

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«УЛЬЯНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Евразийская ассоциация университетов
Координационный научно-методический Центр
кафедр физического воспитания университетов

МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ
ТРЕНИРОВКИ**

**XX Всероссийская научно-практическая конференция
(г. Ульяновск, 15 июня 2023 года)**

Сборник научных трудов

Ульяновск
УлГТУ
2023

УДК 378.172

ББК 74.58

С 69

Редакционная коллегия:

Буянов В. И., канд. пед. наук, профессор, зав. кафедрой «Физическое воспитание» УлГТУ;

Рыжкина Л.А., канд. пед. наук, доцент кафедры «Физическое воспитание» УлГТУ (ответственная за выпуск);

Николаиди Е.С., инструктор-методист кафедры «Физическое воспитание» УлГТУ.

Социально-педагогические аспекты физического воспитания и спортивной тренировки. XX Всероссийская научно-практическая конференция (г. Ульяновск, 15 июня 2023 г.) [Электронный ресурс]: сборник научных трудов. – Электронные данные. Ульяновск : УлГТУ, 2023. – 231 с.

ISBN 978-5-9795-2311-8

XX Всероссийская научно-практическая конференция «Социально-педагогические аспекты физического воспитания и спортивной тренировки» стала логическим продолжением научных всероссийских конференций, начало которым было положено в 2003 году.

Материалы, представленные на данную конференцию, сопряжены с проблемами физического воспитания, поиском новых здоровьесберегающих технологий и систем, с исследованиями в области спорта высших достижений.

Представленные научные труды могут быть интересны для широкого круга специалистов: ученых, аспирантов, студентов специальных вузов и любителей спорта.

Статьи представлены в авторской редакции.

УДК 378.172

ББК 74.58

ISBN 978-5-9795-2311-8

© Коллектив авторов, 2023

© Оформление. УлГТУ, 2023

ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ РЕГУЛИРОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

*Мухина Вероника Александровна, студентка ФГБОУ ВО ИГУ,
Марчукова Светлана Федоровна, преподаватель
ФГБОУ ВО ИГУ,
г. Иркутск, Российская Федерация*

Аннотация. Физическая культура оказывает большое влияние на состояние спортсмена: как физическое, так и психологическое. В рамках данной статьи более подробно будут рассмотрены основные методы регулирования психоэмоционального состояния, которые применяются при занятиях физической культурой.

Ключевые слова: физическая культура, регулирование психоэмоционального состояния, психика, спорт.

Психика представляет собой способность человеческого мозга получать, обрабатывать и воспринимать информацию из окружающего мира, которая играет немаловажную роль в складывании мировоззрения, то есть составления объективного образа мира. Именно от сложившегося мировоззрения человека, его психики, внутренних установок будет зависеть его собственное поведение и деятельность в социуме.

Говоря о психике, необходимо рассмотреть важную ее часть – эмоциональную составляющую. В научных трудах и исследованиях по психологии выделяют определенные эмоциональные состояния, к которым относятся:

1. Страх/тревога/испуг
2. Удивление/любопытство
3. Отвращение/брезгливость/презрение
4. Грусть/апатия/печаль
5. Радость/веселье/удовлетворение
6. Агрессия/гнев/злость

Существует прямая зависимость между теми эмоциями, которые испытывает человек, и его поведением. Например, эмоция «веселости» и

радости является приемлемым эмоциональным фоном для занятия исследовательской познавательной деятельностью, стимулирующим интерес к жизни. В то же время, переживание такой эмоции как гнев или иначе эмоции активизирующего страха, приводит к проявлению достаточно агрессивно-оборонительного поведения личности.

Необходимо акцентировать свое внимание на психоэмоциональном состоянии, отслеживать собственное психическое здоровье в силу нескольких факторов. Во-первых, при постоянном, практически хроническом психоэмоциональном стрессе нарушаются и «падают под удар» в первую очередь слабые, уязвимые части организма, чаще всего связанные с центральной нервной системой, что несет исключительно негативные последствия для здоровья. Во-вторых, психогенный стресс в совокупности эмоционального и поведенческого аспекта реакции человека на жизненные ситуации часто является причиной упадка физических сил, нарастающего и сопровождающего чувства тревоги, истощения душевных и физических сил, переходящих в отклонения. В-третьих, низкий уровень психического здоровья неизбежно приводит к склонности формировать «вредные» привычки – алкоголизму, курению, такому риску для жизни как наркомания и другое.

Учитывая перечисленные факторы можно сделать вывод о том, что каждому человеку необходимо отслеживать свое психоэмоциональное состояние и регулировать его с помощью различных инструментов, оказывающих вспомогательный характер на укрепление благоприятного эмоционального фона и психического здоровья. Одним из таких инструментов является спорт и занятия физической культурой.

Физическая культура представляет по своей сущности одну из частей общей культуры обществ, включающей в себя совокупность материальных и духовных ценностей для физического совершенствования индивидов. К материальным ценностям мы относим финансирование, инвентарь, оборудование, спортивное сооружение, к духовным – социальные, практические, политические достижения. Занятия физической культурой и спортом способствуют борьбе со стрессовыми внешними факторами за счет активизации кровообращения и более глубокого дыхания, которые благоприятно влияют на снабжение мозга кровью и кислородом, что повышает уровень сосредоточенности, уменьшает уровень гормона стресса – кортизола, улучшает общее настроение.

