



# **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ**

**К 70-летию факультета физической культуры**

Гомель  
2019

Учреждение образования  
«Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ  
В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ**

**К 70-летию факультета физической культуры**

*Сборник научных статей*

*Электронное научное издание*

Гомель  
ГГУ им. Ф. Скорины  
2019

**ISBN 978-985-577-571-4**

УДК 796(082)

**Физическая культура и спорт в современном мире : к 70-летию факультета физической культуры [Электронный ресурс] : сборник научных статей / Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины ; редкол. : Г. И. Нарскин (гл. ред.) [и др.]. – Электрон. текст. дан. (7,98 МБ). – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2019. – Систем. требования: IE от 11 версии и выше или любой актуальный браузер, скорость доступа от 56 кбит. – Режим доступа : <http://conference.gsu.by>. – Заглавие с экрана.**

ISBN 978-985-577-571-4

В статьях сборника представлены результаты теоретических исследований и экспериментальной работы в области педагогической науки, физического воспитания и спорта; раскрываются педагогические, психологические, медико-биологические, социально-экономические и нормативно-правовые аспекты физической культуры, спорта и туризма, приводятся примеры использования новых технологий обучения в физическом воспитании, практике подготовки спортсменов.

Предназначен для специалистов в области физической культуры и спорта, спортивной медицины, биохимии, физиологии, преподавателей учреждений высшего образования, научных работников, тренеров и спортсменов.

Сборник издается в соответствии с оригиналом, подготовленным редакционной коллегией при участии издательства.

Редакционная коллегия:

Г. И. Нарскин (гл. редактор), С. В. Севдалев (зам. гл. редактора),  
А. С. Малиновский (отв. редактор), Е. В. Осипенко (отв. секретарь),  
Е. П. Врублевский, С. В. Шеренда, К. К. Бондаренко, В. Н. Старченко

Рецензенты:

канд. пед. наук С. А. Володкович,  
канд. пед. наук В. Н. Дворак

ГГУ имени Ф. Скорины  
246019, Гомель, ул. Советская, 104,  
тел. (232) 50-49-03, 60-20-42  
<http://www.conference.gsu.by>

© Учреждение образования «Гомельский  
государственный университет  
имени Франциска Скорины», 2019

нарушений питания современных молодых людей значительное место занимает избыточное потребление продуктов фаст-фуда, недостаточное потребление белка, нехватка витаминов в пище. У большинства студентов СибГУ не сформирована потребность и мотивация к организации здорового рационального питания, что свидетельствует о непонимании важности здоровья. [5. С. 229]

**Выводы.** Студенчество представляет собой группу молодежи, отличающую активной жизненной позицией, но имеющая ряд сложностей для достижения высокого духовного, физического и социального благополучия для себя, своей семьи и в целом общества. Для формирования здорового образа жизни современной молодежи необходимо организовать активный образ жизни, проводить спортивно-массовые мероприятия для популяризации регулярных занятий физической культурой и спортом, а также повышении доступности этих видов оздоровления.

С целью осуществления сбалансированного рационального питания принять ряд мер по обеспечению студентов горячим питанием в СибГУ и в общежитиях. Осуществлять профилактику по снижению распространенности табакокурения, снижению потребления алкогольных напитков, профилактика потребления наркотиков и наркотических средств. Осуществлять в СибГУ просветительскую и воспитательную работу, направленную созданию мотивации к здоровому образу жизни.

#### Список использованных источников

1. Демидова, И.Ф. Изучение представлений молодежи о здоровом образе жизни / И.Ф. Демидова // Новая наука: «Стратегии и векторы развития». – Уфа, 2016. – С. 65-67.
2. Ешеева, Д.В. Образ жизни семьи как фактор формирования здорового образа жизни / Д.В. Ешеева, Т.С. Базарова // сб. междунар. науч. конф. «Социальное сиротство как актуальная проблема современного общества». – Улан-Уде, 2016. – С 96-98.
3. Зотин, В.В. Социально-педагогические аспекты формирования мотивации у студентов к здоровому образу жизни / В.В. Зотин, Л.Н. Яцковская // сб. ст. всеросс. науч. практ. конф. «Теория и практика физической культуры». – Казань, 2011. – С.125-127.
4. Зотин, В.В. Мониторинг физического развития учащихся образовательных учреждений/ В.В. Зотин, А.А. Мельничук, Н.В. Арнст // сб. тр. IV междунар. науч. практ. конф. «Экология.Здоровье.Спорт.». - Чита,2012. - С.132-135.
5. Комачков, Р. Ф. Ценностно-мотивационные ориентации студентов педагогических специальностей к физкультурно-спортивной деятельности / Р.Ф. Комачков, Е.Е. Елаева // Science Time. – 2015. – № 1 (13). – С. 228-232.

