

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)  
ФГБОУ ВО «ЧУРАПЧИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»

# СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖИ

Материалы  
IV региональной научной конференции молодых  
ученых  
(28 февраля 2018 года)

Чурапча, 2018



Министерство спорта Российской Федерации  
Министерство спорта Республики Саха (Якутия)  
Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)  
ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и  
спорта»

## **СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖИ**

Материалы  
IV региональной научной конференции молодых ученых  
(28 февраля 2018 года)

Чурапча, 2018

УДК 378:096  
ББК 74:51

Рекомендовано к изданию  
научно-методическим советом ЧГИФКиС

Современные проблемы физической культуры, спорта и молодежи: материалы IV региональной научной конференции молодых ученых, 28 февраля 2018 года / под ред. А.Ф. Сыроватской. - Чурапча: ЧГИФКиС, 2018. - 551 с.

В сборнике представлены научные труды студентов, магистрантов и аспирантов, посвященные проблемам физической культуры, спорта и современной молодежи. Всего 203 статьи из 18 регионов Российской Федерации и 3 стран зарубежья. Статьи публикуются в авторской редакции

ISBN 978-5-9904619-7-0

УДК 378:096  
ББК 74:51

ООП ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт  
физической культуры и спорта», 2018

## РАСПРЕДЕЛЕНИЕ НАГРУЗКИ В ГОДИЧНОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ЦИКЛЕ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАЙДАРЧНИЦ

Журавский А. Ю., Шантарович В.В.  
ПГУ

Пинск, Республика Беларусь

**Аннотация.** В статье представлена структура тренировочного процесса высококвалифицированных белорусских девушек гребцов на байдарках. Оптимизации средств подготовки спортсменок обеспечивает путь к достижению высоких результатов.

**Ключевые слова:** гребля на байдарках, девушки, структура, тренировочный процесс.

## THE DISTRIBUTION OF THE LOAD IN THE ANNUAL TRAINING CYCLE OF HIGHLY QUALIFIED ROWERS ON KAYAKS

Zhuravski A., Shantarovich V.  
PSU

Pinsk, Republic of Belarus

**Annotation.** The article presents the structure of the training process of highly qualified Belarusian girls paddlers on kayaks. Optimization of means of preparation of sportswomen provides a way to achievement of high results.

**Key words.** rowing on kayaks, girls, structure, training process.

**Актуальность.** Нарастающая международная конкуренция в гребле на байдарках и каноэ требует постоянного стремления к оптимизации подготовки спортсменов. Для этого необходима разработка принципиально совершенных моделей построения подготовки в годичном и многолетнем тренировочных циклах [1]. Более того, в плане управления тренировочным процессом спортсменов высокой квалификации актуальной является проблема адекватности содержания тренирующих воздействий и их структурной организации в годичном цикле подготовки. Это связано с тем, что спортивная наука до сих пор не решила проблему выявления чётких зависимостей между выполненной тренировочной нагрузкой и степенью адаптационных перестроек, происходящих в организме спортсмена [2].

Интерес к построению годовичного тренировочного цикла в различных видах спорта всегда остается в центре внимания специалистов, так как именно годовичное планирование тренировочного процесса является кульминацией всей творческой работы тренера, воплощающейся в конкретный документ, на основе которого детализируются все остальные тренировочные циклы, отдельные занятия и двигательные задания [3].

**Цель работы.** Выявить наиболее оптимальное соотношение тренировочных средств и интенсивности выполняемой нагрузки девушками в гребле на байдарках в годовичном тренировочном цикле.

**Методы и организация исследования.** При проведении исследования использовались следующие методы: теоретический анализ специальной научно-методической литературы, контрольно-педагогические испытания (тесты), инструментальные методы исследования функционального состояния спортсменок [4], методы математической обработки полученных результатов. В исследовании приняли участие девушки, входящие в состав основной национальной команды Республики Беларусь в количестве 16 человек.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В таблице 1 представлены данные о параметрах тренировочной нагрузки женской сборной команды Республики Беларусь на байдарках в годовичном цикле 2015-2016 года. Эти данные выражены, как в абсолютных значениях, так и в относительных процентах от суммарной работы специальной или общефизической направленности. Выявлено, что суммарный объем гребли в различных зонах интенсивности составил в среднем 4232 км (100%). При этом объем гребли в I зоне интенсивности составил в среднем 1842 км. При такой интенсивности гребли, энергообеспечение мышечной деятельности, осуществляется исключительно за счёт аэробного механизма. В таких условиях частота ЧСС спортсменок находится в пределах 70-80 % от максимальной, а интенсивность тренировочной нагрузки соответствует 80-90 % уровня анаэробного порога (АнП). Необходимо отметить, что доля гребли в I-ой зоне мощности от суммарного объема всей специальной тренировочной работы на воде у байдарочниц достаточно большая и составляет 42,5 % от общего объема гребли.

Объем гребли во II-ой зоне интенсивности у байдарочниц равен 1658 км (37,9 % от всего объема). При такой интенсивности гребли концентрация лактата находится в пределах 2-4 ммоль/л, ЧСС на уровне 80-90 % от максимальной, а интенсивность тренировочной нагрузки соответствует 90-100 % уровню анаэробного порога (АнП). То есть, энергообеспечение мышечной деятельности в данном случае осуществляется также преимущественно за счёт аэробного механизма.

Годовой объем гребли в III-ей зоне интенсивности у девушек - байдарочниц сборной команды значительно сокращается, по сравнению с двумя предыдущими и составляет примерно 467 км или 9,7% от общего объема гребли на воде. Интенсивность гребли превышает АнП на 10 %, скорость перемещения лодки достигает 80-85 % от максимальной. ЧСС спортсменов поднимается до 95 % от максимальной величины, а мышечная деятельность при такой интенсивности обеспечивается не только аэробным, но уже и анаэробным механизмом. Поэтому и концентрация лактата возрастает до 8 ммоль/л.

