

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

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

Материалы Международной научно-практической (on-line) конференции молодых ученых

15 декабря 2022 года

Челябинск 2022

УДК 796:612
ББК 75.07
П 78

Физиологическое сопровождение тренировочного процесса и занятий физической культурой : материалы международной научно-практической конференции молодых ученых (15 декабря 2022 г.) / Отв. ред. Н.П. Петрушкина – Челябинск : УралГУФК, 2022. – 164 с.

Редакционная коллегия:

д.м.н., профессор, заведующая кафедрой физиологии Н.П. Петрушкина

к.п.н., доцент Е.В. Звягина

д.п.н., профессор Е.П. Врублевский

к.п.н., доцент, С.В. Севдалев

В сборнике представлены материалы международной научно-практической (on-line) конференции 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. Материалы будут полезны для студентов, магистрантов, аспирантов и профессорско-преподавательского состава педагогических вузов и вузов физической культуры.

ISBN 978-5-93216-609-3

© УралГУФК, 2022

© Коллектив авторов, 2022

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ФУТЗАЛЕ

Филипский А.Ю.

УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, Беларусь

Научный руководитель – к.п.н, доцент кафедры физической культуры и спорта А.Н. Яковлев

Актуальность. Игровая деятельность футзалиста в большой степени зависит от уровня его физической подготовленности, являющейся основой для проявления высокого технического мастерства[1]. В свою очередь, уровень физической подготовленности определяется развитием двигательных качеств, обуславливающих специальную работоспособность. 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.

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

Материалы и методы исследования: Теоретический анализ и обобщение литературных данных, педагогические наблюдения, биомеханический анализ действий футзалистов.

Результаты исследований и их обсуждение. Можно выделить основные факторы, которые необходимо учитывать при обучении техники игры: достаточный уровень развития специальных физических способностей, от которых зависит эффективность технических приемов; высокий уровень овладения индивидуальными тактическими действиями при выполнении технических приемов. Таким образом, 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.

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

2. Специальная физическая подготовка футзалистов 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. Психофизиологические 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. // В сборнике: 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.

• Актуальность исследования

- Игровая деятельность футболиста в большой степени зависит от уровня его физической подготовленности, являющейся основой для проявления высокого технического мастерства[1]. В свою очередь, уровень физической подготовленности определяется развитием двигательных качеств, обуславливающих специальную работоспособность[2].
- Вполне понятно, что играя по тактической схеме 2х2, футболисты 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 футболистов, уже не дифференцированной в зависимости от игровых амплуа, а универсальной, также необходимостью разработки данного вопроса для учебно-тренировочного процесса.

- 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. Поэтому важнейшим компонентом тренировочного процесса является процесс специальной физической подготовки и количественного контроля параметров этой подготовки.

Цель исследования

- изучение структуры специальной физической подготовленности, разработка и обоснование методики совершенствования приема мяча и паса.

Результаты исследований и их обсуждение.

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

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

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

Заключение

- Особенности специфики двигательной активности футзалистов на этапе спортивного совершенствования существенно влияют на структуру специальной физической подготовленности.
- Специальная физическая подготовка футзалистов способствует значительному приросту ведущих двигательных качеств, необходимых для выполнения технико-тактических действий в игре, при условии дифференцированного подхода к их развитию.
- Методика специальной физической подготовки способствует повышению соревновательной двигательной активности, улучшению количественных и качественных характеристик в игре.