УДК 796.41:378.147(045)

## ДИСТАНЦИОННЫЕ КУРСЫ ПО СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИМ ДИСЦИПЛИНАМ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

**П. К. Петров**, д-р пед. наук, профессор

Учреждение образования «Удмуртский государственный университет», Ижевск,  
Российская Федерация, pkrpetrov46@gmail.com

Статья посвящена особенностям создания и использования дистанционных курсов по спортивно-педагогическим дисциплинам. Большое значение в подготовке и реализации

дистанционных курсов по спортивно-педагогическим дисциплинам отводится различным видео сюжетам для ознакомления с техникой выполнения различных упражнений, методикой обучения и страховки, тактическим действиям. Показана эффективность использования дистанционного курса на примере раздела курса гимнастики «Методика преподавания гимнастики в школе».

**Введение.** В современном мире происходит активное технологическое перевооружение, охватывающее практически все сферы человеческой деятельности: науку, образование, здравоохранение и конечно же спорт. Основой такого перевооружения являются современные информационные и цифровые технологии. В этой связи следует отметить, что сегодня одним из приоритетных направлений развития высшей школы, системы подготовки и повышения квалификации специалистов является разработка и активное внедрение в учебный процесс разнообразных электронных образовательных ресурсов. Большими возможностями современные информационные технологии обладают и в системе подготовки и переподготовки специалистов по физической культуре и спорту благодаря созданию и использованию в учебном процессе дидактических материалов нового поколения, создаваемых на базе этих технологий. К таким дидактическим материалам можно отнести: «Мультимедийные контролирующие программы», «Мультимедийные многоцелевые обучающие системы», «Мультимедийные презентации», «Базы данных образовательного назначения», «Интернет ресурсы образовательного назначения», «Тренажеры для формирования некоторых умений и навыков», «Цифровые видеофильмы и видео уроки» и «Курсы для дистанционного обучения» [1].

Однако, несмотря на то, что сегодня имеется некоторый опыт использования дистанционных форм обучения по таким направлениям как экономические специальности, юриспруденция и др. в практике подготовки специалистов по физической культуре и спорте, отражающих специфику профессиональных дисциплин пока явно недостаточно [2,3].

Анализ этих работ показывает, что для обобщения опыта создания и использования дистанционных курсов по различным спортивно-педагогическим дисциплинам требуется разработка и внедрение в учебный процесс вузов физической культуры курсов, отражающих свою специфику (гимнастика, спортивные игры, лыжная подготовка, легкая атлетика и др.). Кроме того, следует отметить, что сегодня информатизация образования приобретает стратегическое значение в развитии каждого вуза, отдавая приоритет созданию определенной информационно-образовательной среды учебного заведения, сетевого общения между вузами, что влечет за собой необходимость систематизации и стандартизации.

**Цель исследования.** Разработка и экспериментальное обоснование дистанционного курса на примере раздела «Методика преподавания гимнастики в школе» дисциплины учебного плана «Гимнастика».

**Материалы и методы исследования.** Для создания курса использовались следующие методы и материалы: анализ научно-методической литературы по вопросам информатизации образования и дистанционного обучения, видеосъемка сюжетов, связанных с методикой обучения гимнастическим упражнениям и способами организации учащихся на уроке, математико-статистическая обработка полученных экспериментальных данных.

**Результаты исследования.** В практике разработки и внедрения дистанционных форм обучения по различным направлениям и различными вузами сегодня используются различные платформы, такие как WebTutor, Shareknowledge, Moodle, Прометей и др. Конечно выбор программного обеспечения для дистанционного обучения должен осуществляться в соответствии с конкретными требованиями, целями и задачами. При этом основными критериями выбора программных средств являются их функциональность, стабильность, удобство использования, удобство и простота администрирования и обновления контента, стоимость, модульность, масштабируемость и конечно 100% мультимедийность. В наибольшей степени этим требованиям сегодня отвечает бесплатная платформа для дистанционного обучения Moodle, не уступающая по своим возможностям платным программам. В Удмуртском государственном университете также используется данная

платформа для создания и использования дистанционных курсов по различным дисциплинам, где с 1 сентября 2016 года запущена новая, более современная и усовершенствованная версия, которая отличается наличием: мобильной версии; более дружелюбным интерфейсом пользователя; автоматическим обновлением профиля пользователя данными из ИИАС (интегрированная информационно-аналитическая система) Удмуртского государственного университета; для преподавателей: возможность переноса курса из старой системы в новую и автоматическая запись студентов на курсы по ссылке в ИИАС.

Согласно приказа Минобрнауки России «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» создание дистанционных курсов должно осуществляться на основе требований образовательного стандарта, образовательной программы и рабочей программы, в которой должны подробно описываться требования к конкретной дисциплине (количество и виды компетенций, количество и содержание лекций, практических и лабораторных занятий, вопросы и задания для зачетов и экзаменов, фонды оценочных средств и др.). При этом функционирование электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС) в Удмуртском государственном университете обеспечивается двумя взаимосвязанными системами: система ИИАС и система электронного обучения УдГУ (LMS MOODLE). При поступлении в вуз каждый студент получает логин и пароль для доступа в эти системы. Так, например, в системе ИИАС каждый студент имеет возможность ознакомиться с учебным планом, информационными ресурсами по дисциплинам, расписанием занятий и т.д. Преподавателю доступны нагрузка, списки студентов, рабочие программы, просмотр, загрузка и корректировка УМКД, списков литературы и т.д. Вход в систему LMS MOODLE как для студентов, так и для преподавателей осуществляется согласно полученными ими логином и паролю.