Объем гребли в IV-ой зоне интенсивности составляет примерно 202 км или 6,0 % от всего объема. При этом скорость движения лодки достигает 90-100 % от максимальной, а концентрация лактата превышает 8 ммоль/л.

Таблица 1

**Показатели объемов тренировочной нагрузки женской сборной команды Республики Беларусь по гребле на байдарках и их взаимосвязь с результатом прохождения дистанции 500 м**

| Зоны интенсивности<br>Тренировочные средства | Показатели |          |           |          |      |        |       |
|----------------------------------------------|------------|----------|-----------|----------|------|--------|-------|
|                                              | Километраж |          | Часы      |          | %    | r      | p     |
|                                              | $\bar{X}$  | $\sigma$ | $\bar{X}$ | $\sigma$ |      |        |       |
| Гребля в зоне I - $La < 2$ ммоль/л           | 1842,35    | 106,57   | 210,2     | 12,83    | 42,5 | 0,369  | <0,05 |
| Гребля в зоне II - $La 2-4$ ммоль/л          | 1658,63    | 61,83    | 157,9     | 6,42     | 37,9 | -0,375 | <0,05 |

|                                                                             |         |        |       |       |       |        |       |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|
| Гребля в зоне III –La 4-8 ммоль/л                                           | 467,56  | 25,65  | 38,2  | 3,26  | 9,7   | 0,638  | >0,05 |
| Гребля в зоне IV - La> 8 ммоль/л                                            | 202,64  | 12,64  | 16,9  | 2,36  | 6,0   | 0,332  | >0,05 |
| Гребля в алактатной зоне                                                    | 78,85   | 9,83   | 6,5   | 0,55  | 3,9   | -0,767 | >0,05 |
| Общий объем гребли, км (часов)                                              | 4232,03 | 193,52 | 429,0 | 25,88 | 100,0 | -      | -     |
| Легкоатлетический бег, км                                                   | 78,50   | 5,36   | 9,5   | 2,34  | 22,4  | 0,769  | >0,05 |
| Тренажерная подготовка (Дан-спринт), час                                    | -       | -      | 94,6  | 9,38  | 26,8  | -0,784 | >0,05 |
| Атлетическая подготовка на силовых тренажерах по методу круговой тренировки | -       | -      | 79,6  | 6,32  | 24,6  | 0,732  | >0,05 |
| Общеразвивающие упражнения без снарядов                                     | -       | -      | 74,8  | 83,2  | 26,2  | -      | -     |
| Общий объем ОФП                                                             | -       | -      | 258,5 | 21,87 | 100,0 | -      | -     |

Примечание:  $r = 0,390$ , для 5% уровня значимости

Наименьший объем гребли у байдарочниц приходится на V зону интенсивности. Скорость передвижения лодки по дистанции достигает своего максимума. Такая работа занимает в среднем 78,85 км (3,9 % от всего объема). Это, как правило, гребля на отрезках от 20 до 80 метров.

Таким образом, при подготовке членов женской сборной команды Республики Беларусь по гребле на байдарках в годичном цикле выполняют греблю в аэробном режиме в объеме в среднем 1842 км, или 42,5% от всего объема специальной работы. На смешанный аэробно-анаэробный режим отводится 37,9 % или 1658 км. Остальные 202 км (6,0 %) спортсменки тренируются в режиме анаэробного энергообеспечения. Максимальная скоростная гребля в анаэробной подготовке байдарочниц занимает 78,8 км или 3,9 %.

Рассматривая годовой объем средств общефизической подготовки (ОФП) гребцов на байдарках основной женской команды Республики Беларусь, можно сделать также определенное заключение. Так, годовой суммарный объем ОФП у байдарочниц составляет в среднем 258,5 час. Из них легкоатлетической подготовке уделяется 79,6 часов или 24,6 % от общего количества часов. Вторую позицию в структуре ОФП у байдарочниц занимает работа на гребных тренажерах – 94,6 часа или 26,8 %. На третьем месте в годичном цикле находится атлетическая подготовка. Она составляет примерно 79,6 часа или 24,6 % от общего объема средств. Меньше всего времени уделяется на общеразвивающие упражнения без снарядов – в среднем 74,8 часа (21,5%).

**Заключение.** Построение годичного цикла гребцов на байдарках основного состава женской сборной команды Республики Беларусь основывается на идеях В.П. Платонова[3]. В основном это касается построения специального подготовительного этапа. В начале подготовительного периода (октябрь) гребцы выполняют большой объем гребли в аэробном режиме (230,0 км) и смешанном режиме (190,0 км). Далее, в ноябре объем гребли в аэробной и смешанной зонах у байдарочниц продолжает повышаться и составляет соответственно в среднем 250 и 200 км. В декабре объем гребли на воде во всех зонах интенсивности существенно снижается (120, 110 и 10 км). В январе гребля на воде отсутствует. Её заменяет гребля на тренажерах. Начиная с февраля гребля в аэробном режиме увеличивается, достигая своего максимума в марте (260 км). В марте также начинается увеличение объема гребли в анаэробно-аэробном режиме (240 км) и продолжается до июня месяца (280 км). Пик гребли в анаэробном режиме приходится июнь – июль и составляет соответственно в среднем 40 – 45 км.

В январе взрослые спортсмены занимались только общей физической подготовкой. В начале специально подготовительного этапа (февраль-март) закономерно возрастает объем гребли в аэробно-анаэробном режиме. Причем он больше, чем объем гребли в аэробном режиме. Далее у байдарочниц постепенно возрастает объем гребли в анаэробном режиме, достигая максимума к началу соревновательного этапа (июнь).

