

**ИННОВАЦИОННЫЕ
ФОРМЫ
И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ
ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ И
УЧАЩЕЙСЯ
МОЛОДЕЖИ**



ВИТЕБСК 2023

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Витебский государственный
университет имени П.М. Машерова»
Факультет физической культуры и спорта

**ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ
И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

Сборник научных статей

*Витебск
ВГУ имени П.М. Машерова
2023*

УДК 796.011.3-057.87(062)
ББК 75.116.42я431
И66

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова». Протокол № 1 от 30.10.2023.

Редакционная коллегия:
Е.Я. Аршанский (гл. ред.), **О.Н. Малах** (зам. гл. ред.),
Е.Н. Бобкова, Т.П. Бегидова, В.Г. Шпак

Рецензент:
заведующий кафедрой физической культуры и спорта
Полесского государственного университета,
доктор педагогических наук, доцент *Е.Т. Кузнецова*

И66 **Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи** : сборник научных статей / Витеб. гос. ун-т ; редкол.: Е.Я. Аршанский (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2023. – 416 с.
ISBN 978-985-517-760-0.

В данном издании представлены научные статьи участников X Международной научно-практической конференции «Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи». В нем отражены актуальные научные, учебно-методические и организационные аспекты физического воспитания детей и учащейся молодежи.

Сборник предназначен для научных и практических работников в сфере физической культуры и спорта, также адресуется студентам физкультурных специальностей.

УДК 796.011.3-057.87(062)
ББК 75.116.42я431

ISBN 978-985-517-760-0

© ВГУ имени П.М. Машерова, 2023

**МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ
ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ФОРМИРОВАНИЯ
ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ У ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ**

А.А. Ермак, А.Н. Яковлев

Полесский государственный университет, Республика Беларусь

Аннотация. В данной статье представлены научные данные, отражающие методические особенности воспитания физических качеств и процесс формирования двигательных действий у детей 5-6 лет. В условиях стремительных перемен в обществе наблюдаются процессы трансформации новых представлений о «теле» и «телесности» человека, когда наряду с двигательными действиями сложились условия, когда формы организации познавательной активности детей «встраиваются» в социально-педагогическую адаптацию личности.

В перспективе – это генетическая диагностика функциональных резервов и адаптационного потенциала, оценка прогноза успешности, процесс формирования здоровьесберегающего потенциала.

Ключевые слова: дошкольники, физические качества, двигательные действия, двигательные качества.

**METHODOLOGICAL FEATURES OF EDUCATION OF PHYSICAL QUALITIES
AND FORMATION OF MOTOR ACTIONS IN CHILDREN OF 5-6 YEARS OLD**

A.A. Ermak, A.N. Yakovlev

Polessky State University, Republic of Belarus

Abstract. This article presents scientific data reflecting methodological features of physical qualities education and the process of formation of motor actions in children of 5-6 years old. In the conditions of rapid changes in the society there are processes of transformation of new ideas about "body" and "corporeality" of a person, when along with motor actions there are conditions when forms of organisation of cognitive activity of children are "built in" in social and pedagogical adaptation of a personality.

In perspective - it is genetic diagnostics of functional reserves and adaptation potential, evaluation of success prediction, the process of formation of health-saving potential.

Keywords: preschoolers, physical qualities, motor actions, motor qualities.

Всесторонняя телесная подготовка детей дошкольного возраста подразумевает достижение рационального развития двигательных (физических) качеств: быстроты, ловкости, гибкости, выносливости и силы [1, с.170].

Физические (двигательные) качества в процессе воспитания проявляются в виде двигательных задатков, которые определяют возможности личности успешно выполнять конкретные двигательные задачи. Степень их развития в значимой мере обуславливает результативность формирования способностей двигательных действий и успешное их внедрение в практику движений [2, с.203; 3, 198 с; 4, с. 264].

Целенаправленное развитие двигательных качеств должно начинаться в дошкольном возрасте, когда процесс согласования с морфологическими особенностями совмещается с вероятностями функционирования их организма. При этом нужен дифференцированный подход, учитывающий возраст, положение самочувствия, двигательную подготовленность, особенности психики детей 3-6 лет. [12, с.35-43].

