировки: научно-практические основы повышения спортивного мастерства легкоатлетов; медико-биологические и психолого-педагогические основы подготовки спортсменов; инновационные педагогические технологии в процессе физического воспитания различных категорий населения на основе использования легкоатлетических упражнений; оздоровительные технологии применения средств физической культуры как здоровьесберегающий фактор различных контингентов населения; конструктивные подходы к использованию адаптивной физической культуры для социальной адаптации людей с ограниченными возможностями; актуальные проблемы подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Редакционная коллегия:

Врублевский Е.П. – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики легкой атлетики Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма;

Сафронов Е.Л. – кандидат педагогических наук, проректор по воспитательной и социальной работе Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма;

Хорунжий А.Н. – кандидат педагогических наук, директор Смоленского государственного училища олимпийского резерва.

Материалы публикуются в авторской редакции.

Редакционная коллегия выражают благодарность Фарисенковой Л.А. за качественную литературную коррекцию статей сборника.

© Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2009

© Смоленское государственное училище олимпийского резерва, 2009

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССОВЫЙ СПОРТ В СИСТЕМЕ СОВРЕМЕННОГО СОЦИУМА

Семенов В.Г., Врублевский Е.П.

*Смоленская государственная академия физической культуры,
спорта и туризма, Смоленск, Россия*

Заенчковский Э.М.

*Главное управление по физической культуре и спорту
Смоленской области, Смоленск, Россия*

Костюченков В.Н.

*Смоленская государственная медицинская академия,
Смоленск, Россия*

Хорунжий А.Н.

*Смоленское государственное училище олимпийского резерва,
Смоленск, Россия*

На рубеже XX и XXI веков физическую культуру и массовый спорт стали определять как принципиальные компоненты социального института, которые выполняют важные социально-экономические, нравственные и ценностные функции, тесно взаимодействуя с культурой, здравоохранением, экологией, сферой активного отдыха и досуга. В тоже время, в связи с радикальными изменениями политического и экономического переустройства нашего общества и связанными с этим резкими расщелениями по уровню доходов различных слоёв населения, существенным образом изменяется роль и значение массового спорта и физической культуры.

Вряд ли у кого-либо вызывает сомнение тот факт, что именно во главе этого переустройства оказалась личность человека и вся его многообразная деятельность, которая протекает под давлением социальных, экологических и бытовых катаклизмов. Естественно, что продолжительная перестройка повлекла за собой выраженные нервные напряжения, негативные эмоциональные стрессы, функциональные перегрузки, которые суммируются и усиливаются у большинства слоёв населения. В частности, по данным Всемирной организации здравоохранения, за последние 50 лет количество неврозов увеличилось в 24 раза.

С этих позиций, методологические установки современных учёных спортивной науки (Л.И. Лубышева, В.К. Бальсевич, 2006; М.Я. Виленский, 2007), с одной стороны, характеризуют физическую культуру и спорт, как мощные социальные феномены, способные осуществлять формирование и преобразование социальной сущности личности человека, с другой - должны быть востребованы для эффективной интеграции в культуру социума. Качественно новая стадия осмысления социальной сущности ФК и спорта связана с их доминантным влиянием на духовно-нравственную сферу человека, как неоспоримое средство интеллектуального, оздоровительного, эстетического и этического воспитания. При оценке «стоимости» здоровья современного человека следует учитывать его полноценное функционирование в обществе, направленное на постоянный положительный эффект его жизнедеятельности и самого себя в желаемом, осмысленном и выполняемом направлении (М.Я. Виленский, 2007).

Однако в последнее десятилетие в нашем обществе, как показали исследования, произошла перестановка выраженности и приоритетности акцентов относительно разных ценностей. При этом, здоровье, как категория, среди них не значится в качестве основной как у школьников, так и в среде молодёжи, лиц активного и трудоспособного возраста.

Результаты многочисленных исследований и практический опыт ведущих специалистов в области физической культуры и спорта показал, что в настоящее время не существует более физиологичного метода стимуляции ведущих систем организма, чем рациональная мышечная деятельность, основанная на движениях при формировании здорового стиля жизни, профилактике и укреплении здоровья.