### Литература:

1. Войнар Ю. Теория спорта – методология программирования / Ю. Войнар, С. Бойченко, В. Барташ. – Минск :Харвест, 2001. – 320 с.
2. Врублевский Е. П. Индивидуализация подготовки женщин в скоростно-силовых видах лёгкой атлетики :дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Е. П. Врублевский. – Смоленск. – 2008. – 437 с.
3. Платонов В. П. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев ; Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
4. Шкуматов Л. М. Метод индивидуализации подготовки высококвалифицированных гребцов на байдарках на основе особенностей кинетики эндогенного лактата :практич. пособие / Л. М. Шкуматов, В. В. Шантарович, Е. А. Мороз. – Минск : БГУФК, 2014. – 39 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| АНАЛИЗ ОПЫТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВОЛОНТЕРСТВА НА ПРИМЕРЕ СТУДИИ ТАНЦЕВ «УРУМЭЧЧИ» С. ЧУРАПЧА                                                                       | 3  |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ МЕТОДОВ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БОКСЕРОВ                                                                                            | 5  |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ МБДОУ ЦРР – ДЕТСКИЙ САД №27 «ПЕСОВИЧОК» г. ОЛЕКМИНСКА)                               | 7  |
| ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СИСТЕМЫ ЗНАНИЙ О СЕЗОННЫХ ЯВЛЕНИЯХ В ПРИРОДЕ НА ОСНОВЕ НАБЛЮДЕНИЙ                                           | 12 |
| ГЕНДЕРНЫЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ В ДОО                                                                                                              | 17 |
| СИСТЕМА РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ НА РАЗВИТИЕ РЕЧИ У ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ                                                                                | 19 |
| ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСОВ И МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ БОКСОМ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ                                                                 | 22 |
| САМОКОНТРОЛЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ В МАС-РЕСТЛИНГЕ                                                                                                      | 24 |
| ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ                                                                                                                 | 27 |
| ЗДОРОВЬЕ ОБЕРЕГАЮЩИЕ ФАКТОРЫ КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ                                                                                       | 32 |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ СОСТОЯНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ И ЗАДАВАЕМОЙ НАГРУЗКОЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОГО ХАРАКТЕРА | 35 |
| ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ОСЛОЖНЕНИЙ АЛЛЕРГИЧЕСКИХ РЕАКЦИИ НА ПРИВИВКУ СРЕДСТВАМИ И МЕТОДАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ                                                       | 38 |
| ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА                                                                                 | 41 |
| ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ СИЛЫ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА                                                                          | 43 |
| РАЗВИТИЕ ВОООБРАЖЕНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ИЗОБРАЖИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ                                                            | 48 |
| РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ                                                                                                  | 51 |
| ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА К СПОРТИВНОМУ ВОЛОНТЕРСТВУ                                                                                             | 53 |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЕ                                                                                               | 56 |

|                                                                                                                                                    |                                                                              |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ<br>СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ                                                          | Архангельская А.Н.                                                           | 59  |
| ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ИЗ<br>РАЗЛИЧНЫХ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ГРУПП                                                             | Архангельская А.Н.                                                           | 62  |
| РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ ЮНЫХ БОРЦОВ ПО ХАПСАГАЮ                                                                                                      | Афанасьев К.В., Павлов А.Р.                                                  | 65  |
| ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО АППАРАТА У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ<br>СПОРТСМЕНОВ - ЛЫЖНИКОВ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ                                              | Алексеева А.А. Федоров Э.П.                                                  | 66  |
| PECULIARITIES OF FORMING ENGINE SKILLS WITH A SPASTIC PARALYSIS                                                                                    | Bagautdinov L.R., Garipova A.N.                                              | 68  |
| РАЗРАБОТКА ЛЫЖНОГО ТРЕНАЖЕРА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ<br>ЭФФЕКТИВНОСТИ КРУГЛОГОДИЧНОГО ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА                                                | Бандеров В.Г., Логинов В.Н.                                                  | 70  |
| INCREASE OF SPEED QUALITY OF YOUNG JUDOISTS                                                                                                        | Basyrov L.I., Akhatov A.M., Volchkova V.I.                                   | 72  |
| МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ В СВЯЗИ<br>С ОЦЕНКОЙ СОБСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТАМИ РУДН                                        | Бахолдина В.Ю., Титова Е.П., Савостьянова Е.Б., Савченко Е.Л., Сарычева Н.Н. | 74  |
| ЯКУТСКИЕ НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ<br>КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНОЙ<br>ГРУППЫ ПОДГОТОВКИ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ      | Башарина С.Н., Харитонов С.Ф.                                                | 75  |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ, СТРАДАЮЩИМИ<br>БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ                                                                              | Бондаренко А.Е., Бондаренко К.К.                                             | 78  |
| ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ПРИЕМА И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА СНИЗУ ДВУМЯ<br>РУКАМИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 15-17 ЛЕТ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ<br>СПЕЦИАЛИЗАЦИИ                         | Борисова В.И., Данилова А.И.                                                 | 80  |
| ОСОБЕННОСТИ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА У СПОРТСМЕНОК РАЗНЫХ<br>ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПАНКРАТИОНОМ                                               | Бугаевский К.А.                                                              | 82  |
| АНАТОМО-МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОСТНОГО ТАЗА В<br>СОМАТОТИПАХ У СПОРТСМЕНОК ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА,<br>ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТЕННИСОМ                     | Бугаевский К.А.                                                              | 86  |
| МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ У БОКСЕРОВ-ЮНИОРОВ                                                                                                  | Бурнашев В.В., Черкашин И.А.                                                 | 89  |
| «МОЛОДЕЖНЫЕ» ПРОБЛЕМЫ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ                                                                                                         | Вайс Е.И., Кучешева И.Л.                                                     | 92  |
| ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ<br>СИСТЕМЫ СПОРТСМЕНОВ-СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА                                              | Варламова Л. Д., Данилова А.И.                                               | 95  |
| ТЕНДЕНЦИИ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В<br>РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ)                                                                 | Васильев Н.П., Барашкова К.Д.                                                | 97  |
| ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ВОДНОЙ СРЕДЫ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНА-<br>ПОДВОДНИКА                                                                             | Васильева Е. И., Клепцова Т. Н.                                              | 99  |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ<br>ТЕХНИКЕ БРОСКА МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО<br>ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ 8 КЛАССА) | Васильев Н.Б., Манасыгова М.А.                                               | 100 |
| УГЛУБЛЕННОЕ РАЗУЧИВАНИЕ ЭЛЕМЕНТА «ПЕРЕЛЕТ ТКАЧЕВА» НА<br>ПЕРЕКЛАДИНЕ ГИМНАСТАМИ 12-14 ЛЕТ                                                          | Васин А.А., Васина Л.Р.                                                      | 103 |