Материал и методы. Проведенные изучения опирались на методы: анализ научно-методической литературы, наблюдение, тестирование.

Тестирование проводилось нами среди воспитанников ГУО "Ясли-сад №10 г. Пинска" (n=20). Методы математической статистики. Применялись для обработки цифрового материала изучения.

Результаты и их обсуждения. Высококачественная сторона двигательных действий в значимой степени "закодирована" у человека с этапа его рождения (безусловные рефлексы).

Развитие двигательных качеств у детей 5-6 лет осуществляется под воздействием факторов: природно-возрастных перемен организма и режима двигательной активности, которая рассматривается как комплекс организационных форм физического воспитания, в том числе как проблема телесности и пластики движений [5, с. 151-158].

Нами выявлено: средний показатель сгибания рук в упоре на коленях в контрольной группе у девочек составил 17,3 раза, а у мальчиков- 18,4 раз. Подтягивание из виса лежа у девочек, составило всего 4,73 раза, а у мальчиков - 7,2 раз. При проведении тестирования подъема ног из виса на шведской стенке, показатели в контрольной группе у девочек составили 9,2 раза, у мальчиков- 8,6 раз. Средний показатель прыжка в длину с места у девочек составил 132,0 см, у мальчиков- 135,4 см.

В контрольной группе у девочек показатель составил 3,03 раза, у мальчиков- 3,0 раза. Средний показатель прохождения по гимнастической скамейке в контрольной группе среди мальчиков и девочек схож и равен 1,8 с. Достаточно слабые результаты были получены при выполнении челночного бега 3x10м: у девочек – 11,4 с., у мальчиков – 10,9 с.

Таблица 1

Показатели двигательной подготовленности участников эксперимента
(экспериментальная группа)

Тесты	Пол	Результаты	Достоверность различий
Сгибание рук в упоре на коленях (кол-во раз)	Д	16,5	16,5±2,5
	М	10,6	10,6±0,75
Подтягивание из виса лежа (кол-во раз)	Д	5,2	5,2±0,94
	М	10,0	10,0±0,76
Подъем ног из виса (кол-во раз)	Д	9,6	9,6±1,86
	М	9,3	9,3±1,52
Прыжок в длину с/м (см)	Д	129,5	129,5±4,9
	М	133,0	133,0±0,95
Метание малого мяча в цель (кол-во раз.)	Д	3,06	3,06±0,39
	М	3,0	3,0±0,38
Прохождение по гимнастической скамейке (с.)	Д	1,7	1,7±0,07
	М	1,63	1,63±0,03
Челночный бег 3x10 м (с)	Д	11,4	11,4±0,35
	М	11,1	11,1±0,07

В таблице 2 представлены данные, которые отражают влияние игровой деятельности на организм детей 5-6 лет.

Таблица 2

Двигательное содержание подвижных игр

Игра	Содержание задания	Двигательное качество	Время игр (мин)	Кол-во шагов	Интенсив (шаг/мин)	ЧСС уд/мин	Мот-я плотн %
«Поезд»	Ходьба	Выносливость Внимание	2	55,8	27,9	96,0	46,6
			3	65,6	21,5	100,4	48,1
			4	72,4	18,1	106,2	45,4

«Догони меня»	Бег	Выносливость	2	85,3	47,6	104,1	65,8
		Внимание	3	135,4	67,7	116,9	74,4
		Ловкость	4	158,2	79,1	124,6	78,2
Игры с прыжками	Прыжки	Выносливость	2	68,5	34,2	1006	65,8
		Внимание	3	4,4	31,4	123,4	74,3
		Быстрота	4	108,1	29,3	124,8	72,6
Игры с мячом	Ходьба, бег	Выносливость	2	23,8	11,9	104,2	46,2
		Внимание	3	42,4	14,1	103,8	52,3
		Ловкость	4	48,1	12,0	119,4	49,7
Эстафеты	Ходьба, бег	Выносливость	2	112,5	56,2	102,3	56,3
		Внимание	3	138,6	49,2	104,8	58,2
		Быстрота	4	142,4	37,3	112,6	54,8

В отличие от ходьбы и бега прыжки не считаются повторяющимися перемещением, а состоят из нескольких поочередно и слитно произведенных перемещений. Подвижные игры с прыжками в сочетании с различными видами ходьбы и бега дают возможность дошкольнику исполнять в среднем от 68,5 до 108,1 движений (шагов, прыжков, подпрыгиваний).