С учетом указанных выше требований структура электронного учебно-методического комплекса по дисциплине «Методика преподавания гимнастики в школе», включают такие компоненты как рабочая программа, рекомендации для студента по изучению дисциплины, требования к текущему и итоговому контролю, а также основные средства электронных образовательных ресурсов (ЭОР): электронный учебник, различные виды уроков гимнастики в школе в форме видео, соревнования по гимнастике в школе также в форме видео, видео сюжеты, позволяющие объяснить различные педагогические ситуации и др.; дополнительные электронно-информационные ресурсы (ЭИР) (Федеральные государственные образовательные стандарты для начального, основного и среднего (полного) общего образования, словарь гимнастических терминов, образцы документов планирования (конспекты и технологические карты), вопросы и задания по каждой теме, комплексная программа по физическому воспитанию учащихся общеобразовательных школ и др.

Основные положения, связанные с данным курсом представлены в начальном (вводном) информационном блоке курса, где в разделе «Глоссарий» представлен словарь гимнастических терминов, дается гиперссылка на научную школу автора с кратким описанием его данных, приводятся сведения об авторском учебнике «Методика преподавания гимнастики в школе» и электронный вариант самого учебника, приводятся утвержденные согласно образовательной программе рабочие программы курса, методические рекомендации по работе с созданным курсом и материалы для проведения итогового теста.

Далее представлены восемь тем: «Гимнастика в системе физического воспитания», «Гимнастическая терминология»; «Меры предупреждения травматизма»; «Урок гимнастики в школе»; «Планирование и учет учебной работы в школе»; «Основы обучения гимнастическим упражнениям и способы организации учащихся на уроках гимнастики»;

«Педагогический контроль и анализ урока»; «Методика организации и проведения массовых гимнастических соревнований в школе».

Материал курса по темам представлен в виде гипертекста, включающего мультимедийные компоненты, отражающие основные понятия и специфику методики преподавания гимнастики в школе. Определенное место занимают ссылки на адреса видео уроков по гимнастике в школе, массовых соревнований, ссылки на различные документы, такие как Федеральные государственные стандарты, образцы конспектов урока, технологической карты, протоколы анализа урока, комплексные программы по физическому воспитанию учащихся и др. Каждая тема завершается вопросами для самостоятельной работы и соответствующим тестом.

Особенно большое значение в преподавании спортивно-педагогических дисциплин приобретают видео сюжеты для ознакомления с техникой выполнения различных упражнений, методикой обучения и страховки, тактическими действиями. На большие по объему видео делаются ссылки на Ю-тюб, куда предварительно размещаются отснятые на кафедре видеоматериалы (рис.1).



Рисунок 1 – Ссылка на сюжетный урок по гимнастике в школе

При подготовке тестовых заданий по темам и для итогового контроля, видеосюжеты можно включить непосредственно в систему Moodle, где имеется специальный проигрыватель, но для этого необходимо чтобы видеофайлы были в формате mp4 (рис.2).

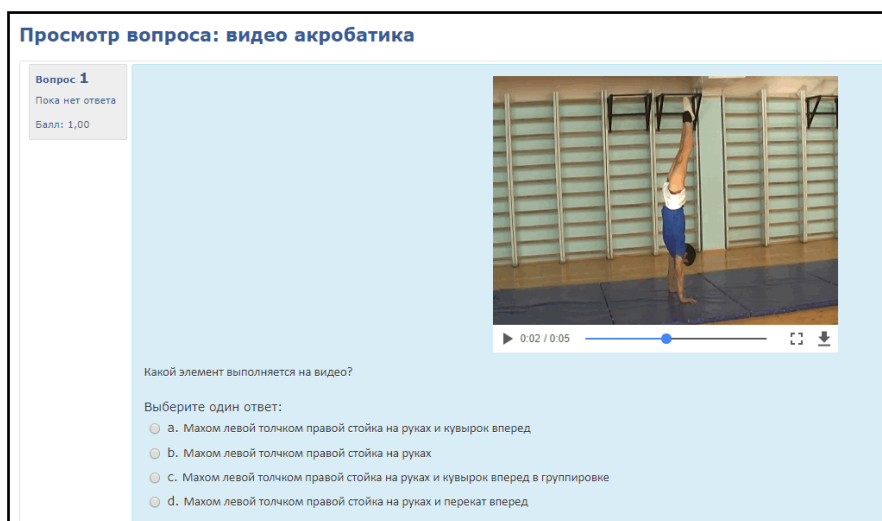


Рисунок 2 – Вопрос теста с видеосюжетом

При работе в системе электронного обучения изучать курс рекомендуется в той последовательности, которая обозначена в его содержании, при этом можно задавать различные параметры по времени изучения каждой темы, по количеству попыток на ответы по каждой теме. Только после изучения и выполнения заданий по темам дается возможность перехода на итоговое тестирование.