|                                                                                                                        |                                   |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----|
| ФИЛОСОФИЯ МАС - РЕСТЛИНГА И СОВРЕМЕННОСТЬ                                                                              | Винокуров Е.Г., Рахматуллин М.В.  | 106 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА – ИДЕАЛ МОЛОДЕЖИ                                                                                   | Винокуров Е.Г., Бюлтясов А.Ф.     | 108 |
| ЦЕННОСТЬ, КАК ФИЛОСОФСКАЯ КАТЕГОРИЯ                                                                                    | Винокуров Е.Г., Сидоров Р.Р.      | 110 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БЕГУНОВ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ                                        | Власова С. Г., Данилова А.И.      | 112 |
| VOLUNTARY SPORTS ACTIVITIES OF TEENAGERS                                                                               | Garipova A.N.                     | 114 |
| SPORTS EFFECT ON PERSONALITY FORMATION                                                                                 | Garipova A.N.                     | 116 |
| ПЕРСПЕКТИВА ВКЛЮЧЕНИЯ ВИДА СПОРТА «САМБО» В ПРОГРАММУ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР                                                  | Гарник В.С., Бумарскова Н.Н.      | 118 |
| РАЗВИТИЕ СИЛЫ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ                                                  | Гузь С.М.                         | 121 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ БОКСОМ НА ОБЩУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПОДРОСТКОВ 12-14 ЛЕТ                                       | Гузь С. М.                        | 124 |
| ВНЕДРЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ                       | Гуляева С.С., Гуляев С.П.         | 127 |
| ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)                                  | Гуляева С.С., Сыроватская А.Ф.    | 130 |
| ВЛИЯНИЕ МОБИЛЬНЫХ ЭЛЕКТРОННЫХ УСТРОЙСТВ НА ЧЕЛОВЕКА                                                                    | Гурьев С.В.                       | 134 |
| ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ, СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ                                                                          | Гурьев С.В.                       | 137 |
| МОБИЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ И УЧЕБНИКИ БУДУЩЕГО                                                                                 | Гурьев С.В.                       | 140 |
| МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ                                                                      | Давлетшин Т.А., Раузетдинова Г.А. | 142 |
| НОРМАТИВНО - ПРАВОВОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА (ВОЛОНТЕРСТВА) В РОССИИ                                            | Данилова П., Алексеева Г. Г.      | 145 |
| РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ СТРЕЛКОВ ПУЛЕВИКОВ ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ                            | Дьяконов Г. А., Логинов В.Н.      | 147 |
| КОЛПАЖ КАК СПОСОБ ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ                                                          | Дьячковская О.Д., Макарова Т.А.   | 149 |
| ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДИКИ КРОССФИТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                           | Давыдов Е.Н., Сивцев Н.Н.         | 152 |
| ВОЛОНТЕРЫ МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР «ДЕТИ АЗИИ»                                                                     | Ефремова Л. С., Алексеева Г. Г.   | 155 |
| ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И СЕНСОМОТОРНЫХ ФУНКЦИЙ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ | Елисеев Дь. П., Черкашин И.А.     | 157 |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ ОПОРНО-РЕССОРНЫХ СВОЙСТВ СТОПЫ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ                    | Елисеев Дь. П., Черкашин И.А.     | 160 |
| СПЕЦИАЛЬНЫЕ СИЛОВЫЕ ТРЕНИРОВКИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, В ВОЗРАСТЕ 12 - 16 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ МАС-                   |                                   |     |

|                                                                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Жирков И.В. Борохин М.И.                                                                                                               | 163 |
| ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОРОЛЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ МАЛЬЧИКОВ 5-6 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ ИГРЫ                                                                  |     |
| Жиркова А.Н.                                                                                                                           | 166 |
| НЕТРАДИЦИОННЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКА                                                                                      |     |
| Жукова А. И., Манасытова М.А.                                                                                                          | 169 |
| КОРРЕКЦИЯ ОСАНКИ В ПРОЦЕССЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ У ЛЮДЕЙ С АМПУТАЦИЕЙ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ                                |     |
| Журавский А. Ю., Бодяков М.И.                                                                                                          | 172 |
| РАСПРЕДЕЛЕНИЕ НАГРУЗКИ В ГОДИЧНОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ЦИКЛЕ У ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАЙДАРЧИЦ                                              |     |
| Журавский А. Ю., Шантарович В.В.                                                                                                       | 175 |
| ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ МУЖЧИН В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ                                      |     |
| Журавский А. Ю., Каллаур Е.Г., Шантарович В.В.                                                                                         | 178 |
| РОЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ                            |     |
| Заметаева А.О.                                                                                                                         | 182 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР И ИГР С ОБЩЕФИЗИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ПО БОРЬБЕ        |     |
| Захарченко Д.Д., Захарченко О.А.                                                                                                       | 184 |
| ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПОПУЛЯРНЫМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ МЕТОДИКАМ                                                                    |     |
| Зыкун Ж. А., Кривошей Н.Н                                                                                                              | 186 |
| ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК СРЕДСТВО ПРИВЛЕЧЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ                                           |     |
| Иванов В.А., Сентизова М. И.                                                                                                           | 189 |
| РАЗВИТИЕ СВЯЗНОЙ РЕЧИ ПОСРЕДСТВОМ БУМАГОПЛАСТИКИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                 |     |
| Иванова Л.П.                                                                                                                           | 192 |
| АНАЛИЗ МЕНЕДЖМЕНТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БАСКЕТБОЛА В РОССИИ                                                                               |     |
| Иванов А.Е., Пономарева М.С.                                                                                                           | 195 |
| САМОДЕЛЬНЫЕ ИГРУШКИ В РАЗВИТИИ И ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ                                                                                      |     |
| Иванова К. А., Манасытова М.А.                                                                                                         | 197 |
| РАЗВИТИЕ МУЗЫКАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВАМ МУЗЫКАЛЬНО ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР                         |     |
| Иванова Л.В., Манасытова М.А.                                                                                                          | 200 |
| СПОРТИВНЫЕ ВОЛОНТЕРЫ ПО ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ                                                                                               |     |
| Иванова Т. Д., Алексеева Г. Г.                                                                                                         | 202 |
| «ЛЭПБУК» - КАК ВИД СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЗРОСЛОГО И ДЕТЕЙ                                                                           |     |
| Карбаканова М.М., Аянитова Н.И., Павлова Н.С., Чемпина Я.В., Манасытова М.А.                                                           | 204 |
| РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ У СТРЕЛКОВ ИЗ БЛОЧНОГО ЛУКА ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ                                    |     |
| Кириллина Ж.И., Филатов М.М.                                                                                                           | 206 |
| ВОЗДЕЙСТВИЕ ЗАНЯТИЙ СТЕП-АЭРОБИКОЙ НА ОРГАНИЗМ ДЕТЕЙ                                                                                   |     |
| Ключко Н.В.                                                                                                                            | 208 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ ЕГО НАРУШЕНИЯ |     |
| Кобец Е.А., Костырко М.Ф.                                                                                                              | 211 |
| ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ                            |     |
| Козин С.В.,                                                                                                                            | 213 |