В играх с мячом доминируют личные воздействия, собственно что разрешает индивидуальные действия, что позволяет дифференцированно проводить процесс физиологического воспитания. Изучение подвижных игр с прыжками в течение 3 минут школьники совершают в среднем 94,4 движения, при этом интенсивность составляет 31,4 шаг/мин. Показатели ЧСС составляют 123,4 уд/мин.

Исследование подвижных игр с мячом показало, что при выполнении игрового задания в направлении 2 минут физическая нагрузка достаточна. Оптимальный вариант использования игры составляет, по нашему мнению, 4 мин. Школьники с удовольствием участвуют в аналогичных играх [5, с. 48].

Заключение. Контрольный эксперимент рекомендовал эффективность воздействия использования подвижных игр, в работе с дошкольниками, в качестве увеличения их двигательной подготовленности: в развитии высокоскоростных возможностей на 9,5 %, скоростно-силовых возможностей на 27,8%, силовых возможностей на 24,1 %.

Перспективными направления является: изучение возможностей, коррективы двигательной сферы младших дошкольников с нарушениями в состоянии здоровья; изучение возможностей использования других видов физических упражнений, входящих в программу для детей исследуемого возраста.

Изучая характеристики двигательной подготовленности мальчиков в контрольной и экспериментальной группах при проведении теста сгибание рук в упоре на коленях, прирост в контрольной группе составил 17,9%, а в экспериментальной группе- 24,1%, разница между показателями прироста составила 6,2%.

Литература

1. Агаджинова, С. Н. Оздоровительная работа в ДОУ / С. Н. Агаджинова, В. И. Орел. - Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2008. - 170 с.
2. Анисимова, Т. Г. Занятия, игры, упражнения по формированию правильной осанки у дошкольников / Т.Г. Анисимова, С. А. Ульянова. - Волгоград: Учитель, 2009. - 203 с.
3. Антонов, Ю. Е. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология 21 века / Ю. Е. Антонов. - Москва: Просвещение, 2008. - 198 с.
4. Глазырина, Л. Д. Физическая культура - дошкольникам. Старший возраст / Л. Д. Глазырина. - Москва: ВЛАДОС, 2006. - 264 с.
5. Физкультурно-спортивная деятельность: проблема телесности и пластики движений / А.Н. Яковлев, Е.А. Масловский, М. В. Гаврилик, А.Ю. Филипский, Н.В. Корогвич // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта : научно-теоретический журнал. – 2013. – № 5 (99). – С. 151-158.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО	9
----------------------------	---

СЕКЦИЯ 1

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОШКОЛЬНОГО, ОБЩЕГО СРЕДНЕГО, ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

<i>Авраменко И.М.</i> Роль занятий детским фитнесом в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста	10
<i>Агеева О.Н., Юшманова Е.В.</i> Потенциал физического воспитания в формировании гражданской идентичности подростков	14
<i>Белоусова И.Н., Клавкин А.И.</i> Влияние игры в футбол на физическое развитие детей среднего школьного возраста.....	18
<i>Григорьева Е.А., Степанян В.М.</i> Улучшение экономической эффективности спортивных организаций через внедрение новых технологий маркетинга (на примере спортивной школы Среднеахтубинского района Волгоградской области)	22
<i>Гулидин П.К.</i> Оценка уровня и подходы в развитии скоростно-силовых способностей в школьном возрасте	26
<i>Гулидин П.К., Кабанов Ю.М.</i> Развитие скоростно-силовых способностей у младших школьников с учетом биологического возраста	31
<i>Ермак А.А., Яковлев А.Н.</i> Методические особенности воспитания физических качеств и формирования двигательных действий у детей 5–6 лет	35
<i>Золотова М.Ю.</i> Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми младшего школьного возраста на основе квест-технологий ...	38
<i>Кальниш Я.О.</i> Организация двигательной активности дошкольников на основе учета их физического развития	42
<i>Ковалев Д.А.</i> Особенности развития координационных способностей у детей школьного возраста посредством восточных единоборств	46
<i>Корнилов А.Н., Федоров А.В.</i> Мотивационно-ценностный аспект в отношении учащихся старших классов к физической культуре	51
<i>Куан Маньлин.</i> Необходимость реформирования модели преподавания физической культуры в Китае для улучшения физической подготовленности учащихся начальной школы	55
<i>Куан Маньлин.</i> Роль политики «Двойного снижения» в отношении внедрения ушу в средней школе и построение эффективного «Класса Ушу» ...	59
<i>Кузнецова Е.Т., Дронова В.М.</i> Физическая подготовленность девочек младшего школьного возраста г. Пинска и Пинского района	64
<i>Латышев О.Ю., Латышева П.А., Луизетто М.</i> Педагогический опыт профилактики агрессивного поведения младшеклассников посредством физического воспитания	70