Все возникающие вопросы рекомендуется обсуждать с преподавателем в Форуме (чате), посредством системы личных сообщений в системе управления электронным обучением LMS Moodle или в рамках традиционных занятий.

Представленный материал можно использовать как при непосредственном прохождении учебного материала, так и при подготовке к экзамену по дисциплине, результаты, полученные при итоговом тестировании, могут стать основой при выставлении оценки на экзамене.

Курс гимнастики в системе подготовки бакалавров имеет важное значение так как именно первая педагогическая практика в школе начинается с этого раздела, но для этого студенты должны иметь достаточную предварительную подготовку (теоретическую, методическую, техническую, физическую, организационную т.д.). Конечно эти виды подготовки осуществляются на различных занятиях, но без теоретической подготовки студентам сложно выполнять определенные виды деятельности (готовить документы планирования, знать терминологию, проводить учебную и педагогическую практику, организовывать и проводить массовые соревнования по гимнастике в школе и т.д.).

Что же касается вопроса объема и вида учебной деятельности, которые можно переводить на дистанционные формы обучения, то эксперты сегодня различают:

- традиционное обучение (без использования электронных технологий);
- смешанное обучение (Blended-learning, 30–79 % курса реализуется в сети: комбинирует обучение в аудитории с занятиями в сети);

полное онлайн обучение (более 80 % курса в сети, часто совсем без очного взаимодействия). На сегодняшний день в мире и в России наилучшим вариантом использования дистанционных форм обучения является смешанное обучение, когда учебный процесс, построенный на основе интеграции и взаимного дополнения технологий традиционного и электронного обучения, предполагает замещение части традиционных учебных занятий различными видами учебного взаимодействия в электронной среде. Смешанное обучение наиболее приемлемо и в системе подготовки специалистов по физической культуре и спорту, что вполне согласуется с перечнем профессий, специальностей и направлений подготовки, реализация образовательных программ по которым не допускается с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий определенным Министерством образования и науки Российской Федерации.

Для оценки эффективности разработанного курса проводился сравнительный педагогический эксперимент, в котором приняли участие студенты 2 курса Института физической культуры и спорта Удмуртского государственного университета в количестве 30 человек, разделенные непосредственно в среде Moodle на экспериментальную и контрольную группы



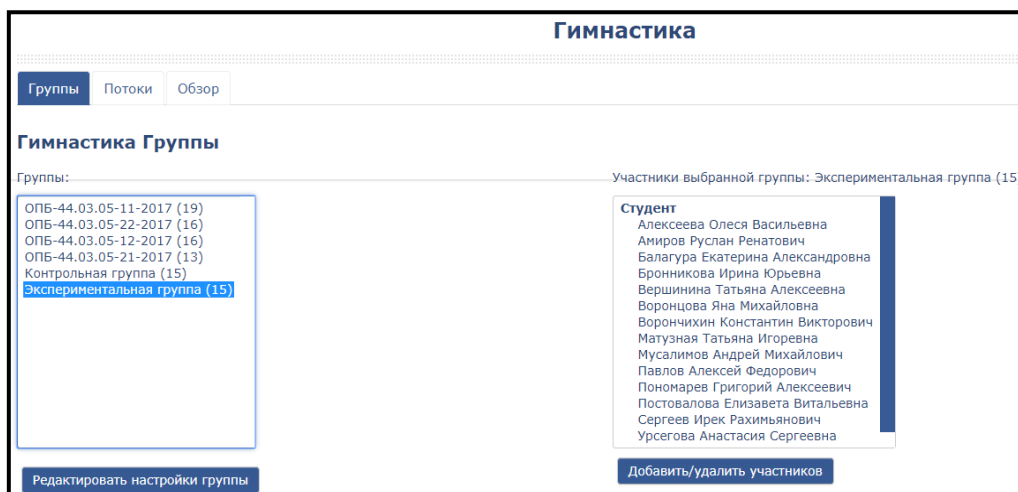


Рисунок 3 – Экран программы по определению экспериментальной и контрольной групп

Предварительно все студенты прошли итоговое тестирование, включающее 20 заданий, требующих различных вариантов ответов: множественный выбор, вопросы на соответствие. При этом цена ответа при множественном выборе соответствовала 0,50 при правильном ответе, а при вопросах на соответствие зависела от того, сколько правильных пунктов из перечня выбрал студент.

Полученные результаты подверглись математико-статистической обработке на основе U-критерия Вилкоксона-Манна-Уитни с использованием онлайн калькулятора (рис.4).