Более того, минимальный для любого организма уровень двигательной активности — это тот нижний предел развития организма, ниже которого фактически прекращается его развитие, несмотря на достаточность питания и других сопутствующих условий (И.А. Аршавский, 1987). При этом автор констатирует, что питание является лишь условиями роста и развития организма, а не его причиной.

Отсюда важнейшим методологическим принципом является не изоляция питания (или реализация разных модных диет) и достаточность рекомендуемых питательных витаминно-минеральных веществ, а, прежде всего, строго определённый, постоянный и индивидуальный уровень физической активности, который и определяет причину истинного морфофункционального развития и самосовершенствования индивида. Именно двигательная активность сдерживает инволюционные изменения и устраняет детерминированность систем организма человека в целом, способствуя удлинению периода активной творческой жизнедеятельности в социуме.

Наблюдающиеся в настоящее время существенная недооценка и игнорирование использования средств физической культуры и спорта значительной частью населения России отрицательно сказываются на таких архиважных показателях, как ухудшение здоровья и уменьшение продолжительности жизни, особенно у мужчин. Преодолеть данные негативные тенденции возможно лишь путём перехода всего физического образования и оздоровления на системный принцип их реализации в возрастном онтогенезе человека.

И в этом главный ресурс средств физической культуры и массового спорта, которые способны повысить устойчивость ЦНС, вызвать положительные изменения в опорно-двигательном аппарате, способствовать экономизации функций отдельных органов и системы кровообращения, устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды (стрессовых ситуаций, радиации, высоких и низких температур, гипоксии и др.), а также к простудным и инфекционным заболеваниям. Такой мощный спектр средств ФК и спорта может обеспечить реальное формирование мировоззрения, самомотивацию, поведение и совершенствование человеческого тела и духа.

Вместе с тем, как показали многочисленные исследования, значительная часть детей школьного возраста и молодёжи, боль-

шая часть взрослого населения в регионах России продолжает осуществлять свою жизнедеятельность, образуя говоря, по принципу «большого двигательного стереотипа». И в этом направлении под стрессом постоянного недостатка физической активности и необходимой нагрузки находятся непосредственно двигательный аппарат и все важнейшие системы организма. Можно констатировать, что многие заболевания преследуют человека от беззаботного отношения и необходимого постоянного внимания к своему здоровью, отсутствия самовоспитания на основе устойчивой мотивации к ненасильственным занятиям физическими упражнениями, закаливанию, обретая смысл жизни, успешно реализуя себя, используя свои таланты и возможности.

В сложившейся ситуации назрела острая необходимость «перестройки» внутреннего, так называемого, этнопсихологического фактора, который обуславливается, с одной стороны, особенностью национального характера наших людей, основанного на мужественной стойкости к жизненным трудностям и преодолении невзгод, с другой – выделяется такая общенациональная черта, как беспечность и «заплыв по течению жизни», отсутствие самомотивации к своему здоровью, неумеренное проявление личного эгоизма (что я всегда здоров!), предопределяя в образе здоровой жизни некую иррациональность и её необходимость для телесного и психического существования. Естественно такому неоправданному индивидуальному «нигилизму» должна быть противопоставлена концепция самоактуализации, ощущения осмысленности жизни и полноты своего бытия, своеобразности необходимой «выживаемости» (В.М. Шепель, 1997). Данная концепция должна быть основана на трех важнейших критериях: реализации индивидуально-мотивированных средств (за счет рекреации); психологического комфорта и расслабления (за счет релаксации); духовного развития.

Следовательно, постоянное овладение «искусством» полноценно жить, укреплять телесное и психическое здоровье, соблюдать рациональное питание, личную гигиену, умение творчески учиться и работать, высокий оптимизм индивида – должны быть положены в разработку региональных программ физкультурного образования и активного оздоровления различных социально-демографических слоёв населения России и, том числе, нашем регионе.

Каковы же реальные шаги, которые могут быть реализованы в нашем субъекте РФ?

