

ОЛИМПИЙСКИЙ КОМИТЕТ РОССИИ

ВОЛГОГРАДСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «ПОВОЛЖСКАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ»

Материалы

I-й Международной научно-практической конференции

«ПОДГОТОВКА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА: СПОРТИВНО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ»

(14 июня 2023 г.)

Часть 1



УДК 796/799
ББК 75
П 44

Редакционная коллегия:
В.В. Горбачева, к.п.н.; Е.Г. Борисенко, к.п.н., доцент

П44 Подготовка олимпийского резерва: спортивно-педагогические, медико-биологические и управленческие аспекты: сборник материалов I-й Международной научно-практической конференции (14 июня 2023 года). - Часть 1 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023. – 254 с. ISBN 978-5-6047160-9-0

В сборник вошли статьи профессорско-преподавательского и научного состава отечественных и зарубежных вузов и ссузов, студентов, магистрантов, аспирантов вузов физической культуры, ученых научно-исследовательских институтов физической культуры и спорта, проблемных лабораторий, специалистов в области спортивной медицины, педагогики, социологии, философии, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, тренеров-практиков, инструкторов методистов по адаптивной физической культуре.

Данный сборник адресован студентам, магистрантам, аспирантам и молодым ученым. Будет востребован слушателями курсов повышения квалификации, а также читателям интересующимися вопросами и проблемами адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта в системе образования.

ISBN 978-5-6047160-9-0

Сборник материалов I-й Международной научно-практической конференции «Подготовка олимпийского резерва: спортивно-педагогические, медико-биологические и управленческие аспекты» индексируется в наукометрической базе РИНЦ.

Материалы публикуются в авторской редакции.

УДК 796/799
ББК 75
© Горбачева В.В., Борисенко Е.Г., 2023
© ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023

МОДЕЛИ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ

*Тарасевич Н.Р., аспирант, natusik.tarasevich.23@mail.ru,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь
Пригодич Д.Н., магистр пед. наук,
Давыдов В. Ю., д.б.н., профессор, v-davydov55@list.ru,
Полесский государственный университет,
Пинск, Республика Беларусь
Луцик И.В., к.п.н., доцент
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Морфологические особенности человека – один из генетически predetermined факторов, наиболее полно и наглядно определяющий индивидуальную специфичность, позволяющий оценить возможности человека в том или ином виде спорта. Для гребли на байдарках и каноэ наиболее информативными являются следующие показатели: длина тела, длина руки, размах рук, длина тела, стоя на коленях с вытянутыми вверх руками, длина туловища сидя руки вверх и длина туловища до 7-го шейного позвонка.

Ключевые слова: гребля на байдарках и каноэ, модели телосложения, морфофункциональные показатели.

BODY PATTERNS OF SKILLED ROWERS KAYAKING AND CANOEING

*Tarasevich N.R., post-graduate student
Belarusian State University of Physical Education
Minsk, Republic of Belarus*

*Prigodich D.N., master of pedagogical science
Polessky state University, Pinsk, Republic of Belarus*

*Davydov V.Y., doctor of biology, professor, v-davydov55@list.ru
Polessky state University, Pinsk, Republic of Belarus*

*Lushchik I.V., candidate of pedagogical sciences, docent
Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd, RF*

Abstract. Morphological features of a person is one of the genetically predetermined factors that most fully and clearly shows an individual feature that determines the assessment of a person's capabilities in a particular sport. For kayaking and canoeing, the most informative indicators are: body length, arm length, arm span, body length, kneeling with arms extended upwards, torso length of sitting arms up and torso length up to the 7th cervical vertebra.

Keywords: kayaking and canoeing, physique models, morphofunctional indicators.

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, обеспечивающих 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 [7].

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 [7].

Материалы и методы исследования. Были обследованы сильнейшие белорусские гребцы–победители и призеры Олимпийских Игр, чемпионатов Мира и Европы 2012–2022 годов. Всего было обследовано 94 спортсмена, 54 мужчин, из которых 7 спортсменов – мастера спорта, 39 – мастера спорта международного класса, 8 – заслуженные мастера спорта и 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–шейного позвонка (см). Анализ компонентов массы тела определялся по методике Я. Матейки [8]. 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 определялось по *t*-критерию Стьюдента. Математическая обработка результатов данных проводилась с помощью программы «MS Excel».