Именно занятия физической культурой как один из самых доступных способ регуляции психоэмоционального состояния являются достаточно эффективными и действенными. Основными методами регулирования психоэмоционального состояния, применяемых при занятиях физической культурой и спортивными нагрузками являются: проведение тренировок на выносливость, ловкость, быстроту, релаксационных и аутогенных тренировок, включение ритмических и координированных движений в занятия, включение в тренировку общеукрепляющих, дыхательных упражнений, занятия «производственной гимнастикой», «активным отдыхом». В дополнение к представленным методам можно добавить музыкальное сопровождение тренировки, приглашение болельщиков на соревнования, создание поощрительной системы спортсменов и другие методы.

Подводя общие итоги, необходимо отметить, что качество и продолжительность нашей жизни во многом зависит от физического и психического состояния организма. На оба состояния благоприятное влияние оказывают занятия спортом, что делает его важным инструментом для улучшения самочувствия человека. Существуют разные методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой. Именно к использованию перечисленных методов исследователи рекомендуют обратиться всем тем, кто желает быть здоровым физически и психологически в дальнейшем.

Библиографический список:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 338 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00690-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513471> (дата обращения: 20.05.2023).

2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515859> (дата обращения: 20.05.2023).

3. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / Г. А. Ямалетдинова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 244 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05600-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493684> (дата обращения: 20.05.2023).

СОДЕРЖАНИЕ:

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ» В КОНТЕКСТЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ <i>Аладьева Н.В.</i>	3
ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ЦЕЛЬЮ ПОВЫШЕНИЯ ИХ АКТИВНОСТИ И ИНТЕРЕСА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ <i>Захарова В.В., Башарин С. В.</i>	7
АНАЛИЗ ПРОБЛЕМ И ПЕРСПЕКТИВ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ <i>Захарова В.В., Башарин С. В.</i>	9
РОЛЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДДЕРЖАНИИ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ <i>Захарова В.В., Башарин С. В.</i>	12
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА РЕЖИМ И ДВИГАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ <i>Захарова В.В., Белоглазова В. А.</i>	15
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ РАЗНЫХ КУРСОВ АГРАРНОГО УНИВЕРСИТЕТА <i>Бондарева С.А., Кумм Л.В., Иванова Т.С., Полиенко И.Н.</i>	18
МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА <i>Вакуленко А.Н. Лахтин А.Ю.</i>	22
ПОТЕНЦИАЛ КОНЦЕПЦИИ СЕНСИТИВНОСТИ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ С ДЦП <i>Воробьева О.С., Белуничева Э.А.</i>	28
ЧЕМ ОТЛИЧАЮТСЯ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В УЛГУ И В УЛГТУ? <i>Гайнутдинов И.О. Захарова В.В.</i>	32
ПОЛЬЗА ЙОГИ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ <i>Галиуллина Д.Р. Юнусова А.А.</i>	34

ФУТБОЛ КАК УНИВЕРСАЛЬНОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ	
<i>А.М. Гурьянов, Л.В. Коновалова, В.В.Вавилов, А.А. Коникова, А.М. Абдусамадова</i>	38
ХОДЬБА И БЕГ КАК ДОСТУПНЫЕ ВИДЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	
<i>Двинин Р.В., Лисаченко О.В.</i>	45
ПСИХОСОМАТИКА БОЛЕЙ В СПИНЕ У СТУДЕНТОВ	
<i>Естерекова К.С., Юнусова А.А.</i>	48
НЕЙТРАЛИЗАЦИЯ ПОСЛЕДСТВИЙ СИДЯЧЕГО ОБРАЗА ЖИЗНИ РАСТЯЖКОЙ	
<i>Естерекова К.С., Юнусова А.А.</i>	52
РАЗВИТИЕ КИБЕРСПОРТА В РОССИИ	
<i>Захарова В. В., Алькин И. В.</i>	56
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ДЛЯ МАЛОМОБИЛЬНЫХ СТУДЕНТОВ	
<i>Зеленин Л.А. Морозов Д.П. Паначев В.Д.</i>	58
КАЛИСТЕНИКА: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА БЕЗ ГРАНИЦ?	
<i>Захарова В.В., Игнатъев Д. С.</i>	61
ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТЬЮ И УРОВНЕМ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ	
<i>Захарова В. В., Игнатъев Д.С.</i>	65
АДАПТАЦИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ	
<i>Калашникова Е.Е., Захарова В.В.</i>	68
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ В ВОЗРАСТЕ 18-21 ГОДА	
<i>Камалиева А.И.</i>	72
ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ И КАК ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ СЕБЯ В ФОРМЕ	
<i>Захарова В. В., Карпович К. А.</i>	77
ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФУТБОЛА	
<i>Коновалова Л.В., Вавилов В.В., Гурьянов А.М., Мартьянов А.А., Есин В.Н.</i>	81