Для изучения уровня здоровья, физического развития и двигательной подготовленности школьников, юных спортсменов, молодёжи (первый этап 2009–2011 гг.) и других слоёв населения (второй этап 2012–2014 гг.) остро необходимо:

- создание информационно-аналитического центра развития физической культуры и массового спорта Смоленской области;
- создание компьютерного обеспечения для обработки результатов мониторингования;
- разработка технологии сбора данных по программам мониторинга (Health Monitoring и «Фактор»);
- разработка региональной модели организации мониторингования на территории муниципальных образований Смоленской области;
- проведение мастер-классов и семинаров для принимающих участие в мониторинговании школьников, юных спортсменов, молодёжи и взрослого населения в муниципальных образованиях области;
- разработка рекомендаций по результатам мониторингования школьников, юных спортсменов, молодёжи и их адресная реализация;
- создание сетевой технологии сбора, передачи и хранения информации по результатам мониторингования школьников, юных спортсменов, молодёжи и взрослых;
- разработка методики взаимодействия с административными муниципальными образованиями области.

Таким образом, концепция здорового ребёнка, здорового человека должна стать консолидирующим фундаментом, способным снять нервно-эмоциональную напряжённость, смягчить социальные и экономические последствия кризиса, существенно повысить качество профессиональной и учебной деятельности, продолжительности жизни смолян.

В заключение можно констатировать, что представленный спектр необходимых научно-практических исследований, которые необходимо впервые осуществить в масштабе области, может внести существенный вклад в разрешение важнейшей проблемы, связанной с оздоровлением всех слоёв населения и формированием у каждого человека престижности принципа «жить и быть здоровым».

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Поздравляем</i>	3
Галкин Ю.П. БЕГ ВРЕМЕНИ	5
Балахничев В.В. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ В РОССИИ.....	7
Заенчковский Э.М. НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ПРИМЕРЕ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ	13
Семенов В.Г., Врублевский Е.П., Заенчковский Э.М., Костюченков В.Н., Хорунжий А.Н. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССОВЫЙ СПОРТ В СИСТЕМЕ СОВРЕМЕННОГО СОЦИУМА.....	14
Аббасов Р.Г., Бекасова С.Н., Семенов А.Г. ФОРМИРОВАНИЕ ОПЫТА НРАВСТВЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ У ЮНЫХ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ (на примере училища олимпийского резерва)	19
Аванесов В.У., Машенко Р.М. ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ АДАПТАЦИОННЫХ МЕХАНИЗМОВ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ	23
Аванесов В.У., Машенко Р.М. ЗНАЧЕНИЕ СРЕДСТВ ВОССТАНОВЛЕНИЯ В СПОРТЕ	30
Анпилогов И.Е., Врублевский Е.П. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ СРЕДСТВ ПОДГОТОВКИ СПРИНТЕРОВ НА ЭТАПАХ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ И СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.....	37
Антипенкова И.В. МАРКЕТИНГ И ЕГО СУЩНОСТЬ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	41
Аншукова Е.В. ОСОБЕННОСТИ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ НА УРАЛЕ. «САНАТОРИЙ ЕЛОВОЕ» – ЗДРАВНИЦА ЮЖНОГО УРАЛА	46