|                                                                                                                                                                               |                                              |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----|
| ОБОСНОВАНИЕОРГАНИЗАЦИИ МНОГОДНЕВНОГО ТУРИСТИЧЕСКОГО ПЕШЕХОДНОГО ПОХОДА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА (НА ПРИМЕРЕ СРЕДНЕКОЛЫМСКОГО УЛУСА РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)) | Колесов Ф.Ф., Гуляев П.Д.                    | 216 |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ПОХОДОВ ВЫХОДНОГО ДНЯ КАК СРЕДСТВО ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ))                                                               | Колесова А.М., Колодезникова С.И.            | 218 |
| СРЕДСТВА И МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ                                        | Колодезников И.В., Данилова А.И.             | 222 |
| ВЛИЯНИЕ АНАБОЛИЧЕСКИХ СТЕРОИДОВ НА ОРГАНИЗМ СПОРТСМЕНА                                                                                                                        | Конон А.И., Зыкун Ж.А.                       | 225 |
| ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ                                                                         | Коркин Е.В.                                  | 228 |
| ЖИЗНЕУТВЕРЖДЕНИЕ В КОНТЕКСТЕ СОЦИАЛЬНОЙ БИОЭТИКИ                                                                                                                              | Наталья С.К., Мариям Р. А.                   | 232 |
| СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ДЕФОРМАЦИИ ПРИ НАРКОМАНИЯХ                                                                                                                                    | Корчагина Н. С., Арпентьева М. Р.            | 235 |
| МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ                                                                                                                   | Кучепева И.Л., Крамарь В.С.                  | 239 |
| ВНЕДРЕНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ФОРМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ В ДОУ                                                                                                               | Кривошапкина М.В., Манасыгова М.А.           | 240 |
| ПРОБЛЕМА МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА                                                                   | Крюков И.Г., Милютина Н.А.                   | 244 |
| РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНЫМ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ С ПРИМЕНЕНИЕМ ФИТБОЛ-АЭРОБИКИ                | Крюков И.Г., Онуфриенко Н.С., Сендецкая Л.В. | 246 |
| ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ                                                                                                                                    | Кудрина У.В., Борисова У.С.                  | 248 |
| СПЕЦИФИКА ФОРМИРОВАНИЯ ОПТИМАЛЬНОГО БОЕВОГО СОСТОЯНИЯ                                                                                                                         | Кузнецова О.В., Ахатов А.М.                  | 252 |
| КАДЕТЫ БАТАРИНСКОЙ СОШ ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ФЕДОРА КУЗЬМИЧА ПОПОВА МЕГИНО-КАНГАЛАССКОГО УЛУСА                                                                         | Кузьмин Н.В., Алексеев В. Н.                 | 254 |
| ЗНАЧЕНИЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЫ ХУРЕШ ДЛЯ ТУВИНСКОГО НАРОДА                                                                                                                      | Куулар А.М., Кузьмина А.Н.                   | 255 |
| ФОРМИРОВАНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                                                                              | Кузьмина А.Н., Попова Нь. Н.                 | 257 |
| ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                                                                                  | Курчатова М.Н., Манасыгова М.А.              | 261 |
| ПРИМЕНЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИЛЫ ХВАТА КИСТИ РУК У МАС-РЕСТЛЕРОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ                                     | Кычкин Л.П., Данилова А.И.                   | 263 |
| МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМУ «СТОЙКА» В МАС-РЕСТЛИНГЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ                                                                                | Кычкин П.Н Заболоцкий Д.В.                   | 265 |

