



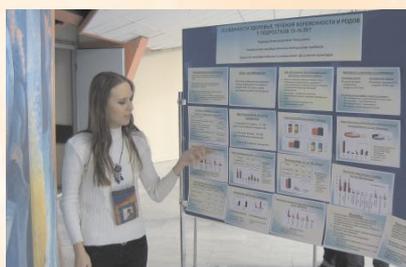
## СБОРНИК НАУЧНЫХ ТРУДОВ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ



## ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ



Челябинск, 15 декабря 2022 г.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

**ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ  
ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ  
ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*СБОРНИК НАУЧНЫХ ТРУДОВ  
МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ*

Челябинск  
2022

УДК 796:612  
ББК 75.07

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ : сборник трудов молодых) / отв. ред. Н.П. Петрушкина – Челябинск: УралГУФК, 2022. – 304 с.

Редакционная коллегия:

д.м.н., профессор, зав. каф. физиологии Н. П. Петрушкина

к.п.н., доцент кафедры физиологии Е. В. Звягина

д.п.н., профессор Е.П.Врублевский

к.п.н., доцент С.В.Севдалев

В сборнике представлены статьи молодых ученых, отражающие результаты научно–исследовательской работы по направлениям: современные подходы к изучению состояний, возникающих при занятиях физкультурно–оздоровительной, спортивной и рекреационной деятельности, инновационные критерии оценки адаптации к спортивной и физкультурно–оздоровительной деятельности, проблемы оценки функционального состояния спортсменов на различных этапах тренировочного или физкультурно–оздоровительного процесса, эффективность планирования и реализации программ восстановления и сохранения здоровья спортсменов. Изыскания будут полезны для студентов, магистрантов, аспирантов и профессорско–преподавательского состава педагогических вузов и вузов физической культуры.

ISBN 978-5-93216-610-9

© УралГУФК, 2022

© Коллектив авторов, 2022

# ВЛИЯНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА КАЧЕСТВО ВЫПОЛНЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В ФУТЗАЛЕ

Филипский А.Ю.

УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Беларусь  
Научный руководитель – к. п. н., доцент – Яковлев А.Н.

***Аннотация.** Установленные ведущие закономерности развития физических качеств футзалистов на этапе спортивного совершенствования, выясненные факторы, определяющие специальную физическую подготовленность, расширяют и дополняют существующие положения теории и методики спортивной тренировки. Полученные результаты позволяют разработать комплексы тренировочных средств и программу*

*комплексного контроля подготовленности футзалистов на этапе спортивного совершенствования.*

**Ключевые слова.** *Специальная физическая подготовка, футбол, учебно-тренировочный процесс.*

**Актуальность исследования.** Игровая деятельность футзалиста в большой степени зависит от уровня его физической подготовленности, являющейся основой для проявления высокого технического мастерства [1, 10]. В свою очередь, уровень физической подготовленности спортсменов определяется развитием двигательных качеств, обуславливающих специальную работоспособность, его способностью к восстановлению, мотивацией и т.д. [2, 4, 5, 7, 9]. Вполне понятно, что, играя по тактической схеме 2х2, футзалисты разных игровых амплуа, выполняющих различную, специфическую работу, имели разную структуру физической подготовленности и различный уровень развития ее основных компонентов. Однако сейчас, когда тактические схемы игры претерпели преобразования, вместе с ними преобразовался и сам игрок, он стал универсальным.

Таким образом, актуальность избранной темы исследования определяется значительной важностью специальной физической подготовки футзалистов, уже не дифференцированной в зависимости от игровых амплуа, а универсальной, также необходимостью разработки данного вопроса для учебно-тренировочного процесса.

**Целью** исследования явилось изучение структуры специальной физической подготовленности, разработка и обоснование методики совершенствования приема мяча и паса.

**Методы исследования.** Теоретический анализ и обобщение литературных данных, педагогические наблюдения, биомеханический анализ действий футзалистов.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Для определения сильных и слабых сторон отдельных игроков и команды в целом необходимо участие в соревнованиях, которые позволяют тренеру выявлять степень подготовленности игроков [1]. На основании этих наблюдений строится учебно-тренировочный процесс с индивидуальным подходом к каждому занимающемуся [1, 6, 8].