Апрелова Е.С., Шувалов Ю.Н. ДИНАМИКА МОТИВАЦИИ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	50
Артамонова Т.В. ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ МАСКУЛИННОСТИ – ФЕМИНИН- НОСТИ С ПОКАЗАТЕЛЯМИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ РАЗ- ЛИЧНЫХ КЛАССИФИКАЦИОННЫХ ГРУПП, ВИДОВ СПОРТА И СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН	52
Артамонова Т.В. ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИХ ПА- РАМЕТРОВ В РАЗЛИЧНЫХ КЛАССИФИКАЦИОННЫХ ГРУП- ПАХ ВИДОВ СПОРТА И СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН	56
Барков В.А. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СОЦИАЛИЗАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ	61
Бахрах И.И., Виноградова Л.В., Барков С.В. ОСОБЕННОСТИ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ ЗА ДЕТЬМИ И ПОД- РОСТКАМИ В СЕНСИТИВНЫЕ ПЕРИОДЫ ШКОЛЬНОГО ОН- ТОГЕНЕЗА	69
Бахрах И.И., Грец Г.Н., Журавлева М.Г. КОРРЕКЦИЯ НАРУШЕНИЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ У ДЕТЕЙ С ОСТАТОЧНЫМИ ПРОЯВЛЕНИЯМИ ДЦП СРЕДСТВА- МИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ	74
Бельский И.В., Сыманович П.Г., Ковель С.Г. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «СПОРТИВНАЯ ИНЖЕНЕРИЯ» В БЕ- ЛОРУССКОМ НАЦИОНАЛЬНОМ ТЕХНИЧЕСКОМ УНИВЕРСИ- ТЕТЕ.....	79
Богина Т.Л., Кондратьева Н.Л. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРА- ЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ	82
Букраба В.А. ОБЩИЕ ТЕНДЕНЦИИ ПОСТРОЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ МА- КРОЦИКЛОВ.....	85
Букраба В.А., Нарскин Г.И. ИДЕОМОТОРНАЯ ТРЕНИРОВКА В ПРОЦЕССЕ УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ КВАЛИФИЦИРОВАН- НЫХ МЕТАТЕЛЬНИЦ КОПЬЯ	89

Бунин В.Я. МОДЕЛИРОВАНИЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЛУЧШИХ СПОРТИВ- НЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В СЕРИИ ПОПЫТОК.....	94
Врублевский Д.Е., Шабанов И.Н. ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПРИНТЕРСКИМ БЕГОМ.....	98
Врублевский Е.П. ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАН- НЫХ СПОРТСМЕНОВ В СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ ВИДАХ ЛЕГ- КОЙ АТЛЕТИКИ	101
Врублевский Д.Е., Врублевский Е.П. МОДЕЛЬ ИНДИВИДУАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУ- НИЙ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ.....	109
Голенко А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПСИХОМОТОРНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНО- СТЕЙ	115
Грец И.А. СПОРТИВНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ ЖЕНЩИН	123
Гридасова Е.Я. ТЕХНОЛОГИЯ ДИДАКТИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	130
Губа В.П. ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВКИ В ДЕТСКОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ.....	138
Davudov V., Морозова О.В., Давыдова Н.В. ОСОБЕННОСТИ ЭНЕРГООБЕСПЕЧЕНИЯ МЫШЕЧНОЙ ДЕЯ- ТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ПЛОВЦОВ 8–12 ЛЕТ	143
Davudov V., Морозова О.В. МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СТАТУС И ДВИГАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЖЕНЩИН РАЗЛИЧНЫХ СОМАТОТИ- ПОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ... ..	151
Дарданова Н.А., Дорохов С.Н., Хорунжий К.А. ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ОСОБЕН- НОСТИ ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЯ У ДЕТЕЙ	161

Delbani H., Delbani H., Морозова О.В. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЮГА ЛИВАНА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА КОНСТИТУЦИИ	165
Дмух О.В. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОБРАЗЕ ЖИЗНИ СЕМЬИ ДОШКОЛЬНИКОВ.	170
Дорохов Р.Н., Сулимов А.А. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	177
Ефременков К.Н., Ефременкова И.А. ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ ЕДАГОГОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ФАКТОР ОБЩЕЕВРОПЕЙСКОЙ ИНТЕГРАЦИИ В ОБЛАСТИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	182
Ефременкова И.А., Ефременков К.Н. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНЫХ КОНЦЕПЦИЙ БОЛОНСКОГО ПРОЦЕССА В ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА (ОПЫТ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА)	187
Загревский В.И., Масловский Е.А., Шахдади Ахмад Навваб, Эльхвари Фаузи Маброк Али ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ БИОМЕХАНИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ И ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ОСНОВЕ ТЕХНОГЕННЫХ УСТРОЙСТВ С СЕНСОРНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ ДВИЖЕНИЯ И С ПРОГРЕССИРУЮЩЕЙ СЛОЖНОСТЬЮ.....	192
Загревский В.И., Лукашкова И.Л., Шахдади А.Н., Эльхвари Ф.М., Кааиб Имад Р.М. ВЫЧИСЛИТЕЛЬНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ, ЕГО ПЛАНИРОВАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ В ИМИТАЦИОННОМ МОДЕЛИРОВАНИИ ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНА НА ЭВМ.....	195
Загревский В.И., Лавшук Д.А., Лукашкова И.Л. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ БИОМЕХАНИЧЕСКОГО СИНТЕЗА ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНА В ИМИТАЦИОННОМ МОДЕЛИРОВАНИИ НА ПЭВМ.....	202
Земба Е.А., Лепилина Т.В. ПЛАВАНИЕ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ.....	205
Иванова Л.М. ПРОЦЕСС СПОРТИВНОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ.....	209