|                                                                                                                                                                               |                                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ НА ФОРМИРОВАНИЕ, СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ                                                                              | Лалетина Е. В., Люлина Н. В.                                                            | 267 |
| РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ АСОЦИАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ                                                                                                                | Лапицкая Л.А.                                                                           | 270 |
| ВЕСЁЛЫЕ ПАЛЬЧИКИ                                                                                                                                                              | Лебедева М.Н.                                                                           | 272 |
| РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ ПОСРЕДСТВОМ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЕВОЧЕК 10-11 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ                                                              | Левицкая А. В, Заячук Т.В.                                                              | 275 |
| ЗНАЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ СПОРТСМЕНОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ                                                                                            | Лёвкин А.С.                                                                             | 278 |
| НАУЧИТЬ ПЛАВАТЬ МОЖНО ВСЕХ                                                                                                                                                    | Лисаевич Е.П., Бусел Т.А.                                                               | 280 |
| СПОРТИВНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ                                                                                             | Лозовая М.А., Красько А.А.                                                              | 283 |
| ПРОБЛЕМЫ БОЛЬШОГО СПОРТА. КРИЗИС ПЕРЕХОДЫ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ                                                                                                                  | Лозовая М.А., Лозовой А.А.                                                              | 288 |
| ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ                                                                                                                                    | Лозовая М.А., Лозовой А.А.                                                              | 291 |
| БОРЬБА СО СТРАХОМ ПРИ ПОМОЩИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ                                                                                                                              | Лозовая Т.А. Лозовой А.А.                                                               | 293 |
| ВЗАИМОПОНИМАНИЕ ТРЕНЕРА ПО ЛЕГКОЙ АЛЕТИКЕ С ЮНЫМИ СПОРТСМЕНАМИ                                                                                                                | Луковцева М.М., Шадрина О.В.                                                            | 296 |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В РАМКАХ РАБОТЫ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ                                  | Любова Е.В., Шестерина И.Е., Завьялова И.Н., Пронина Н.В., Михайлова С.В., Опарина С.А. | 299 |
| ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ГАНДБОЛИСТОК НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА АДАПТАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ ОРГАНИЗМА                                                                         | Маджаров А.П., Бондаренко К.К.                                                          | 302 |
| ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, НА ПРИМЕРЕ НКО «ХАРЫСХАЛ» С. ЧУРАПЧА                                                                                                               | Макарова М.А., Алексеева Г.Г.                                                           | 305 |
| ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО «ЭЙГЭ БАРГАТА» НА РАЗВИТИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ РЕБЕНКА                                                                                              | Макарова П.Е., Манасыгова М.А.                                                          | 308 |
| УПРАЖНЕНИЯ С ОТЯГОЩЕНИЯМИ ПРИ СПЕЦИАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ ХАПСАГАИСТОВ                                                                                                     | Максимов П.Е., Данилова А.И.                                                            | 311 |
| ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ С ПОМОЩЬЮ ТЕХНОЛОГИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО БИОУПРАВЛЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРИНЦИПА БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ (БОС) С 3-Х ЛЕТ | Манасыгова М.А., Бетчитова Л.А.                                                         | 312 |
| ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО И ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ МОЛОДЫХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ                                                                                  | Мартинovich С.В., Захарченко Д.Д.                                                       | 314 |
| СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРИЕМОВ В ПАРТЕРЕ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ                                                  | Матвеев М.М. Данилова А.И.                                                              | 316 |

|                                                                                                                                                                                                         |                                                            |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----|
| СПОРТ КАК МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА                                                                                                                                                     | Мертикова Е.С., Гарипова А.Н.                              | 319 |
| ДИНАМИКА ФИЗКУЛЬТУРНОЙ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ ГУО «СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ЛИЦЕЙ ПРИ УНИВЕРСИТЕТЕ ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ МЧС РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ»                                                                    | Метелица А. Н.                                             | 320 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ АКТУАЛИЗАЦИИ ПОТРЕБНОСТИ-ЦЕННОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗНАНИЯХ                                                                                            | Метелица А. Н.                                             | 323 |
| ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ                                                                                                                                           | Неделько А.Н., Воробьева А., Окипцев В.                    | 326 |
| ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ КАК ОСНОВА УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМИ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМИ НАГРУЗКАМИ ДЛЯ МАС – РЕСТЛЕРОВ                                                                                         | Никифоров А.А., Алексеев В.Н.                              | 328 |
| РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ В ДОУ ( НА ПРИМЕРЕ РАБОТЫ КРУЖКА ОРИГАМИ «ВОЛШЕБНЫЙ КВАДРАТ»)                                                                                                    | Никифорова В.И., Данилова А.И.                             | 330 |
| ПРОБЛЕМЫ ПЕРЕВОДЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ПРИ ПЕРЕВОДЕ ИМЕН, СПОРТИВНЫХ ТЕРМИНОВ, НАЗВАНИЙ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ОБЪЕКТОВ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К УНИВЕРСИАДЕ 2019                                                           | Никишкин В.А., Лазарева Е.А., Бумарскова Н.Н., Гарник В.С. | 332 |
| ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ СИСТЕМЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ЦЕНТРАХ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ                                                  | Новгородова Н.Н., Гуляева С.С.                             | 335 |
| ОПТИМИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ АЭРОБИКИ                                                                                                      | Обутова С.С., Коркин Е.В.                                  | 337 |
| ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ                                                                                                                                           | Осиченко Е.Д., Добровольская Н.А., Черняк О.П.             | 340 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ШАРИКОВ МАРБЛС В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК                                                                                          | Павлова А.Д., Манасытова М.А.                              | 343 |
| ЧЕМПИОН СВОЕЙ СУДЬБЫ!                                                                                                                                                                                   | Нохтунская В.А.                                            | 345 |
| ВЛИЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ СТРЕЛЬНИКОВОЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ                                                                                                                   | Палашенко М.Ю., Захарченко О.А.                            | 349 |
| ОЗНАКОМЛЕНИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СО СВОЕЙ РОДОСЛОВНОЙ                                                                                                                                                  | Парфенова Т.Н., Данилова А. И.                             | 350 |
| ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ                                                                                                                                        | Паршикова М.О., Манжелей И.В.                              | 353 |
| ЗНАЧИМЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ                                                                                         | Платонова Л.Л., Криворученко Е.В.                          | 356 |
| ГОСУДАРСТВЕННОЕ УПРАВЛЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В РОССИИ: НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ                                                                                                        | Преловский А.А.                                            | 358 |
| СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ ПРИ ПОМОЩИ ЭЛЕМЕНТОВ БОРЬБЫ «ХАПСАГАЙ» ДЛЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП (СОГ) В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЕ |                                                            |     |