N	Значения в первой группе	N	Значения во второй группе
1	5.50	1	6.25
2	5.71	2	4.88
3	6.50	3	6.17
4	3.92	4	4.00
5	5.50	5	6.21
6	5.00	6	6.00
7	6.38	7	5.79
8	5.50	8	4.83
9	4.25	9	7.00
10	6.00	10	7.38
11	5.50	11	5.83
12	4.92	12	5.75
13	2.75	13	5.83
14	6.83	14	5.33
15	5.75	15	5.75

Рисунок 4 – Сравнительные результаты в баллах в начале эксперимента

Так при предварительном тестировании, различия между данными экспериментальной и контрольной группами оказались недостоверными ( $U_{эмп}=80,5$  при  $P>0.05$ ),  $U_{кр}=64$ .

Далее в процессе эксперимента студенты контрольной группы занимались, используя доступные дидактические материалы (конспекты лекций, учебники и др.). Студенты

экспериментальной группы использовали форму дистанционного обучения, после чего все студенты повторно подвергались итоговому тестированию.

При повторном тестировании знания студентов экспериментальной группы существенно повысились (рис.5).

N	Значения в первой группе	N	Значения во второй группе
1	6.17	1	10.00
2	5.71	2	10.00
3	6.58	3	8.50
4	5.08	4	9.00
5	7.75	5	8.50
6	5.25	6	8.50
7	7.00	7	8.75
8	6.50	8	8.67
9	6.92	9	9.38
10	7.00	10	9.13
11	5.67	11	9.50
12	6.67	12	9.00
13	4.92	13	10.00
14	7.50	14	9.50
15	6.58	15	9.00

Рисунок 5 – Сравнительные результаты в баллах в конце эксперимента

В конце эксперимента различия между экспериментальной и контрольной группами оказались достоверными ( $U_{эмп}=0$  при  $P<0.05$ ),  $U_{кр}=64$ .

**Выводы.** Анализ возможностей создания дистанционных курсов по спортивно-педагогическим дисциплинам позволяет сделать вывод о том, что программное обеспечение «Moodle 3.x» дает возможность использовать все средства, включая мультимедийные, повышая наглядность обучения, возможность обеспечить доступность и качество образования всем студентам, включая студентов, часто выезжающих на сборы и соревнования, создавать оптимальные условия для определения и реализации ими индивидуальных образовательных траекторий.

#### Список использованных источников

1. Петров, П.К. Информатизация физкультурного образования: опыт и проблемы / П.К. Петров // Теория и практика физической культуры. - 2017. - № 1. - С. 6-8.
2. Хадиуллина, Р.Р. Интегративная организация виртуальной образовательной среды в процессе обучения студентов-спортсменов информатике и физике: автореферат дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. / Р.Р. Хадиуллина. – Казань, 2015. - 24 с.
3. Чистяков, В.А. Взаимодействие субъектов образовательного процесса в системе дистанционного обучения: на примере вуза физической культуры: автореф. дис. ... д-ра. пед. наук: 13.00.08. / В.А. Чистяков. – СПб., 2004. – 45 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ, УЧАЩИХСЯ, СТУДЕНТОВ И ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

<b>Aznabaev O.</b> Physical culture and physical education in the university.....	4
<b>Аванесов Э. Ю.</b> Спортизация физического воспитания школьников. От идеи к практике.....	8
<b>Афонько О. М.</b> Достижение целей образования студентов по дисциплине «Физическая культура» на основе функций системы менеджмента качества.....	11
<b>Баранов Д. В., Мартинович С. В.</b> Повышение уровня выносливости и физической кондиции студентов нетрадиционными средствами и методами.....	18
<b>Борисок А. А.</b> Инновационные технологии на занятиях по физической культуре в учреждении высшего образования.....	22
<b>Босенко А. И., Топчий М. С., Босенко Е. С.</b> Влияние физического воспитания на адаптивные возможности современных подростков 11–12 лет.....	26
<b>Булат Л. М., Фик Л. А., Медражевская Я. А.</b> Какую роль играет спорт в жизни студентов Винницкого национального медицинского университета им. Н. И. Пирогова.....	31
<b>Буцько А. В.</b> Аналіз скаўтынга як форми павышэння фізічнай і духоўнай культуры моладзі.....	35
<b>Валуев О. С.</b> Тело профессора Доуэля: физический дефицит экзистенциальной культуры студенческой молодежи.....	38
<b>Годлевский П. М., Спринь О. Б., Саратовский О. В.</b> Проблемы физической культуры курсантов Херсонской государственной морской академии и возможности решения.....	43
<b>Демчук Т. С., Милашук Н. С., Шиндина А. В.</b> Фитнес-технологии в физическом воспитании студенток.....	48
<b>Загревская А. И., Галайчук Т. В.</b> Определение биологического возраста студентов с ослабленным здоровьем как фактор повышения мотивации к занятиям оздоровительной физической культурой.....	52
<b>Иваненко О. А.</b> Занятия пилатесом как средство коррекции физического и функционального состояния женщин 45–50 лет, проживающих в неблагоприятных экологических условиях.....	57
<b>Калиниченко И. А., Латина А. А., Заикина А. Л.</b> Сравнительная оценка способов определения функционально-резервных возможностей организма детей 6–18 лет.....	62
<b>Карасик Д. В., Полякова И. В.</b> Экспериментальное обоснование эффективности программы для старшеклассников «Школа спортивного волонтерства».....	67
<b>Ковалёв А. В., Бондаренко К. К.</b> Влияние физической культуры на формирование профессиональных навыков вокалистов.....	73
<b>Ковальчук О. Г.</b> Уровень физической подготовленности студентов при традиционном методе обучения.....	77
<b>Корельская И. Е., Варенцова И. А.</b> Оценка темперамента и доминирующего типа мотивации в ходе спортивной подготовки у девушек и юношей, проживающих в условиях Крайнего Севера.....	83