Исинбаева Е.Г., Якимович В.С. СПОРТ: ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ	214
Кашмина Е.О., Веневцева Ю.Л., Мельников А.Х. ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ НАГРУЗОК В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА	223
Ким Т.К. О ПРОГРАММЕ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА К ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С СЕМЬЕЙ	226
Кобзева Л.Ф. ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЛЫЖНИЦ-ГОНЩИЦ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ	231
Козлов С.С. МЕТОДИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ЗАНЯТИЙ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ В ЖЕНСКИХ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ	235
Коновалов П.В. ЛИЧНОСТНАЯ И СОЦИАЛЬНАЯ СОСТАВЛЯЮЩИЕ В ПОВЫШЕНИИ МАТЕРИАЛЬНОГО БЛАГОСОСТОЯНИЯ СТУДЕНЧЕСТВА	240
Коновалов П.В. ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В СОЦИОКУЛЬТУРНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	244
Коновалова Г.Н. САМОИДЕНТИФИКАЦИОННЫЕ СВОЙСТВА КУЛЬТУРЫ	249
Корневский С.А., Корневская Г.П. ВЫПУСКНЫЕ КВАЛИФИКАЦИОННЫЕ РАБОТЫ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ НАУЧНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ И ОСВОЕНИЯ НАВЫКОВ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ	255
Костюнин А.В. ПАРАМЕТРЫ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ И ЭНЕРГОЗАТРАТ У ИГРОКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В МИНИ-ФУТБОЛЕ	259
Кузнецова В.В. ПРОГНОСТИЧЕСКАЯ ИНФОРМАТИВНОСТЬ КРИТЕРИЕВ ОТБОРА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ОРИЕНТИРОВЩИКОВ 17-20 ЛЕТ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	264

Лазарева Н.Н., Шулепова Т.В. ВЛИЯНИЕ ГИДРОАЭРОБИКИ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ И АДАПТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЖЕНЩИН ВО ВТОРОЙ И ТРЕТЬЕЙ ФАЗАХ БЕРЕМЕННОСТИ	268
Леонова Е.Н., Шувалов Ю.Н. ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА ЛИЧНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СТУДЕНТОВ МЛАДШИХ КУРСОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	275
Логвина Е.А., Логвина Т.Ю. ТАНЕЦ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	277
Логвина Т.Ю. ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	281
Ломовцева Т.В. ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВУЗАХ	289
Ломовцева Т.В., Ломовцева Т.И. ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ОЗДОРОВЛЕНИЮ И ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	292
Любавская С.В., Карпачева Е.В., Шувалов Ю.Н. ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ, ПРОЯВЛЯЮЩИЕСЯ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	295
Любавская С.В., Карпачева Е.В., Шувалов Ю.Н. АГРЕССИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВИДА СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	298
Макаров В.М., Аксенов В.П. РОЛЬ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО ВУЗА.....	300
Максименя И.Ю. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ОЗДОРОВЛЕНИИ ДЕТЕЙ 5–10 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ЗАНЯТИЙ СКАЛОЛАЗАНИЕМ.....	308