<i>Липовка А.Ю., Мочёнов А.А.</i> Изучение мотивации юношей к оздоровительным занятиям аквафитнесом в условиях фитнес-центра	74
<i>Овечкина И.И., Кошкарлова К.Ф., Шошина К.А.</i> ЗОЖ – путь к счастливому будущему	78
<i>Огаркова А.О., Лебедева М.П.</i> Физическая культура как средство духовно-нравственного воспитания детей младшего школьного возраста	81
<i>Пегов В.А., Матвеева А.В.</i> Цифровизация образования и телесно-двигательный опыт молодого поколения	85
<i>Перова Г.М., Панкратова О.Н.</i> Перспективы физкультурной и спортивной активности студентов вуза	90
<i>Подлужный Н.С., Минина Н.В.</i> Великие деятели современности в истории возрождения Олимпийских игр	94
<i>Родин А.В., Васильева А.В., Булкова Т.М.</i> Влияние учебно-тренировочных занятий по баскетболу, основанных на применении подвижных игр, на показатели физической подготовленности детей 10–11 лет	99
<i>Родин А.В., Захарова М.С.</i> Эффективность планирования тренировочной работы в процессе индивидуального формирования точностных движений при подготовке юных теннисистов	103
<i>Солдатенков С.А., Куделин А.Б.</i> Обучение плаванию детей младшего школьного возраста с нарушением слуха на основе использования технических средств	108
<i>Топчин И.Ю., Федорова Н.И.</i> Актуальные формы внеурочных занятий с применением соревновательного метода в физическом воспитании учащихся 11–12 лет	111
<i>Федорова Т.А., Баратова Е.В.</i> Психологические рекомендации по преодолению кризиса завершения спортивной карьеры спортсменов 16–23 лет	113
<i>Чайченко М.В.</i> Направленное воздействие на становление и формирование личности обучающихся средствами физической культуры	119
<i>Чжан Цинюнь.</i> Использование йоги для снижения уровня стресса.....	123
<i>Чжан Цинюнь.</i> Йога как эффективное средство улучшения физического состояния человека	127
<i>Шаерман Е.А.</i> Воспитание быстроты и ловкости у детей старшего дошкольного возраста в процессе обучения элементам спортивной игры в футбол	132
<i>Шарманова Е.Д., Петров Н.Ю.</i> Многоаспектный взгляд на многоборную подготовку юных легкоатлетов	137
<i>Шкирьянов Д.Э., Прокопов О.В.</i> Анализ выступления девушек Витебской области на Республиканской олимпиаде по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»	142

СЕКЦИЯ 2

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ, ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