Чтобы обучение технике на начальном этапе было успешным необходимо учитывать следующее: обучаемые должны овладеть рациональной, наиболее целесообразной техникой; эту технику надо сделать для них доступной. Успешное обучение зависит от развития специальных физических способностей, от которых зависит овладение техникой. А умелое использование подводящих упражнений, делают сложную технику доступной для новичков, не искажая при этом ее сущности.

В процессе совершенствовании техники добиваются прочного овладения приемами игры. При этом очень важно обеспечить надежность навыков выполнения технических приемов, как в обычных, так и в сложных условиях игры. Совершенствование техники осуществляется с учетом индивидуальных морфо-функциональных особенностей спортсменов, а также той игровой функции, какую они выполняют в своей команде. В процессе совершенствовании техники необходимо избегать шаблона, так как условия, в которых выполняются технические приемы, весьма разнообразны [1, 3].

Можно выделить основные факторы, которые необходимо учитывать при обучении технике игры: достаточный уровень развития специальных физических способностей, от которых зависит эффективность технических приемов; высокий уровень овладения индивидуальными тактическими действиями при выполнении технических приемов;

С учетом этого обучение техническим приемам игры происходят в такой последовательности: развитие специальных физических способностей опорно-двигательного аппарата и тех групп мышц, которые несут основную нагрузку при выполнении технического приема; овладение движениями, составляющими прием мяча в

игре [1, 3]. Не всегда технический элемент можно разделить на части и изучать его по частям, поэтому иногда целесообразно изучать техническое действие целиком. В конечном счете, следует стремиться к высокому уровню всесторонней технической подготовленности. Это предполагает формирование у обучаемых прочной основы технических приемов, устойчивой к сбивающим факторам, высокую надежность при применении основных приемов и техническое совершенство применительно к игровой функции спортсмена в команде.

Поскольку футбол является ситуационным видом спорта, важной особенностью его является способность игроков занимать правильную позицию в зоне своей ответственности. Перемещение футболистов с нужной скоростью напрямую зависит от уровня специальной силовой подготовленности мышечных групп, отвечающих за перемещение в разных плоскостях [1, 3, 6]. Поэтому важнейшим компонентом тренировочного процесса является процесс специальной физической подготовки и количественного контроля параметров этой подготовки.

#### **Выводы:**

1. Особенности специфики двигательной активности футболистов на этапе спортивного совершенствования существенно влияют на структуру специальной физической подготовленности.

2. Специальная физическая подготовка футболистов способствует значительному приросту ведущих двигательных качеств, необходимых для выполнения технико-тактических действий в игре, при условии дифференцированного подхода к их развитию.

3. Методика специальной физической подготовки способствует повышению соревновательной двигательной активности, улучшению количественных и качественных характеристик в игре.

#### **Список использованных источников**

1. Афонский, В.И. Организация и содержание тренировочного процесса на этапах годичного цикла подготовки квалифицированных футболистов: автореф. дис. канд. пед. наук / Афонский Владимир Игоревич; Тульский гос. пед. ун-т им. Л.Н. Толстого. – Тула, 2004. – 23 с.

2. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский - М.: ФиС, 1988. - 331 с.

3. Лашкевич, С.В. Критерии соревновательной деятельности футболистов / С.В. Лашкевич, Е.П. Врублевский, Н.Б. Читайкина, Е.Д. Митусова // Теория и практика физической культуры. - 2021. - №5. - С. 88-90.

4. Мирзоев, О.М. Психологические и биохимические аспекты тренировочной и соревновательной деятельности легкоатлетов. Пути повышения спортивной работоспособности спринтеров и барьеристов: учеб.-метод. пособие / О.М. Мирзоев, В.У. Аванесов, Е.П. Врублевский; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 125 с.

5. Петрушкина, Н.П. Эффективность применения фитопрепаратов в системе восстановления спортсменов, занимающихся ациклическими видами спорта / Н.П. Петрушкина, О.И. Коломиец, Е.В. Жуковская, Е.П. Врублевский // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды: Материалы XII Международной научно-практической конференции (Гомель, 5-6 октября 2017 года) В двух частях Часть 2. Гомель ГГУ им. Ф. Скорины. 2017 - С. 74-81

6. Родин, А.В. Теоретико-методическое обоснование биомеханического компонента индивидуальных тактических действий спортсменов в игровых видах спорта / А.В. Родин // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 2. – С. 47.