Манак Н.В. ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ МАНУАЛЬНОЙ РАЗРАБОТКИ КОНТРАКТУР ПЛЕЧЕВОГО СУСТАВА В ПОСТИММОБИЛИЗАЦИОННОМ ПЕРИОДЕ У ЛИЦ, НАХОДЯЩИХСЯ НА СТАЦИОНАРНОМ ЭТАПЕ РЕАБИЛИТАЦИИ	311
Масловский Е.А., Дронова В.Н. СИСТЕМА СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК 14–15 ЛЕТ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В «ДЛИННОМ» СПРИНТЕ	318
Масловский О.Е., Стадник Р.В., Осипов В.А. ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПОЛОГИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РУКОПАШНЫМ БОЕМ, НА ОСНОВЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КОНДИЦИОННОЙ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ	326
Медведев И.В. КИНЕМАТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНИКИ СИЛЬНЕЙШИХ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА	334
Медведев И.В. СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ УПРАЖНЕНИЙ (НА ПРИМЕРЕ ТОЛКАНИЯ ЯДРА)...	338
Медведев О.В. ФОРМИРОВАНИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ С УЧЕТОМ СОРАЗМЕРНОСТИ ДОМИНИРУЮЩИХ БИОДИНАМИЧЕСКИХ ЗВЕНЬЕВ У МЕТАТЕЛЕЙ МОЛОТА.....	344
Мехрикадзе В.В., Мальцева Л.И. НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ТЕХНИКУ ТОЛКАНИЯ ЯДРА	348
Мильнер Е.Г. СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА – НОВЫЙ ВИД АЭРОБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ	351
Морозова О.В., Davydov V., Давыдова Н.В. ФАКТОРНАЯ СТРУКТУРА ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА И ПИТАНИЯ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ СТУДЕНТОК РАЗНЫХ ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ .	354
Мясникова Т.И., Теркулов А.Ф. СОДЕРЖАНИЕ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОБИЛЬНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ.....	361

Навойчик А.И., Навойчик В.П. ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ С ВЫСШИМ ФИЗКУЛЬТУРНЫМ ОБРАЗОВАНИЕМ В НОВЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ	368
Нарский А.Г., Котовенко С.В. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГЕМОДИНАМИКИ ТРЕНИРОВАННЫХ И НЕТРЕНИРОВАННЫХ СТУДЕНТОВ .	372
Нарский Г.И., Гусинец Е.В. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ НА ОСНОВЕ МИОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ.....	382
Нефедова Н.В., Якушина Н.А. КОРРЕКЦИЯ ПОВЕДЕНИЯ ТРУДНЫХ ПОДРОСТКОВ В СПЕЦИАЛЬНО ОРГАНИЗОВАННОЙ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ	389
Носов Г.В. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РИТМО-ТЕМПОВОЙ СТРУКТУРЫ ТОЛЧКА КЛАССИЧЕСКОГО В ГИРЕВОМ СПОРТЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СПЕЦИАЛЬНОГО ИЗОМЕТРИЧЕСКОГО УПРАЖНЕНИЯ	393
Писарев Ю.В. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ 17–20 ЛЕТ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА И ПАУЭРЛИФТЁРОВ С АНАЛОГИЧНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ	395
Писаренкова Е.П., Бобкова Е.Н. ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ОТБОРУ СРЕДСТВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СПЕЦИФИЧЕСКИХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА	398
Позюбанов Э.П., Руденик В.В. ХАРАКТЕРИСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЫГУНОВ В ВЫСОТУ И С ШЕСТОМ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	402
Позюбанов Э.П., Руденик В.В., Шарко И.Э. ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕХАНИЗМОВ УПРАВЛЕНИЯ ДВИЖЕНИЯМИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ РЕШЕНИЮ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ	407