<b>Кошман Е. Е., Балеико А. Ю.</b> Состояние физического здоровья детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь.....	86
<b>Кошман М. Г., Иванов С. А.</b> Теоретическое видение модели проектировочных умений будущего учителя физической культуры и здоровья.....	91
<b>Кулакова В. О., Иващенко Т. А.</b> Физическая культура и спорт как основа здорового образа жизни молодежи.....	97
<b>Кулакова В. О., Двойникова Е. С.</b> Психолого-педагогические проблемы физического воспитания молодежи.....	101
<b>Купчинов Р. И.</b> Уровень и динамика разносторонней двигательной подготовленности студенток подготовительного учебного отделения за тридцатилетний период: с 1988 по 2018 год.....	106
<b>Медвецкая Н. М.</b> Сравнительный анализ формирования психологических аспектов гендерной культуры студентов университета.....	109
<b>Мядвецкая Н. М.</b> Навукова–метадычныя аспекты фізкультурнай работы з навучэнцамі, якія маюць інтэлектуальную недастатковасць.....	113
<b>Миненок А. А., Кийко Т. Б., Игнатенко С. А.</b> Современные аспекты медико-биологической подготовки студентов факультетов физического воспитания в Законе «О высшем образовании» Украины.....	116
<b>Мороз И. В., Фидирко М. А., Антипова Ж. И.</b> Анализ физической подготовленности студентов–первокурсников.....	121
<b>Ничипорко Н. Н., Величко Е. Б.</b> Условия привлечения студентов к занятиям спортивным волонтерством .....	126
<b>Ничипорко С. Ф., Ничипорко Н. Н.</b> Приемы повышения интереса к циклу специальных дисциплин у студентов факультета физической культуры.....	130
<b>Павлютина Л. Ю., Мальцева М. Ю.</b> К вопросу о реализации технологий формирования компетенций по элективной дисциплине «Прикладная физическая культура и спорт» в вузе.....	134
<b>Пастухова А. А.</b> Проблемы формирования здорового образа жизни студентов Сибирского государственного университета науки и технологии имени М. Ф. Решетнева .....	137
<b>Петров П. К.</b> Дистанционные курсы по спортивно-педагогическим дисциплинам в системе подготовки будущих специалистов по физической культуре и спорту.....	139
<b>Приходько В. В., Черниговская С. А., Дзюбенко Н. И.</b> Физкультурная деятельность как главный результат занятий физической культурой.....	146
<b>Саваневский Н. К., Хомич Г. Е.</b> Обеспечение адекватного кровообращения при поструральных воздействиях у девушек с высоким тонусом кровеносных сосудов.....	150
<b>Самойлюк Т. А.</b> Физическая подготовленность студенток к сдаче норм государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь.....	155
<b>Соколов Ю. И., Коняхин М. В., Корниенко И. М.</b> Содержание тренировочных нагрузок различной направленности на учебных занятиях по лыжной подготовке в вузе.....	159
<b>Спіцын А. А.</b> Характар узаемасувязі выражанай і слаба выражанай гіпертымічнай акцэнтацыі з паказчыкамі алексітымій і ўзроўнем асіметрыі тэмпературы скуры ў дзяўчат і маладых жанчын.....	163
<b>Старченко В. Н.</b> Динамика успеваемости учащихся лицея МЧС в ходе реализации экспериментального проекта Министерства образования Республики Беларусь.....	168
<b>Старченко В. Н.</b> К вопросу о составе средств физического воспитания.....	173