7. Севдалев, С.В. Особенности предсоревновательной подготовки квалифицированных спортсменов, специализирующихся в современном пятиборье / С.В. Севдалев, Е.П. Врублевский, М.С. Кожедуб // Физическая культура и спорт в современном мире: к 70-летию факультета физической культуры: сб. науч. статей. - Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. - С. 378-381

8. Светлакова М.В. Организация занятий по мини-футболу, направленных на развитие внимания у детей с синдромом Дауна / Светлакова М.В., Петрушкина Н.П. // Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных организациях физической

культуры. *Материалы XXX Юбилейной региональной научно-методической конференции, посвященной 50 летию УралГУФК. 2020. С. 74-76.*

9. Солопов, И.Н. *Адаптация к физическим нагрузкам и физическая работоспособность спортсменов: учебное пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2001. – 80 с.*

10. Федоскина, Е.М. *Ценностные ориентации легкоатлетов-спринтеров и барьеристов высокой квалификации / Е.М. Федоскина, Е.П. Врублевский, О.М. Мирзоев // Теория и практика физической культуры. - 2009. - № 10. - С. 16.*

11. *Функциональная подготовка футболистов различной игровой специализации в разные периоды тренировочного цикла: монография / А.И. Шамардин, И.Н. Новокищев, А.А. Шамардин, О.О. Сорокин, Ю.К. Лукин, И.Н. Солопов. – Саратов: Научная книга, 2006. – 157 с.*

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Абилкасенова А.Т., Белова Д.С.</i> ПРОБЛЕМЫ ОЦЕНКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ТРЕНИРОВОЧНОГО ИЛИ ФИЗКУЛЬТУРНООЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА .....	10
<i>Базанов М.А.</i> ОЦЕНКА ФУНКЦИИ РАВНОВЕСИЯ И ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	12
<i>Безднина М.С.</i> ПСИХИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ .....	15
<i>Блашкова А.Н., Хряпин Я.Ю.</i> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СРЕДСТВАМ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ .....	17
<i>Василевска В.А.</i> ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА КАК ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА МИНЕРАЛЬНУЮ ПЛОТНОСТЬ КОСТНОЙ ТКАНИ.....	20
<i>Высотина Л.А.</i> ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	23
<i>Гатиятуллина Ф.М.</i> ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО СНИЖЕНИЯ ГИПЕРАКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	26
<i>Гертнер С.В., Борисова Т.В., Латюшин Я.В.</i> К ВОПРОСУ О ВЗАИМОСВЯЗИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ И МЫШЕЧНЫХ НАГРУЗОК .....	29
<i>Гималов В.А., Михляева В.В., Дыдыкина М.Д.</i> СРАВНЕНИЕ СИЛЫ НЕРВНЫХ ПРОЦЕССОВ И ДИНАМИКИ ТЕМПА ДВИЖЕНИЙ КИСТИ В АЦИКЛИЧЕСКИХ/ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА .....	31
<i>Гиниятуллина В.В.</i> ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ .....	34
<i>Глытова Т.М.</i> РЕКРЕАТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОК .....	35
<i>Гнездилова А.А.</i> КОРРЕКЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ НА ЗАНЯТИЯХ ДЕФЕКТОЛОГА С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ .....	38
<i>Гончарова К.С.</i> ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАНЕСЕНИЯ ТАТУИРОВКИ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ОРГАНИЗМА У СПОРТСМЕНОВ .....	41
<i>Гончарова О.А.</i> ПРОФИЛАКТИКА МАТЕРИНСКОЙ ДЕПРИВАЦИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	45