Результаты и их обсуждение. Основные морфофункциональные показатели высококвалифицированных гребцов на байдарке и каноэ, представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Основные морфофункциональные показатели высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

Морфофункциональные показатели	Мужчины, байдарка, n= 30		Мужчины, каноэ, n = 24	
	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
Длина тела, см	189,91	3,53	188,75	3,08
Масса тела, кг	93,62*	3,47	96,04*	4,93
Длина руки, см	85,91*	2,93	83,13*	2,82
Размах рук, см	197,73	4,45	194,16	3,83
Длина тела, с вытянутыми вверх руками, сидя на полу, см	152,14	5,63	-	-
Длина тела с вытянутыми вверх руками, стоя на коленях, см	-	-	192,53	6,56
Длина тела до 7-го шейного позвонка, сидя на полу, см	74,26*	2,33	71,34*	1,95
Жировая масса, %	8,27	2,65	7,64	2,52
Мышечная масса,	53,61	4,82	55,83	3,25
Ж.Е.Л., мл	5445,23	0,12	5946,51	0,50
Кистевая динамометрия, кг	55,26	4,93	56,95	5,52

Примечания: *t* – критерий Стьюдента, * – $p < 0,05$

Анализируя морфофункциональные показатели гребцов, можно отметить статистически достоверные различия среди показателей массы тела, длины руки и длины туловища у байдарочников и каноистов, где разница данных в пользу байдарочников

составила в среднем соответственно: 2,4 кг и 2,8 см и 2,9 см ($p < 0,05$). Остальные показатели байдарочников также были выше, чем у каноистов.

В таблице 2 представлены основные морфофункциональные показатели взрослых высококвалифицированных спортсменов, выступающих в гребле на байдарках и каноэ.

Таблица 2.

Основные морфофункциональные показатели высококвалифицированных спортсменов

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

*Примечания: t – критерий Стьюдента, * – $p < 0,05$*

Анализируя полученные данные, 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 спортсменов (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 гребцов обоого пола выявило, что мужчины, специализирующиеся в гребле на байдарках, имеют большие морфофункциональные показатели длины тела, длины туловища и размаха рук, чем высококвалифицированные гребцы на каноэ.

2. Каноисты опережают байдарочников по показателям Ж.Е.Л., кистевой динамометрии и процентного содержания мышечной массы.

3. Женщины–байдарочницы имели лучшие результаты, чем их сверстницы, гребущие на каноэ, практически по всем показателям, кроме мышечной массы, Ж.Е.Л. и кистевой динамометрии.

4. Разработаны модели морфофункциональных показателей сильнейших гребцов на байдарке и каноэ.

Библиографический список:

1. Антонов, А. А. Безнагрузочная оценка функционального состояния организма спортсменов / А. А. Антонов. – ГОУ ДПО «Российская медицинская академия последиplomного 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. Давыдов В. Ю. Морфофункциональные критерии отбора и контроля в гребле на байдарках и каноэ / В. Ю. Давыдов [и др.] : методические рекомендации. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – 88 с.

5. Давыдов, В. Ю. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (Теоретические и практические аспекты) : монография / В. Ю. Давыдов, В. Б. Авдиенко – М. : Советский спорт, 2014. – 384 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. Прилуцкий, П. М. Модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов: науч. издание / П. М. Прилуцкий [и др.]; под общ. ред. П. М. Прилуцкого. – Минск : ГУ «РУМЦ ФВН», 2007. – 232 с.

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

ОГЛАВЛЕНИЕ

СЕКЦИЯ 1. ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ОЛИМПЕЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ	
СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА В БОРЬБЕ НА ПОЯСАХ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ <i>Абрамов А.М., Сулейманов Г.Б.</i>	7
ВЛИЯНИЕ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКИ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНОВ: ОБЗОР НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ <i>Астахова Е.В., Бганцева И.В.</i>	9
РЕАЛИЗАЦИЯ ОЦЕНОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЭЛЕКТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» <i>Бушма Т.В., Зуйкова Е.Г., Бондарчук И. Л.</i>	12
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС ПРИЛОЖЕНИЙ ДЛЯ ОПТИМИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ <i>Выжжанов Н.С., Куликова И.В.</i>	14
РАЗВИТИЕ ВОЛЕЙБОЛА В СПОРТИВНОМ ОБЩЕСТВЕ «ДИНАМО» <i>Галимова А.Г., Никитина Р.Р.</i>	20
АНАЛИЗ ТУРНИРА «ТОП-6 РОССИИ ПО РАКЕТЛОНУ 2023 ГОДА» В МУЖСКОМ ОДИНОЧНОМ РАЗРЯДЕ <i>Галанов П.Н.</i>	23
ХРОНОЛОГИЯ СМЫСЛООБРАЗОВАНИЯ НОРМАТИВНЫХ И КОНСТИТУЦИОННЫХ ТЕРМИНОВ В ОЛИМПЕЙСКОМ ДВИЖЕНИИ <i>Германов Г. Н., Цуканова Е. Г.</i>	26
МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЗЮДОИСТОВ В ВОДНОЙ СРЕДЕ <i>Гималетдинова А.И.</i>	37
РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ БОКСЕРОВ 13-14 ЛЕТ <i>Горшкова В.Е., Барейчев А.В.</i>	40
БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИЕСЯ С ПОВОРОТОМ НА 360° С СОГНУТЫХ РУК НИЖНЕГО В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ <i>Горячева Н. Л., Скрипкина В.А., Шаповаленко Н.С.</i>	45
ДИСЦИПЛИНЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ВУЗАХ МВД РОССИИ <i>Гросс И.Л., Боренов А.Ю.,</i>	51
НОВЫЕ ПОДХОДЫ В РЕШЕНИИ ЗАДАЧИ АНТИДОПИНГОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА <i>Деркачева А.С.</i>	52
ОРГАНИЗАЦИЯ КОНТРОЛЯ В СИСТЕМЕ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ <i>Деркачева А.С., Фатьянов И.А.</i>	55
МОДЕЛЬ ИНДИВИДУАЛИЗИРОВАННОГО УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ ВОДНОЛЫЖНИКОВ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ <i>Еланский П.О., Новичкова Н.Г.</i>	58
МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВИТЕЛЬНО-НАСТРОЕЧНЫХ ДЕЙСТВИЙ СПОРТСМЕНОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ <i>Жигайлова Л.В., Иванова А.И., Тозлян М.А., Жигайлов П.Ю.</i>	65