<i>Гайдушко Д.А., Кузьминых Е.П.</i> Актуальные проблемы и их решения в физическом воспитании студентов, профессиональной подготовке специалистов по физической культуре	148
<i>Глачаева С.Е.</i> Применение боевого фитнеса тай-бо в сочетании с гимнастикой цигун в рамках секционной работы по физической культуре в вузе	153
<i>Додонов О.В., Додонова Е.А., Захарченко Н.С.</i> Маркетинговые инновации как основа популяризации современного пятиборья на рынке спортивных услуг	158
<i>Ермакова К.С., Петров Н.Ю., Мартюшев А.С.</i> Исследование проблемы мотивации легкоатлетов к тренировочному процессу в современных условиях на примере Волгоградской области	164
<i>Иваненко О.А., Довнар А.Ю.</i> Применение инновационных и цифровых технологий в образовательном процессе студентов физкультурного вуза	172
<i>Карелин М.А.</i> Влияние гимнастических упражнений прикладного характера на подготовленность студентов факультета физической культуры и спорта	176
<i>Киркор М.А., Попов В.Н., Воронович Ю.В.</i> Обобщенные скорости и ускорения звеньев биомеханической системы в спорте	181
<i>Киркор М.А., Симанкова Т.Д., Воронович Ю.В.</i> Биомеханический анализ спортивного упражнения на кинематическом уровне	187
<i>Ковачева И.А.</i> Мотивация студентов к формированию навыков и компетенций здорового образа жизни	193
<i>Лагош Е.И., Азарко Д.А., Забаровский Д.И.</i> Анализ выступлений сборной Республики Беларусь на Олимпийских играх как один из аспектов теоретической подготовки специалистов по физической культуре по учебной дисциплине «История физической культуры и спорта»	197
<i>Малах О.Н., Федотова О.Ю.</i> Филиалы кафедры ТМФКиСМ как форма сотрудничества и обеспечения практико-ориентированности обучения при подготовке кадров в области физической культуры и спорта	203
<i>Мартиросова Т.А., Арнст В.А.</i> Терренкур на занятиях специальной медицинской группы в вузе	206
<i>Медвецкая Н.М., Li ShuNing.</i> Структура системы спортивной медицины в Республике Беларусь и за рубежом	210
<i>Передриенко С.В.</i> Современные методики обучения спортивным способам плавания	213
<i>Позняк В.Е., Позняк Ж.А., Середа А.В.</i> Интеграция информационных технологий как средства формирования здорового образа жизни студентов	217

<i>Позняк Ж.А., Позняк В.Е.</i> Структура и содержание фитнес-бокса в образовательном процессе учреждений высшего образования (на примере медицинского университета)	221
<i>Покатилов А.Е., Шкуратов С.В., Воронович Ю.В.</i> Исследование динамической скорости по управляющему моменту мышечной системы	227
<i>Покатилов А.Е., Шкуратов С.В., Воронович Ю.В.</i> Моделирование движения в биомеханике спорта в сферической системе координат	232
<i>Романов И.В.</i> История и современные тенденции развития десятиборья	237
<i>Севченко О.Б., Шпак В.Г.</i> Организация физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой и спортивной работы среди учащихся и студентов	242
<i>Сидоренко А.С.</i> Роль туризма в аспекте гармоничного развития личности студента	248
<i>Тащиян А.А., Андреева Д.А.</i> Восприятие времени в спорте	253
<i>Томилин К.Г., Васильковская Ю.А.</i> Инновационные подходы к профессиональной подготовке специалистов по физической культуре и спорту	257
<i>Уйманова И.П.</i> Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов по направлению «Информатика и вычислительная техника»	263
<i>Уйманова И.П.</i> Теоретико-методологические основания здоровьесбережения	268
<i>Федорова Н.И., Федоскина Е.М.</i> Развитие эмпатии у будущих специалистов в области адаптивной физической культуры	274
<i>Фоменко А.В.</i> Физическая культура как средство формирования здорового образа жизни студентов в высшем учебном заведении	278
<i>Халандач Е.Ф., Федоскина Е.М.</i> Психологические аспекты и их влияние на профессиональную деятельность будущих специалистов в области адаптивной физической культуры	284
<i>Халанский Ю.Н.</i> Теоретико-методические аспекты комплексного контроля в легкой атлетике	288
<i>Хлопцева М.В., Хлопцев В.А.</i> Комплекс компьютерных программ по гандболу при подготовке специалистов в области физической культуры	292
<i>Шніпава Т.А.</i> Павышэнне эфектыўнасці практычнай падрыхтоўкі навучэнцаў каледжа спецыяльнасці 2-01 01 01 Дашкольная адукацыя па спецыялізацыі «Фізічнае выхаванне»	297