|                                                                                                                                                                                      |                                              |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----|
|                                                                                                                                                                                      | Петров А.А.                                  | 361 |
| ПРОЕКТ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ «УЧИМСЯ ЖИТЬ ВМЕСТЕ»                                                                                                                                    |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Петрова Л.С., Алексеева Г.Г.                 | 364 |
| СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЛУЧНИКОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ПРИ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ЛУКА                                                 |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Петрова Н.Д., Филатов М.М.                   | 366 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ И ИХ ОТНОШЕНИЕ К ВСЕРОССИЙСКОМУ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ КОМПЛЕКСУ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»                                         |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Погадаева А.Я.                               | 370 |
| КАПСУЛЬНЫЕ ОТЕЛИ КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ МОЛОДЕЖНОГО ТУРИЗМА                                                                                                                   |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Подмаркова И.П.                              | 372 |
| КОНСТРУИРОВАНИЕ ИЗ БРОСОВЫХ МАТЕРИАЛОВ В УМЕЛЫХ РУЧКАХ                                                                                                                               |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Попова Л.Е., Манасыгова М.А.                 | 375 |
| КОМПЬЮТЕРНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ                                                                                                                          |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Потапов Р., Шадрина О.В.                     | 377 |
| ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В МАС-РЕСТЛИНГЕ НА НАЧАЛЬНОМ ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                             |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Путачев Ф.Г., Логинов В.Н., Сыроватская А.Ф. | 380 |
| РЕАКРЕЦИОННЫЙ ТУРИЗМ КАК СОВРЕМЕННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ                                                                                                  |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Пудовкин В. В., Клепцова Т. Н.               | 382 |
| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ И РЕАКТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА)                                           |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Попова М.В.                                  | 386 |
| АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                                                                                     |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Павлов П.И., Торговкин В.Г.                  | 389 |
| РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ С ПОМОЩЬЮ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ 12-14 ЛЕТ                                                                                                            |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Петров И.А., Сивцев Н.Н.                     | 391 |
| РОЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА УЧЕБНЫХ ПРАКТИКАХ СТУДЕНТОВ ЛЕСОТЕХНИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ И СОВРЕМЕННЫЕ ПРОТИВОРЕЧИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗАХ |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Радченко Д. Г.                               | 394 |
| ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ И АДАПТАЦИЯ ЕЁ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ                                                                          |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Радченко Д. Г.                               | 396 |
| ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ - ПУТЬ К РЕАЛИЗАЦИИ НАПРАВЛЕНИЯ СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ                                                                                                                        |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Распопова Н.И.                               | 398 |
| ИГРА КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ВОДОБОЯЗНИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИИ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                                              |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Рябинина Е.П., Григорьева Д.В.               | 401 |
| ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В БАДМИНТОНЕ И ТЕННИСЕ                                                                                                                                    |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Сарваров Н.А., Гарипова А.Н.                 | 403 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИКТ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ                                                                                                                                                  |                                              |     |
|                                                                                                                                                                                      | Седалищева Е.И., Манасыгова М.А.             | 405 |

|                                                                                                                                               |                                                  |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----|
| ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО                                                             | Семенова В. В., Макарова Т.А.                    | 408 |
| САХАВАБОЛ – НОВЫЙ ИГРОВОЙ ВИД СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ).                                                                              | Семенов М.Д., Гуляев П.Д.                        | 411 |
| РОЛЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ                                                                                                              | Сентизова М. И., Лазарева А. В.                  | 414 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УСЛОВИЕ ВОСПИТАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ (на примере учащихся среднего школьного возраста)                 | Сидоров Р.Р., Винокуров Е.Г.                     | 416 |
| ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ТРЕНИРОВОК НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И ВЫНОСЛИВОСТЬ УЧАЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ БАСКЕТБОЛА НИУ МГСУ | Скрипниченко Е.В.                                | 417 |
| ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ИЗМЕНЕНИЯ НЕГАТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ                                                 | Скрипниченко Е.В.                                | 419 |
| МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ЖЕНЩИН ЗАНИМАЮЩИХСЯ МАС-РЕСТЛИНГОМ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ                                                            | Слепцова Т.П., Адамова Л.К.                      | 421 |
| ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА «ЛЕПЕСТОК»                                                                       | Смирникова С. С., Николаева Д. Ф., Макарова Т.А. | 424 |
| ВЛИЯНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА РАСКЛАДКУ ПРЫЖКОВЫХ ЦИКЛОВ “КУОБАХ” У ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЯКУТСКИМИ ПРЫЖКАМИ                        | Собакин П.И., Лебедева Е.В.                      | 427 |
| РОЛЬ ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ПРИМЕРЕ ВПК «ДАРХАННАР» МБОУ «ЧУРАПЧИНСКОЙ СОШ ИМ. С.А. НОВГОРОДОВА»                                | Соловьев Д.П., Алексеев В. Н.                    | 429 |
| ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНТЕЛКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ                                       | Спивак Ю.П., Голз Л.А., Ясько Г.В.               | 433 |
| СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СКАЛОЛАЗАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ САХА (ЯКУТИЯ)                                                                      | Спиридонов А.И., Пономарева М.С.                 | 436 |
| ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                                                                      | Стручкова Р.М., Манасыгова М.А.                  | 439 |
| ГРУППЫ СПОРТСОВЕРШЕНСТВОВАНИИ: ЗНАЧИМОСТЬ И ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ НА СТУДЕНТОВ                                                                      | Съёмов С.Г.                                      | 442 |
| СМИ – КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ СИСТЕМАТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ НАСЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ                                    | Сыроватская А.Ф., Данилова А.И.                  | 444 |
| ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТЕЙ ВОЛОНТЕРСТВА                                                                     | Сыромятникова С.Е., Алексеева Г.Г.               | 447 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ                                                                        | Торопова М.Г., Кучешева И.Л.                     | 449 |
| ПОВЫШЕНИЕ РОЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ                                                                       | Трищина Т.И., Филимонова Н.И., Шило О.В.         | 451 |
| ВЛИЯНИЕ СПОРТА НА ПОДРОСТАЮЩЕЕ ПОКОЛЕНИЕ                                                                                                      | Трофимова Э.Д., Лапыгина О.В.                    | 453 |