<i>Горянчева В.А.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ГИМНАСТИКИ УШУ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ДЕТЕЙ С ГИПЕРЛОРДОЗОМ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА.....	47
<i>Грачева А.М., Пономарева А.А.</i> РАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРИЕМЫ ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ ТХЭКВОНДО .....	50
<i>Давыдова А.А.</i> СНИЖЕНИЕ АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР .....	52
<i>Даниленко Т.А.</i> АКТУАЛЬНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ «САМОЧУВСТВИЕ, АКТИВНОСТЬ, НАСТРОЕНИЕ» ДЛЯ АНАЛИЗА СОСТОЯНИЯ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА .....	55
<i>Даньковский Н.К.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У ЛИЦ 18-25 ЛЕТ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ 1 ТИПА.....	57
<i>Деева А.К.</i> ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ .....	59
<i>Дерзян В. Е.</i> ОСОБЕННОСТИ УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ КОНЬКОБЕЖЦЕВ НА ОСНОВЕ БИОХИМИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ .....	61
<i>Дронова В.М., Руденко Н.В.</i> ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ .....	66
<i>Евтягина Д.А.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ МИНИ-ФУТБОЛОМ НА АДАПТАЦИЮ ВЕСТИБУЛЯРНОГО АППАРАТА ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ .....	70
<i>Емианова А.Ю.</i> ОЦЕНКА ПАРАМЕТРОВ СИСТЕМЫ ВНЕШНЕГО ДЫХАНИЯ В ЖЕНСКОМ МИНИ-ФУТБОЛЕ.....	72
<i>Журавлева Т.А.</i> ПРИМЕНЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ.....	75
<i>Захарченко Д.Д.</i> ОПТИМИЗАЦИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ.....	78
<i>Захарченко О.А.</i> ИЗМЕНЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОК ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ .....	81
<i>Звягина Е.В.</i> ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ КОМПОНЕНТЫ ГОТОВНОСТИ ЮНЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ).....	85
<i>Ибрахимов С.У.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ СТРАТЕГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПОРТИВНЫХ ТРЕНЕРОВ К РАЗРЕШЕНИЮ КОНФЛИКТОВ МЕЖДУ ЧЛЕНАМИ ГРУППЫ НА ОСНОВЕ АКМЕОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА.....	88

<i>Иванов П.Ю.</i> ОЦЕНКА ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ.....	91
<i>Игнатушкин Р.Г.</i> ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ И КООРДИНАЦИИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ.....	93
<i>Казарина С.А., Бурмистров А.С.</i> РАЗРАБОТКА КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ ПО УЛУЧШЕНИЮ ЗРЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТХЭКВОНДО.....	96
<i>Калих И.С.</i> ОЦЕНКА ЛИЧНОСТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ (МЕТОДИКА ОРИЕНТАЦИОННОЙ АНКЕТЫ Б. БАССА).....	97
<i>Карасев Е.А., Копытко А.В.</i> ЗНАЧЕНИЕ И ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ ОЛИМПЕЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ.....	100
<i>Кишкевич Н.Г.</i> ЦЕННОСТНЫЕ УСТАНОВКИ И ЖИЗНЕННЫЕ ПРИОРИТЕТЫ УЧАЩИХСЯ КОЛЛЕДЖА ПО ВОПРОСАМ ЗДОРОВЬЯ.....	102
<i>Колпакова Е.М.</i> ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В ТРЕНИРОВОЧНОМ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДАХ.....	105
<i>Копытко А.В., Карасев Е.А.</i> МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ.....	109
<i>Коршук М.М.</i> ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ ОРГАНИЗМА ВО ВРЕМЯ РОЗЫГРЫША СЕТА В БАДМИНТОНЕ.....	111
<i>Кошкина К.С., Быков Е.В., Чипышев А.В.</i> ВЛИЯНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СПОРТСМЕНОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ.....	114
<i>Крюкова О.В.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ.....	119
<i>Кузьмина В.И., Мочникова И.В.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ.....	122
<i>Кучерюк О.В.</i> ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ЗЕРКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ ПРИ БОЛЕЗНИ ПАРКИНСОНА.....	124
<i>Лазаренко Н.Ю.</i> СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ ПРИ ПОМОЩИ ЗАНЯТИЙ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ.....	127
<i>Лашкевич С.В.</i> ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА ФУТБОЛИСТОВ СОГЛАСНО ИХ ИГРОВОГО АМПЛУА.....	131
<i>Лукичева В.В., Заварухина А.Н.</i> МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОЦЕНКИ ВОДНО-СОЛЕВОГО ОБМЕНА.....	134
<i>Лю Я</i> МЕТОДИЧЕСКИЕ ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ.....	137