СОДЕРЖАНИЕ

Антонова А.С. ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА САМООЦЕНКУ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ УРАЛГУФК.....	10
Бабурчик А.С. ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА ВО ВРЕМЯ УЧЁБЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КОМПЛЕКСА ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ МЕТОДОМ ОЦЕНКИ СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ	11
Блашкова А.Н., Хряпин Я.Ю., Климанова Т.Г. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ЦИКЛИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ.....	13
Богонец К.С. ИЗУЧЕНИЕ ВОЗМОЖНЫХ ПОБОЧНЫХ ЭФФЕКТОВ ПРИ ПРИМЕНЕНИИ СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ ИЗ НЕСПОРТИВНЫХ ВУЗОВ	15
Борисова С.Д. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ЗНАЧИМОСТИ ЭМОЦИЙ У СПОРТИВНЫХ И НЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ СТУДЕНТОВ.....	17
Борисова Т.В., Гертнер С.В., Латышин Я.В. ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРА.....	21
Бушуева М.Е. ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ УРАЛГУФК ПО МЕТОДИКЕ А. УЭССМАНА И Д. РИКСОМА САМООЦЕНКА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ.....	22
Гиниятуллина В.В. УРОВЕНЬ ТЕКУЩЕГО ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	24
Глытова Т.М. ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОК	26
Гнездилова А.А. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ МЕХАНИЗМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ НА ЗАНЯТИЯХ ДЕФЕКТОЛОГА С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	28
Даниленко Т.А. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА	30

Дронова В.М. Руденко Н.В. ОБЩИЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	31
Захарченко Д.Д. СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ	35
Захарченко О.А. ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ НА ИЗМЕНЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОК.....	40
Иванов П.Ю., Сабирьянова Е.С. ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТАТОКИНЕТИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ	42
Игнатушкин Р.Г. ОЦЕНКА РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ.....	45
Ишмухаметова Ж.И. ОЦЕНКА НАСТРОЕНИЯ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ УРАЛГУФК ПО МЕТОДИКЕ В.А. ДОСКИНА	50
Кавардина Л. В. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ У ЛИЦ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА ПО ШКАЛЕ ОЦЕНКИ ЗНАЧИМОСТИ ЭМОЦИЙ	52
Казарина С.А., Бурмистров А.С., Швец Г.В. КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ПО УЛУЧШЕНИЮ ЗРЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТХЭКВОНДИСТОВ	55
Калих И.С. ПОКАЗАТЕЛИ ЛИЧНОСТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ («ОПРЕДЕЛЕНИЕ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ» Б. БАССА)	56
Карасев Е.А., Копытко А.В. РОЛЬ ОЛИМПЕЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ.....	59
Копытко А.В., Карасев Е.А. ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СИСТЕМ ОРГАНИЗМА В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ.....	61
Коршук М.М. ДИНАМИКА ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ РОЗЫГРЫШЕЙ В БАДМИНТОНЕ	63
Лашкевич С.В., Амельченко А.Д. ДВИГАТЕЛЬНАЯ НАГРУЗКА ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА.....	67

Макаров И.В. РАЗВИТИЕ МЫШЕЧНЫХ УСИЛИЙ ДЗЮДОИСТОВ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ.....	70
Матвеюк А.С., Теляк К.С. ВЛИЯНИЕ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ	73
Мельников М.А. ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ УРАЛГУФК ПО ТЕСТУ ЛЕОНАГРАДА-ШМИШЕКА - ХАРАКТИРИОЛОГИЧЕСКАЯ АКЦЕНТУАЦИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ НЕУСТОЙЧИВОСТИ	76
Молчанова П.В. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ В СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦАХ СПОРТСМЕНОВ КОПЬЕМАТЕЛЕЙ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ СПЕЦИАЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ.....	79
Молчанова П.В., Зубрицкая И.В. ДИНАМИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ЮНЫХ МАТЕЛЕЙ КОПЬЯ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	81
Назаренко И.А. БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ НАЧАЛЬНЫХ ПАРАМЕТРОВ ДВИЖЕНИЯ ЛЕГКОАТЛЕТА	85
Назаренко Р.О. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ КИНЕТИЧЕСКОЙ ЭНЕРГИИ ФАЗЫ РАЗБЕГА НА СПРИНТЕРСКОЙ ДИСТАНЦИИ ...	89
Остапович Т.Р. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ КОМПЛЕКСА СРЕДСТВ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ КАК ЗДОРОВЬЕ-СБЕРЕГАЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	93
Пасько В.В. ИЗМЕНЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ ГРЕБКА В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКЕ В ЗАВИМОСТИ ОТ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ	97
Пермякова Н.Р. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ МИНУТКИ КАК СРЕДСТВА КОРРЕКЦИИ ПРОЯВЛЕНИЯ ГИПЕРАКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО	102
Пещеров В.А. ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПО МЕТОДИКЕ ГАНСА И СИБИЛЛЫ АЙЗЕНК	104
Пивень Е.С. ИННОВАЦИОННЫЕ КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ АДАПТАЦИИ К СПОРТИВНОЙ И ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ВЗАИМОДЕЙСТВИЕМ ВИБРОПЛАТФОРМЫ «ГАЛИЛЕО» У ЛИЦ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ.....	105