|                                                                                                                                                                                             |                                             |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----|
| КРОССФИТ В ПОВЫШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ                                                                                                                              | Тукайнова А.В.                              | 455 |
| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ (НА ПРИМЕРЕ 100 М) СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ТУВГУ В ПЕРИОД 2010-2015г.г.                             | Уварова А.А., Уваров В.В.                   | 459 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ТУВИНСКИМ НАРОДНЫМ ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ(на примере общеобразовательных школ Республики Тыва) | Уварова А.А., Уваров В.В.                   | 462 |
| ИЗУЧЕНИЕ МОТИВОВ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ «ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ», ПРОФИЛЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»                                                                   | Умнов В.П., Вахитов Д.У.                    | 464 |
| ПСИХИЧЕСКИМ И СТРЕССОВЫМ СОСТОЯНИЯМ                                                                                                                                                         | Ушаков А.В., Фалькова Н.И.                  | 467 |
| ПСИХИЧЕСКАЯ РЕГУЛЯЦИЯ И АДАПТАЦИЯ СПОРТСМЕНА К ДОВРАЧЕБНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГРАВИТАЦИОННОМ ШОКЕ, ОРТОСТАТИЧЕСКОМ КОЛЛАПСЕ И ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКОМ СОСТОЯНИИ У СПОРТСМЕНОВ                 | Ушаков А.В.                                 | 470 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ МИОПИИ ГЛАЗ СЛАБОЙ СТЕПЕНИ                                                                                                                    | Ушаков А.В., Фалькова Н. И.                 | 472 |
| ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СИСТЕМНОЙ ДИАГНОСТИКИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ                                                                                          | Фалькова Н. И.                              | 474 |
| РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ РИСОВАНИЯ И ИГР НА СВЕТОВОМ СТОЛЕ                                                                                     | Федорова Е. К., Макарова Т.А.               | 476 |
| ПРОБЛЕМЫ ТРУДОУСТРОЙСТВА МОЛОДЕЖИ: КАДРОВЫЙ ПОТЕНЦИАЛ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)                                                                                                              | Федорова К.Н., Алексеева Г. Г.              | 479 |
| ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОГО ТУРИЗМА                                                                                                                                                     | Федорович Е.А., Химаков В.В.                | 482 |
| СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА                                                                                                                                                                        | Федотенко Г.В.                              | 485 |
| ОЗДОРОВЛЕНИЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ                                                                                                                                                        | Федотенко Г.В.                              | 487 |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ МОТИВАЦИИ И УСТАНОВОК В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНА                                                                                                                                 | Федотенко Г.В.                              | 491 |
| РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ ФОРМИРОВАНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ У СПОРТСМЕНОВ-ЛУЧНИКОВ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ (УРОВНЯ) ПОСРЕДСТВОМ ТРЕНИРОВКИ БАЛАНСА НА ТРЕНАЖЕРАХ                | Федотов Н.А.                                | 494 |
| ОБЗОР РЕЗУЛЬТАТОВ ПОСТАВЛЕННЫХ ЛЕГКОАТЛЕТАМИ РС (Я) НА МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГРАХ «ДЕТИ АЗИИ»                                                                                           | Феофанов Х.Е.                               | 496 |
| ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ РУКОБОРЦЕВ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ                                                                                                                  | Филимонова Н. И., Трищина Т. И., Шило О. В. | 499 |
| «СОЗДАНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ КОМПЛЕКСОВ ДИСЦИПЛИН В СИСТЕМЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ MOODLE»                                                                                    | Хадиуллина Р.Р.                             | 502 |

|                                                                                                                                     |                                                |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----|
| АВТОРСКИЙ ОПЫТ: КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ТЕМЕ<br>СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВА РАЗВИТИЯ<br>НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЫ «ХУРЕШ» | Хертек Р.М., Саая М. А.                        | 504 |
| КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ БИОДИНАМИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ<br>ГРЕБКА В ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ                                                    | Хихлуха Д.А.                                   | 507 |
| ТРЕНИРОВОЧНАЯ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЮНЫХ<br>ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ                                                          | Хихлуха Д.А.                                   | 509 |
| ВЛИЯНИЕ НАГРУЗОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ<br>СОСТОЯНИЕ НЕРВНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ У ЮНЫХ ГРЕБЦОВ                              | Хихлуха Д.А.                                   | 511 |
| БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ ДВИЖЕНИЯ ГРЕБЛИ НА<br>БАЙДАРКЕ                                                                         | Хихлуха Д.А., Бондаренко К.К., Бондаренко А.Е. | 514 |
| РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ 12-15 ЛЕТ В НАСТОЛЬНОМ<br>ТЕННИСЕ                                                                 | Христофоров А.А., Данилова А.И.                | 517 |
| ТИПЫ УПРАЖНЕНИЙ ЙОГИ И МЕХАНИЗМЫ ИХ ВЛИЯНИЯ НА ОРГАНИЗМ<br>ЗАНИМАЮЩИХСЯ                                                             | Чередник Т.А.                                  | 518 |
| ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА ХАТХА-ЙОГА                                                                                                  | Чередник Т.А.                                  | 521 |
| ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА В<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ                          | Чикун А.Ю., Чикун Д.А.                         | 524 |
| MEDICAL AND BIOLOGICAL SUPPORT OF ATHLETES OF THE RUSSIAN<br>NATIONAL CANOE SPRINT TEAM                                             | Shamshurin K.A., Volchkova V.I.                | 526 |
| ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ИМИДЖ ВУЗА                                                                                              | Шараборина В.Д., Алексеева Г.Г.                | 528 |
| ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЗВИТИЯ<br>ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА                         | Шарикало Н.А.                                  | 530 |
| ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ                                                                                            | Юрошкевич Е.В., Юрошкевич А.В.                 | 533 |
| ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: СОЦИАЛЬНО-<br>ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ                                                           | Яковлев А.Н., Стадник В.И., Кравченко А.А.     | 536 |