СЕКЦИИ 3, 4

ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ И ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

<i>Беллагалова М.С., Клавкин А.И.</i> Прафілактычная работа на ўроках біялогіі як сродак фарміравання культуры здаровага ладу жыцця ў навучэнцаў	301
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

<i>Бобкова Е.Н., Зюрин Э.А., Петрук Е.Н.</i> Комплекс ГТО в образовательных организациях Российской Федерации	306
<i>Гончарук Я.А., Черняк А.С., Гончарук С.В.</i> Исследование аспектов адаптивной физической культуры в настольном теннисе	310
<i>Даниленко Т.А.</i> Оздоровительная тренировка как условие поддержания здоровья ветеранов спорта зрелого возраста	315
<i>Домино Е.С.</i> Планирование коррекционно-развивающего процесса на уроках адаптивной физической культуры в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации	318
<i>Даниленко Т.А.</i> Оздоровительное плавание как универсальное средство спортивного долголетия ветеранов спорта зрелого возраста	326
<i>Жуков М.В., Яковлев А.В.</i> Изучение состава тела у спортсменов различных квалификаций	329
<i>Жуков М.В., Яковлев А.В.</i> Применение инновационной технологии в спортивном отборе детей 5–12 лет	332
<i>Игнатова Т.А.</i> Современные аспекты формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи	336
<i>Коморова В.П.</i> Медико-биологические аспекты оздоровительной и адаптивной физической культуры и спорта	339
<i>Литвин Ф.Б., Масальцева Л.В.</i> Коррекция биопродуктов вегетативной реактивности у дзюдоистов по данным variability сердечного ритма	344
<i>Макарчик А.В., Чечетин Д.А., Нарский Г.И., Бондаренко А.Е., Дрозд Е.А.</i> Адаптивная физическая культура в коррекции скелетно-мышечной системы у детей среднего школьного возраста	347
<i>Малах О.Н., Кузьмичева Н.А.</i> Оценка сформированности навыков ведения здорового образа жизни различными группами населения	352
<i>Медвецкая Н.М.</i> Исследование адаптационных процессов сердца юных спортсменов	356
<i>Минина Н.В., Коханчик А.Н.</i> Профессиограмма музыканта и особенности развития физических качеств	361
<i>Назаренко И.В., Новик Г.В., Хорошко С.А.</i> Особенности проявлений COVID-19 среди студентов-медиков УО «ГомГМУ»	365
<i>Никулин И.Н., Клименко С.В., Посохов А.В., Григоров Д.В.</i> Особенности состава тела и соматотипа у студенток, занимающихся спортивными единоборствами	369
<i>Оринчук В.А., Курникова М.В., Оринчук А.В.</i> Возможность использования адаптивного скалолазания в системе дополнительного образования детей и подростков с инвалидностью	372
<i>Полякова Т.Д., Панкова М.Д.</i> Современное представление о физической реабилитации	376

<i>Степанова Н.А., Степанов Е.В., Постика С.Г.</i> Влияние занятий плаванием на уровень развития двигательных качеств и иммунитет детей младшего школьного возраста	382
<i>Тишутин Н.А., Граменицкая И.Ю.</i> Постуральный баланс в одноопорной стойке у футболистов в условиях параллельного решения когнитивных задач	388
<i>Федорова И.Н., Рушаков Я.А.</i> Анализ координационных способностей у спортсменов с поражениями опорно-двигательного аппарата, занимающихся легкой атлетикой (метание диска и копья)	392
<i>Федотова О.Ю., Малах О.Н.</i> Оценка эффективности производственной гимнастики с учетом факторов трудового процесса на повышение общей и профессиональной работоспособности	397
<i>Чиркин А.А., Алтани М.А., Степанова Н.А., Чиркина А.А.</i> Молекулярно-структурные особенности адаптации при занятиях спортом в пубертатном периоде жизни	403
<i>Попова Е.А., Терентьева Е.А.</i> Развитие положительной инклюзивной среды в Арктике посредством танцев	411