ВЛИЯНИЕ ДЗЮДО НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ	
<i>Ларин А.С., Захарова В.В.</i>	87
СПОРТ ПРОТИВ СТРЕССА: ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ НАПРЯЖЕНИЯ	
<i>Лушников Л.Л., Захарова В.В.</i>	89
ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПРИМЕРЕ КОРЕЙСКОГО БОЕВОГО ИСКУССТВА — ТХЭКВОН-ДО	
<i>Лясун В.И., Скрипко Д. А.</i>	94
ЦИФРОВИЗАЦИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
<i>Меринова Е.Д., Дудкина С.Н.</i>	99
ВЛИЯНИЕ ВИДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА КОГНИТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ ЛЮДЕЙ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	
<i>Морозов Д.И., Захарова В.В.</i>	102
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	
<i>Муллагалиев А.Р.</i>	108
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
<i>Муллагалиев А.Р.</i>	111
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ: МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ	
<i>Захарова В.В., Муслимов Д. Р.</i>	113
ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ РЕГУЛИРОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	
<i>Мухина В.А., Марчукова С.Ф.</i>	116
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ	
<i>Захарова В.В., Надеждин Г.Д.</i>	119

БЕГ КАК АКТУАЛЬНЫЙ ВИД ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В САМОПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТА	
<i>Захарова В.В., Надеждин Г.Д.</i>	124
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ	
<i>Захарова В.В., Надеждин Г.Д.</i>	128
БЕГ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ	
<i>Захарова В. В., Захаров В.П., Неклюдов Г. В.</i>	132
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЛАВАНИЯ	
<i>Ларин А.С. Захарова В.В.</i>	135
СПОРТИВНЫЙ ПОМОЩНИК. КАКОМУ ПРИЛОЖЕНИЮ СТОИТ ДОВЕРИТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ	
<i>Полевой С. В., Захарова В.В.</i>	138
МУЗЫКОТЕРАПИЯ В ТРЕНИРОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	
<i>Сергеев К.Р., Юнусова А.А.</i>	140
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ МИОПИИ У СТУДЕНТОВ	
<i>Слинков А.В., Юнусова А.А.</i>	143
ЗНАЧЕНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ	
<i>Слинков А.В., Юнусова А.А.</i>	147
СОВРЕМЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ (На примере Ульяновского государственного университета)	
<i>Голубева О.В., Коновалова Л.В.</i>	151
САМБО В СТУДЕНЧЕСКОЙ ЖИЗНИ, ЗНАЧИМОСТЬ И ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ СТОРОНЫ ДАННОГО ВИДА СПОРТА, ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ	
<i>Сухова Е.А.</i>	156
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА УМСТВЕННЫЕ СПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ	
<i>Захарова В.В., Тепечин К.Д.</i>	159

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ВКЛЮЧЕННОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В СФЕРУ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
<i>Уваров В.А., Булавина Т.А., Сагова З.А.</i>	162
ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	
<i>Захарова В.В., Халиуллов Р.А.</i>	167
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА	
<i>Чванов Н.И., Захарова В.В.</i>	173
РАССЛАБЛЕНИЕ СКЕЛЕТНОЙ МУСКУЛАТУРЫ ПРИ СКОЛИОЗАХ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	
<i>Чечетин Д.А., Макарович А.В.</i>	175
ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ	
<i>Шклярченко А.П., Коваленко Т.Г., Дмитрий А.У.</i>	178
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ РАЗНЫХ КУРСОВ АГРАРНОГО УНИВЕРСИТЕТА	
<i>Бондарева С.А., Кумм Л.В., Иванова Т.С., Полиенко И.Н.</i>	183
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОК 1 КУРСА ОМГУ	
<i>Григорьева И.А., Катрина М.И.</i>	187
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ	
<i>Савицкая Г.В., Константинова О.А.</i>	191
ЗАНЯТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ КАК МОЩНЫЙ ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ВУЗЕ	
<i>Рыжкина Л.А., Карташова Д.А.</i>	196
ОЦЕНКА ЗНАЧИМОСТИ ЭТАПОВ ПОДГОТОВКИ ГОРНЫХ ЛЫЖ К СОРЕВНОВАНИЯМ В ДИСЦИПЛИНЕ «СКИ-КРОСС»	
<i>Чистяков С.Э.</i>	199
ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В ПОСТПАНДЕМИЙНЫЙ ПЕРИОД (НА ПРИМЕРЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КРАСГАУ)	
<i>Шубин Д.А., Калинин А.В., Орлова Д.К.</i>	206

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
МОЛОДЕЖИ

Захарова В.В., Курсанова К.М. 213

ВЛИЯНИЕ ОТНОШЕНИЯ СЕМЬИ К СПОРТУ НА УЧАСТИЕ ДЕТЕЙ В
СПОРТЕ, НА ИХ ВРЕМЯПРЕПРОВОЖДЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Рыжкина Л.А., Карташова Д.А...... 216

ЦИФРОВАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В СПОРТЕ: ВЫЗОВЫ,
ВОЗМОЖНОСТИ И БУДУЩИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ

Рыжкина Л.А. 223