<b>Столбицкий В. В.</b> Особенности метода повторного воздействия при развитии силы мышц кисти у студенток Витебского государственного медицинского университета с использованием ручного экспандера.....	178
<b>Судьина Л. Н., Чигишев Е. А., Козырева О. А.</b> Некоторые особенности реализации идей спортивно-образовательной среды училища олимпийского резерва.....	181
<b>Супрун Д. Н.</b> Психологические условия развития мотивации сохранения здоровья у психологов в сфере специального образования.....	186
<b>Толкунов А. В.</b> Здоровый образ жизни: от теории к практике.....	191
<b>Торопов В. А., Базаров И. С., Дудчик В. И., Волошин Г. Г.</b> Зависимость состояния уровня подвижности в суставах и других физических качеств от типов телосложения и типов высшей нервной деятельности.....	194
<b>Туревский И. М.</b> Исследование динамики развития психомоторных качеств учащейся молодежи, проживающей в неблагоприятных факторах окружающей среды, как средство формирования экологических компетенций магистрантов физической культуры.....	198
<b>Усманходжаев Т. С., Нуриддинова М. М., Чоршамиев Н. А.</b> Роль подвижных игр в повышении двигательной активности детей.....	202
<b>Чевелев А. В., Поливач А. Н., Кульбеда В. С., Слабодчик П. П.</b> Исследование оценки уровня физического развития студенток IV курса основного отделения учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет».....	205
<b>Черногоров Д. Н.</b> Методика базовой физической подготовки учащихся основной школы в системе занятий кроссфитом.....	208
<b>Эльман К. А., Срыбник М. А.</b> Психолого-педагогические проблемы физической культуры студентов Сургутского нефтяного техникума .....	211
<b>Юрченя И. Н., Пшонка В. И.</b> Физическая подготовленность студентов исторического факультета как компонент профессиональной успешности.....	214
<b>Яворская М. С., Фомченко О. Ф.</b> Спортивное волонтерство как способ самореализации студенческой молодежи.....	218
<b>Яковлев А. Н., Врублевский Е. П., Севдалев В. С.</b> Потребностно-мотивационные особенности физкультурно-спортивной деятельности студенток различных вузов.....	224
<b>Яковлева Ю. А., Гладенкова В. П.</b> Использование корригирующих и дыхательных упражнений на занятиях лечебной физической культурой со студентами, имеющими высокую степень близорукости.....	228

## 2 АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА

<b>Seudaleva A. S., Trubilova M. A.</b> Methodology of teaching foreign (english) language for students-volunteers of sporting events.....	232
<b>N. Spirin, N. Abramov</b> Comparison of rules for sport: boxing on olympic games 2012 and 2016.....	235
<b>Алейник Е. А., Севдалев С. В., Иванец А. Я.</b> Исследования физической подготовленности юных хоккеистов в подготовительном периоде годичного цикла подготовки.....	238
<b>Анискевич И. С., Семёнов Е. Н., Козлов Я. Е.</b> Тактика ведения матча в футболе.....	241
<b>Берестяная А. Н.</b> Психолого-педагогическое сопровождение в пауэрлифтинге	

в период подготовки к соревнованиям.....	246
<b>Бондаренко А. Е.</b> Использование имитационного моделирования специальных упражнений в подготовке бегунов на короткие дистанции.....	249
<b>Бондаренко К. К.</b> Кинематические характеристики выполнения ударов в карате.....	253
<b>Бурлакова Е. В., Кучерова А. В.</b> Особенности планирования специальной физической подготовки в предсоревновательном мезоцикле.....	257
<b>Бусел Т. А.</b> Допинг как актуальная проблема современного спорта.....	263
<b>Гайков Э. А., Бондаренко А. Е., Сычова В. А.</b> Совершенствование техники нападающего удара в волейболе на основе биомеханических характеристик движения.....	266
<b>Григорьев П. С., Гуштурова И. В.</b> Функциональное состояние нервно-мышечного аппарата у юных боксеров 9–13 лет с различным уровнем вегетативной регуляции сердечного ритма.....	270
<b>Гутников Г. Ю., Андрианов М. В.</b> Развитие выносливости у учащихся 13–14 лет на занятиях лыжными гонками.....	273
<b>Двойникова Е. С., Аветисян В. А.</b> Современные проблемы физической культуры и спорта у школьников и студентов.....	276
<b>Дунаев К. С.</b> Вопросы перспективного развития российского биатлона на современном этапе.....	281
<b>Ежова А. В.</b> Специфика психологических факторов в изучении защитных действий в волейболе.....	284
<b>Загревский В. И., Загревский О. И.</b> Бионические принципы в математической модели целенаправленных движений человека.....	290
<b>Захарьева Н. Н., Коняев И. Д.</b> Физиологические маркеры танцоров высокой квалификации с различной степенью выраженности психоэмоционального напряжения на соревнованиях.....	296
<b>Зуева А. А., Двойникова Е. С.</b> Роль физической культуры в работе с молодежью в современных условиях.....	301
<b>Ковалёв К. А., Ковалёва О. Н.</b> Актуальные проблемы шахмат.....	303
<b>Кожедуб М. С.</b> Сравнительный анализ компонентного состава тела легкоатлетов в разные фазы овариально-менструального цикла.....	308
<b>Конох А. П., Воронцов А. И.</b> Травматизм в женском боксе.....	313
<b>Константинова А. В., Романов И. В.</b> Становление пляжного футбола в мире и Республике Беларусь.....	317
<b>Коняев И. Д.</b> Психофизиологические характеристики танцоров высокой квалификации с различной степенью психоэмоционального напряжения.....	321
<b>Коробейников Г. В., Коробейникова Л. Г., Борисова О. В., Дудник А. К., Воронцов А. В.</b> Психофизиологическое состояние и мотивация у борцов высокой квалификации.....	327
<b>Курако А. А.</b> Развитие гимнастики на Гомельщине в первой половине XX века.....	330
<b>Курако А. А.</b> Развитие спортивных видов гимнастики на Гомельщине во второй половине XX и начале XXI века.....	333
<b>Кучеренко В. С., Добровольская Н. А., Годз Л. А., Нескреба Т. А.</b> Инновационная технология формирования психофизической готовности у атлетов в традиционном карате.....	339
<b>Латина А. А., Колесник А. С.</b> Психофизиологическая оценка эмоциональной стойкости у спортсменов.....	343
<b>Лашкевич С. В., Шеренда С.В., Трофимович И. И.</b> Морфологические особенности высококвалифицированных женщин-спринтеров.....	348