Сакута А.С., Пац Н.В. ДИНАМИКА КОРКОВЫХ ПРОЦЕССОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ В ПОСТКОВИДНЫЙ ПЕРИОД	107
Сахаров М.Е. ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОДВИЖНОСТИ КОЛЕННОГО СУСТАВА У СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ЭНДОПРОТЕЗИРОВАНИЯ С ПОМОЩЬЮ ПРОПРИОЦЕПТИВНОЙ НЕЙРОМЫШЕЧНОЙ ФАСИЛИТАЦИИ.....	108
Севрюгина Э.Н. ОЦЕНКА УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ (ЛИЧНОСТНАЯ ШКАЛА ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОГИ)	111
Седов М.Е. АДАПТАЦИЯ К СПОРТИВНОЙ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОСРЕДСТВОМ МЕХАНОТЕРАПИИ У ДЕТЕЙ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ	113
Симонович А.С., Мышковец В.А., Пасовец А.Д. ФИЗИЧЕСКАЯ РЕКРЕАЦИЯ В БЕЛАРУСИ	116
Слизевич Ю.О. ОРГАНИЗАЦИЯ САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ГРОДНЕНСКОЙ ОБЛАСТИ	118
Снежко Е.И.; Елькина Я.В.; Полозова В.В. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СТАТУС СТУДЕНТОВ 3 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ УРАЛГУФК ПО ИССЛЕДОВАНИЯМ МНОГОФАКТОРНОГО ЛИЧНОСТНОГО ТЕСТА ММРІ	119
Степанькова А.А. ИЗМЕНЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРЫЖКА С ШЕСТОМ.....	122
Туманова А.С. ДИАГНОСТИКА ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ И СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ ПО ШКАЛЕ ДЕПРЕССИИ Т.И. БАЛАШОВОЙ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА УРАЛГУФК.....	126
Тышковец Д.А. РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	127
Филипский А.Ю. ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ФУТЗАЛЕ	129
Фролова В.О. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СТАТУС СТУДЕНТОВ 3 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ УРАЛГУФК ПО ИССЛЕДОВАНИЯМ МЕТОДИКИ «ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ» М. РОКИЧ	132
Халилова Л.А. ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА НАСТРОЕНИЕ, АСТЕНИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ И СОСТОЯНИЕ ЭЙФОРИИ СТУДЕНТА.....	134

Хорошко С.А., Азимок О.П., Минковская З.Г. ДИНАМИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ.....	138
Хорошко С.А ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 1-4 КУРСОВ УО «ГОМГМУ».....	142
Черненко П.С. ОСОБЕННОСТИ ОВЛАДЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМИ НАВЫКАМИ ДЕТЬМИ 3-6 ЛЕТ	146
Юнь М.С. ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СТАТУСА СТУДЕНТОВ 3 КУРСА УРАЛГУФК ПО МЕТОДИКЕ ТРЕВОЖНОСТИ И ДЕПРЕССИИ	148
Яппарова Д.О. ОЦЕНКА ИЗМЕНЕНИЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДЕЙСТВИЙ В КАРАТЭ	149
Kozyreva Yu.V.Komleva E. V. PHYSIOLOGICAL MECHANISMS OF THE ORIENTAL TECHNOLOGIES EFFECTIVENESS IN THE HEALTH PRESERVATION SYSTEM (literature review)	153
Pavel Fishbein; Shayke Hocler; Ayelet Dunskey, D'yakova Inna THE REHABILITATION PROGRAM ADAPTIVE CLIMBING INCLUSION FOR CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS.....	157
Simonova N.A., Rucska A. GENDER ANALYSIS OF ADOLESCENTS' ENGAGED IN MASCULINE SPORTS (ICE HOCKEY) AGGRESSION LEVEL...	160