Полякова Т.Д. РОЛЬ НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ШКОЛ В ОБРАЗОВА- ТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	412
Пояркова И.И., Кондрашова Ю.В. КАЧЕСТВО ПРИРОДНОЙ СРЕДЫ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ...	421
Пояркова И.И. О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРЕД- РАСПОЛОЖЕННОСТИ К УПОТРЕБЛЕНИЮ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ У СТУДЕНТОВ СМОЛЕНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ АКАДЕМИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА .	425
Родин А.В. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ПОДГОТОВ- КИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	428
Ромашов А.В. АЭРОБНАЯ ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТЬ И ЕЕ ЗНАЧЕНИЕ В ЛЕГ- КОАТЛЕТИЧЕСКОМ БЕГЕ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ.....	431
Саенко В.Г., Теплый В.Н. ПОКАЗАТЕЛИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ТХЭК- ВОНДО ВТФ.....	434
Саламатова Н.Л. ТЕСТИРОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ	439
Сафронов Е.Л., Косач В.Ю., Чаплыгин И.В. ИННОВАЦИОННАЯ МЕТОДИКА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТА В ПРЫЖКАХ В ВЫСОТУ У СТУДЕНТОВ ОБЩЕГО КУРСА.....	446
Свирин А.Н. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРЫГУ- ЧЕСТИ У ШКОЛЬНИКОВ 10–14 ЛЕТ И ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ ..	450
Свирин А.Н. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ МЕТАТЕЛЕЙ МОЛОТА РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА И КВАЛИФИКАЦИИ	454
Семёнов В.Г., Смолдовская И.О. РАЗВИТИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ И ЦЕЛОСТНЫХ ФОРМ СКО- РОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕВОЧЕК МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ ГАР- МОНИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ	457

Семенов В.Г., Бобкова Е.Н., Тимошин Э.А. ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ И ЦЕЛОСТНЫЕ ФОРМЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У МАЛЬЧИКОВ 7–15 ЛЕТ С УЧЕТОМ ГАРМОНИЧНОСТИ ИХ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ	463
Семенов В.Г., Писаренкова Е.П. ЭТАПНОСТЬ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ СПЕЦИФИЧЕСКИХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ШКОЛЬНИКОВ 7–15 ЛЕТ	472
Семенов В.Г., Смольянов В.А. НЕТРАДИЦИОННАЯ МЕТОДИКА ОЦЕНКИ КОМПОНЕНТ- НОГО СОСТАВА СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ	476
Семенов В.Г., Смольянов В.А. ОЦЕНКА РЕАКТИВНОЙ СПОСОБНОСТИ НЕРВНО-МЫШЕЧ- НОГО АППАРАТА СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ ВЗАИМОДЕЙ- СТВИЯ С ОПОРОЙ	482
Семенов В.Г., Бобкова Е.Н., Масловский Е.А., Масловский О.Е. СЕНСОРНО-МОТОРНЫЙ ФЕНОМЕН В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРО- ВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕГА ЮНЫХ СПРИНТЕРОВ	488
Семенов В.Г., Масловский О.Е. ТЕХНОГЕННЫЕ УСТРОЙСТВА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ СЕНСОР- НОСТИ И МОТОРНОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИ- РОВАНИЯ СКОРОСТНЫХ ДВИЖЕНИЙ В БЕГЕ	492
Семенов В.Г., Тимошин Э.А. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБ- НОСТЕЙ В СКОРОСТНОМ БЕГЕ У МАЛЬЧИКОВ-ШКОЛЬНИ- КОВ 7–15 ЛЕТ	498
Сергеев А.И., Машенко О.В. РАЗРАБОТКА МОДЕЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИ- ФИКАЦИИ В ЛЕТНЕМ ПОЛИАТЛОНЕ	502
Сими́на Т.Е. ЦЕЛЕВАЯ РЕАЛИЗАЦИЯ ИННОВАЦИОННОЙ МЕТОДИКИ СОПРЯЖЕННО С ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИМИ И КОРРИГИРУЮЩИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ С ФУНКЦИОНАЛЬНЫМИ НА- РУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	505