<i>Макаров И.В.</i> РАЗВИТИЕ МЫШЕЧНЫХ УСИЛИЙ ДЗЮДОИСТОВ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ.....	140
<i>Макаренко В.А.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОКСЁРОВ .....	143
<i>Матвеев А.С., Теляк К.С.</i> ИНФОРМИРОВАННОСТЬ СТУДЕНТОВ УО «ПОЛЕССКИЙ Г ОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ» О ВЛИЯНИИ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ .....	147
<i>Меньщикова А.В.</i> ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЯ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА ДЕВОЧЕК 10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ	150
<i>Метелица А.Н.</i> ОСОБЕННОСТИ СФОРМИРОВАННОСТИ ПОТРЕБНОСТНО- МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ.....	153
<i>Молчанова П.В., Васекин В.И., Геркусов А.С.</i> АНАЛИЗ ДИНАМИКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ МЕТАТЕЛЬНОЙ КОПЬЯ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ .....	158
<i>Молчанова П.В.</i> ТОНУСНОЕ СОСТОЯНИЕ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ КОПЬЕМЕТАТЕЛЕЙ.....	160
<i>Молчанова П.В., Зубрицкая И.В.</i> АНАЛИЗ ДИНАМИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ЮНЫХ МЕТАТЕЛЕЙ КОПЬЯ.....	163
<i>Назаренко И.А.</i> ОЦЕНКА ПАРАМЕТРОВ НАЧАЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЯ ЛЕГКОАТЛЕТА .....	166
<i>Назаренко Р.О.</i> ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СТАРТОВЫХ ДВИЖЕНИЙ.....	168
<i>Овчинников Н.В., Натаров Д.А.</i> СТРЕТЧИНГ-СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ГИБКОСТИ ШКОЛЬНИКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СЕКЦИИ ПЛАВАНИЯ.....	171
<i>Орлова С.</i> ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В ПОЗДНЕМ ПЕРИОДЕ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА.....	174
<i>Остапович Т.Р.</i> ВЛИЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ НА ОРГАНИЗМ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	177
<i>Павленко И.А., Корчагин А.С.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРНЫХ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕВОЧЕК 11-12 ЛЕТ В РАМКАХ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....	179
<i>Парфианович Е.В.</i> ПЛАНИРОВАНИЕ ОБЪЕМОВ ОСНОВНЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СРЕДСТВ У БЕГУНОВ НА 400 МЕТРОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ НЕЙРОННЫХ СЕТЕЙ.....	183
<i>Парфирьева А.А.</i> ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СИСТЕМЫ ВНЕШНЕГО ДЫХАНИЯ ФУТБОЛИСТОВ 19-21 ГОДА В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ.....	187
<i>Пасько В.В.</i> ВЛИЯНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ НА ПАРАМЕТРЫ ГРЕБКА В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКЕ .....	189

<i>Пермякова Н.Р.</i> ФИЗКУЛЬТУРНАЯ МИНУТКА КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ПРОЯВЛЕНИЯ ГИПЕРАКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	193
<i>Петрожак О.Л., Стомба И.Р., Столярова Н.В., Воронцова Е.А.</i> КУЛЬТУРНОЕ ТЕЛО В СВЕТЕ ФЕНОМЕНОЛОГИИ ТЕЛЕСНОСТИ.....	197
<i>Петрова Т.О., Пац Н.В.</i> ИЗМЕНЕНИЕ НЕКОТОРЫХ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ НЕЙРОСКАКАЛКИ .....	200
<i>Попова О.О.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ И МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ВАЛЬГУСНОЙ ДЕФОРМАЦИЕЙ СТОПЫ.....	201
<i>Пстыга О.Ю., Пац Н.В.</i> РЕГУЛЯЦИЯ КОРКОВЫХ ПРОЦЕССОВ ПРИ ПРИЕМЕ КИСЛОМОЛОЧНОЙ ПРОДУКЦИИ .....	203
<i>Ржевская А.И.</i> ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК СРЕДСТВО СНИЖЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	205
<i>Садыкова Т.В.</i> ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА .....	210
<i>Саркисян Е.Б., Иванов Н.А.</i> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО И ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА И КВАЛИФИКАЦИИ.....	214
<i>Сафонова А.К.</i> СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	217
<i>Севрюгина Э.Н.</i> ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ МЕТОДИКОЙ ЛИЧНОСТНАЯ ШКАЛА ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОГИ .....	220
<i>Селедевский С.А.</i> ОСОБЕННОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ХОККЕИСТАМИ В ВОЗРАСТЕ 11-12 ЛЕТ.....	222
<i>Серебрянникова О.Ю., Терехова Е.А.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЖЕНСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ «УРАЛГУФК» ПО ВОЛЕЙБОЛУ .....	223
<i>Сиваков Д.В., Сиваков В.В.</i> ВЛИЯНИЕ ЭНЕРГОСИСТЕМЫ НА ФУНКЦИОНАЛЬНУЮ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	227
<i>Симонович А.С., Мышкова В.А., Пасовец А.Д.</i> СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	229
<i>Слободенюкова А. О., Сабирьянова Е. С.</i> КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА ПОСЛЕ ИШЕМИЧЕСКОГО ИНСУЛЬТА В ПОЗДНИЙ ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД.....	235
<i>Стасевич Д.Д., Пац Н.В.</i> НАРУШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ПРИ ПОВЫШЕНИИ КСЕНОБИОТИКОВ В ОРГАНИЗМЕ МОЛОДЕЖИ.....	238