СОДЕРЖАНИЕ ВНЕКЛАССНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФУТБОЛУ С УЧАЩИМИСЯ 4-6 КЛАССОВ <i>Загородникова А.Ю., Демидов А.А., Ватамановская Е.Б.</i>	70
ВЛИЯНИЕ ДИАФРАГМАЛЬНОГО ДЫХАНИЯ НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ <i>Зарипова А.И.</i>	72
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСТАНОВКИ ДЛЯ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ <i>Зенина Л.И., Пауков А.А.</i>	75
ЭЛЕКТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК НЕОБХОДИМАЯ ЧАСТЬ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ В ВУЗЕ <i>Зуйкова Е.Г., Бушма Т.В., Бондарчук И. Л.</i>	79
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ САМБО В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН <i>Иванова А.И., Земленухин И.А.</i>	83
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ И УСТОЙЧИВОСТИ ДЕВОЧЕК 9-10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ УШУ <i>Имангулова К.Д.</i>	89
К ВОПРОСУ ПОДГОТОВКИ УПРАВЛЕНЦЕВ ДЛЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ <i>Корнев И.В., Кизиляева Е.Ю.</i>	91
ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ СО СТУДЕНТКАМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ <i>Лалаева Е.Ю., Меновщикова О.И., Вишнякова С.В., Андреев Т.А.</i>	93
КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА В БОРЬБЕ НА ПОЯСАХ <i>Латипов Т.Р., Сулейманов Г.Б.</i>	97
СТУДЕНЧЕСКИЙ ТУРИЗМ <i>Лежнин П.А., Матвеева И.С.,</i>	99
ЭКСПРЕСС КОНТРОЛЬ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НЕРВНО – МЫШЕЧНОГО АППАРАТА ЛЫЖНИКОВ – ГОНЩИКОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ <i>Ленькова С.А., Аксельрод А.Е.</i>	102
ОЦЕНКА ИНТЕНСИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ У ЮНЫХ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ И ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ <i>Лигута В.Ф., Головин В.С.</i>	109
ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ ТЕХНИКО-ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЗРОСЛЫХ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ЛЮБИТЕЛЬСКОМ УРОВНЕ <i>Лобастова М.В., Артемьева Ж.С.</i>	113
ОЛИМПЕЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СТУДЕНТОВ ДАЛЬНЕВОСТОЧНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ АКАДЕМИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Лукьянченко Е.Е., Бондарь И.С., Волошин Г.Р., Ищенко Б.В.</i>	118
АНИМАЛОТЕРАПИЯ КАК ПРИРОДНОУСЛОВИТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР СОХРАНЕНИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА <i>Малозёмов О.Ю., Шарко Ю.В., Белькова А.В.</i>	121
ПОКАЗАТЕЛИ КОМПОНЕНТОВ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В РАЗНЫХ ВИДАХ СПОРТА <i>Медведев Д.В., Бочаров А.В., Макаров И.Д., Велижанина А.О.</i>	126