Слесаренко Е.В. МОДЕЛИРОВАНИЕ ДОЛЖНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МНОГОЛЕТ- НЕЙ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПРЫГУНИЙ В ВЫСОТУ	513
Спирина И.К. МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ ДОШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗО- ВАНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВ- ЛЕННОСТИ	518
Стадник В.И. СИММЕТРИЗАЦИЯ КАК ОДИН ИЗ ВЕДУЩИХ МЕТОДОВ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ЕДИНОБОРЦА	521
Сыманович П.Г., Ковель С.Г., Сыманович Н.П., Петровская О.Г. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ МЕТОДИКА ПРИОБЩЕНИЯ СТУДЕН- ТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГА- ЮЩЕМУ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ..	529
Титов В.А. ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИ- СТЕМЫ У СПОРТСМЕНОВ СИЛОВЫХ ВИДОВ СПОРТА	533
Титов В.В., Куделин А.Б., Врублевский Е.П. ИННОВАЦИОННАЯ МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВ- КИ КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ	535
Толстиков В.А., Вильнер Б.С., Кузьмин В.А. ОЛИМПИЙСКИЕ ПРИНЦИПЫ – В СРЕДУ ЮНОШЕСТВА И МОЛОДЁЖИ	540
Усачева С.Ю. СПЕЦИАЛЬНАЯ СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА БЕГУНОВ НА СРЕД- НИЕ ДИСТАНЦИИ МАССОВЫХ РАЗРЯДОВ	543
Учасов Д.С. ПРОБЛЕМА ПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПОР- ТСМЕНОВ	550
Федоскина Е.М., Хармонова А.А. АГРЕССИЯ И АГРЕССИВНОСТЬ В СПОРТЕ	554
Харлашин Д.А. ВЛИЯНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КА- ЧЕСТВ ФУТБОЛИСТОВ НА УРОВЕНЬ ИХ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ	556

Хафизов В.В. АЛЬПИНИЗМ КАК ОДИН ИЗ ВИДОВ СПОРТА В РОССИИ.	562
Хафизов В.В. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ КАК ПРИОРИТЕТНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТИВИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.	564
Черкашин В.П., Слесаренко Е.В. МОДЕЛИРОВАНИЕ ДОЛЖНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МНОГОЛЕТНЕЙ ДИНАМИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРЫГУНИЙ В ВЫСОТУ	566
Чернов С.С., Врублевский Е.П., Луценко Г.В. ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ, В СВЯЗИ С БИОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ИХ ОРГАНИЗМА	571
Шабанов И.Н., Врублевская Л.Г. ПРИНЦИПЫ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ БЕГУНИЙ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ	576
Шантарович В.В., Шантарович В.В., Нарский А.Г. СТРУКТУРА ОЛИМПЕЙСКОГО МАКРОЦИКЛА В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ	580
Шаров А.В., Гоголюк Ф.К. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРВАЛЬНЫХ МЕТОДОВ ТРЕНИРОВКИ ПО ПОКАЗАТЕЛЮ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ.	585
Шацкий Г.Б., Прокопов О.В., Рубцов С.С. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО НАПРАВЛЕННОГО ПОДХОДА В ПРЕПОДАВАНИИ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН	589
Шукаева А.В. ПЕРСПЕКТИВЫ УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.	597
Щербакова Е.В., Шестаков М.П. ВЛИЯНИЕ СЕНСОРНЫЕ ВХОДОВ РАЗЛИЧНОЙ МОДАЛЬНОСТИ НА ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОЗНОГО РАВНОВЕСИЯ ЧЕЛОВЕКА	599

Щербакова Е.В., Доценко В.И., Шестаков М.П. ВЛИЯНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ НА РЕАЛИ- ЗАЦИЮ МОТОРНЫХ ПРОГРАММ	603
Яцковская Л.Н., Мартиросова Т.А. РЕАБИЛИТАЦИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНО- СТЯМИ ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕ- СКОЙ КУЛЬТУРЫ	606

Формат 60 x 84/16. Печ. листов 39,125. Тираж 150 экз. Заказ № 4116/2.

Отпечатано в ООО «Принт-Экспресс», г. Смоленск, пр-т Гагарина, 21.
Тел.: (4812) 32-80-70.