<i>Степанькова А.А.</i> ВЛИЯНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ НА КИНЕМАТИЧЕСКИЕ ПАРАМЕТРЫ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРЫЖКА С ШЕСТОМ .....	239
<i>Татарина К.К., Ковригин В.Е., Проломова М.В.</i> ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У ИГРОКОВ МУЖСКОЙ И ЖЕНСКОЙ СБОРНОЙ УРАЛГУФК ПО БАСКЕТБОЛУ .....	243
<i>Терехина Е.С., Бредихина А.Ю.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ .....	245
<i>Тышковец Д.А.</i> ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ .....	248
<i>Ульянов С.В., Сергеев Н.Ф.</i> ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПРИ ЗРИТЕЛЬНОМ УТОМЛЕНИИ У СТУДЕНТОВ .....	251
<i>Федорова Т.А.</i> УЧЕТ АНАТОМИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТРОЕНИЯ ТАЗОБЕДРЕННЫХ СУСТАВОВ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНОГО ОТБОРА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ .....	255
<i>Филиппский А.Ю.</i> ВЛИЯНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА КАЧЕСТВО ВЫПОЛНЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В ФУТЗАЛЕ .....	258
<i>Хорошко С.А., Азимок О.П., Минковская З.Г.</i> ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У СТУДЕНТОК ПРИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ.....	261
<i>Хорошко С.А.</i> СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ УО «ГОМГМУ».....	264
<i>Черненко П.С.</i> МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ 3-6 ЛЕТ В КОНТЕКСТЕ ОВЛАДЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМИ НАВЫКАМИ .....	268
<i>Шаламова Л. Р.</i> РЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТОВ С ДОРСОПАТИЕЙ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЁРА «SPIN LINE» .....	274
<i>Шеломенцева Д.Д.</i> ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	277
<i>Юстус А.Б.</i> ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИТНЕСОМ .....	281
<i>Яппарова Д.О.</i> ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ИЗМЕНЕНИЕ СОСТОЯНИЯ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДЕЙСТВИЙ В КАРАТЭ .....	284

<i>Kozyreva Yu.V., Komleva E.V.</i> A MODERN VIEW ON THE PHYSIOLOGICAL MECHANISMS OF THE ORIENTAL TECHNOLOGIES EFFECTIVENESS IN THE HEALTH PRESERVATION SYSTEM (literature review).....	287
<i>Latyushin N.Ya., Zvyagina E.V.</i> RELEVANT POSSIBILITIES OF A REMOTE FORMAT USE FOR ATHLETES' FITNESS AND HEALTH PARAMETERS ASSESSING AND MONITORING.....	292
<i>Simonova N.A., Rucska A.</i> ADOLESCENTS' ENGAGED IN MASCULINE SPORTS (ICE HOCKEY) AGGRESSION LEVEL .....	295
<i>Fishbein P; Shayke Hocler; Ayelet Dunskey, D'yakova Inna</i> ADAPTIVE CLIMBING INCLUSION IN THE REHABILITATION PROGRAM FOR CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS .....	298