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА С ЛЮДЬМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА НАПРАВЛЕННАЯ НА ДОЛГОЖИТЕЛЬНОСТЬ <i>Милюков А.И., Еремин М.В., Петрова М.А., Пачин А.Ю.</i>	132
МОДЕЛЬ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ С ПРЕДМЕТОМ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ <i>Мисникова М.О., Кивихарью И.В.</i>	140
ВЫЯВЛЕНИЕ ЗАТРУДНЕНИЙ И УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНОЙ (ИКТ) КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ <i>Мищенко Н.Ю.</i>	144
ПРИМЕНЕНИЕ ЗАПРЕЩЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ <i>Насырова Г.Х.</i>	145
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОСРЕДСТВОМ СИСТЕМЫ КОНТРОЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ <i>Насырова Г.Х.</i>	159
МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ПО ШАХБОКСУ <i>Нгуен К.З., Скороходов А.А.</i>	163
ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КООРДИНАЦИИ БОКСЕРОВ 10-11 ЛЕТ <i>Новоселов А.О., Барейчев А.В.</i>	166
СИСТЕМА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ НА ПОЯСАХ <i>Нурутдинова Р.И.</i>	172
ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ <i>Овчинников В.А.</i>	175
ПЕРВИЧНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫМИ ВИДАМИ ЕДИНОБОРСТВ <i>Овчинников В.А., Грошиков И.В.</i>	178
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ МИОФАСЦИАЛЬНОГО РАССЛАБЛЕНИЯ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТАНЦОРОВ <i>Пармузина Ю.В., Кириллова И.А., Брожук Д.К.</i>	181
УДАРОВ У ТЕННИСИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ <i>Побединская С.А., Пауков А.А., Годунова Н.И.</i>	185
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНАЖЕРОВ И ТРЕНАЖЕРНЫХ УСТРОЙСТВ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ <i>Попова Е. А., Черняев И.Г.</i> <i>Научный руководитель Корольков А.Н.,</i>	189
ОСВОЕНИЕ ОСНОВ АТАКУЮЩИХ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В БАДМИНТОНЕ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ <i>Римлянская Д. В.</i>	192
ОЦЕНКА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ <i>Родина Е.О., Пауков, А.А., Вареников, Н.А.</i>	196

СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ОСНОВА ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕВУШЕК В МИНИ-ФУТБОЛЕ 18-20 ЛЕТ <i>Розанова Е.И.</i>	200
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ОСНОВНЫХ ПАРАМЕТРОВ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ У БИАТЛОНИСТОК НА ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В РАЗНЫХ СТРАНАХ <i>Романова Я.С., Загурский Н.С.</i>	205
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АКВААЭРОБИКИ <i>Сазонова И.М., Юдина Н.М., Нефедова О.</i>	209
ОСОБЕННОСТИ ПЛАНИРОВАНИЯ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОМ ПЯТИБОРЬЕ <i>Севдалев С.В.</i>	214
ПРОФИОРИЕНТАЦИОННАЯ РАБОТА ВУЗА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ: ПЕРСПЕКТИВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ НА ПРИМЕРЕ ВОЛГОГРАДСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ АКАДЕМИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Селиванова С.Р., Сулейманов Н.Л., Калинина Л.В.</i>	218
ПРАКТИЧЕСКИ-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ <i>Сидоренко А.С.</i>	222
МОДЕЛИ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ <i>Тарасевич Н.Р., Пригодич Д.Н., Давыдов В.Ю., Луцкич И.В.</i>	226
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ФУТБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ УДАРУ ПО МЯЧУ В СОЧЕТАНИИ С РАЗВИТИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ <i>Торхов А.С., Гаврилица А.А., Анисимова А.Ю.</i>	230
УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ МАЛЬЧИКОВ 7-8 ЛЕТ ПОСТУПАЮЩИХ В ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА ХОККЕЙ <i>Торхов А.С., Елхова В.А., Гибадуллин И.Г.</i>	237
ПРОФИЛАКТИКА ХРОНИЧЕСКОГО ПЕРЕНАПРЯЖЕНИЯ И ТРАВМАТИЗМА В ЖЕНСКОМ ХОККЕЕ <i>Шадрин Д.И., Лутков В.Ф., Филатов В.В., Ямковская Ю.Г.</i>	240
НОВЫЕ ФОРМАТЫ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ <i>Шарманова Е.Д., Петров Н.Ю.</i>	243
ИЗУЧЕНИЕ ОШИБОК, ДОПУСКАЕМЫХ ГИМНАСТКАМИ НА ПЕРЕБРОСКАХ ПРЕДМЕТОВ В ГРУППОВЫХ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯХ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ БЕЗ КОНТРОЛЯ ЗРЕНИЯ <i>Шевчук Н.А., Мазина А.Ю.</i>	247
РАЗНООБРАЗИЕ ФОРМ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ <i>Щадилова И.С.</i>	250