<b>Лозовая М. А.</b> Спорт как стержень нации.....	351
<b>Махалин А. В., Сипатрова А. Г., Попова Е. В., Прохорец С. А., Петунина А. Б.</b> Особенности морфологических показателей у юношей алтайской национальности, занимающихся единоборствами.....	353
<b>Момотова А. Н.</b> Конфликтность отношения к допингу спортсменов высокой квалификации (на примере тяжёлой атлетики).....	357
<b>Причинич А. Е., Лубкова М. Н.</b> Характерные особенности основных этапов обучения технике гребли на байдарках и каноэ.....	360
<b>Рожков В. О., Шестерова Л. Е.</b> Взаимосвязь техники замаха молота с соревновательным результатом квалифицированных метателей молота.....	363
<b>Романов И. В., Баранаев Ю. А.</b> Применение инновационных технологий в беговой тренировке десятиборца.....	367
<b>Свечкарёв В. Г.</b> Профессиональный спорт как метод управления обществом.....	373
<b>Севдалев С. В., Врублевский Е. П., Кожедуб М. С.</b> Особенности предсоревновательной подготовки квалифицированных спортсменов, специализирующихся в современном пятиборье.....	378
<b>Сиводедов И. Л., Купчинов Р. И.</b> Организационная государственная система поиска и отбора перспективных школьников.....	381
<b>Смирнов С. В., Ушканов С. В.</b> Проблемы спорта в современном обществе.....	384
<b>Соболев Д. В., Суханова Е. В., Горлова С. Н.</b> Педагогические факторы успешности в женском спорте.....	388
<b>Тангриев А. Ж.</b> Методические особенности применения нетрадиционных средств общей физической подготовки в учебно-тренировочном процессе юных дзюдоистов.....	392
<b>Усманходжаев Т. С., Чоршамиев Н. А.</b> Динамика восстановления работоспособности юных борцов курашистов в условиях Узбекистана с жарким климатом.....	396
<b>Усович В. Ю., Нарский Г. И.</b> Некоторые подходы к оптимизации физкультурно-оздоровительных занятий с ветеранами спорта.....	399
<b>Федорович Е. А., Хвесюк Д. А.</b> Проблемы и недостатки современного кроссфита.....	402
<b>Черепанова И. О.</b> Использование функциональных проб для оценки координационных способностей фигуристов.....	406
<b>Черногоров Д. Н.</b> Базовая физическая подготовка как компонент общей физической подготовленности квалифицированных тяжелоатлетов.....	409
<b>Чумак А. П., Барановский В. Н., Железная Т. В.</b> Содержание экспериментального учебного плана тренировочных занятий юных легкоатлетов.....	414
<b>Чурикова Л. Н.</b> Оптимизация специальной подготовленности лыжников-спринтеров.....	417
<b>Чухланцева Н. В.</b> Базовые упражнения кроссфита как средство развития физических качеств юных черлидеров.....	419
<b>Шестиловская Н. А.</b> Соотношение индивидуальных стилей саморегуляции и копинг-стратегий паралимпийцев.....	423

### 3 НАУЧНО-МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА, НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

<b>Бабалич В. А.</b> Использование средств плавания в реабилитации больных детским церебральным параличом.....	430
<b>Бегидова Т. П., Бегидов М. В.</b> Правовые основы и опыт инклюзивного высшего образования.....	434
<b>Даниленко О. С., Тозик О. В., Лукьяненко Н. Ю.</b> Физическая реабилитация постинсультных больных.....	440
<b>Калиновская Т. Н., Спивак Ю. П., Нескреба Т. А.</b> Целесообразность применения лечебной физической культуры для лечения и реабилитации больных с рассеянным склерозом.....	444
<b>Клочко Н. В., Логвина Т. Ю.</b> Систематизация средств фитбол-аэробики для решения задач физического воспитания в работе с детьми дошкольного возраста.....	449
<b>Ключников А. В., Васильцов В. И., Бобылев А. С.</b> Анализ физической подготовленности курсантов университета гражданской защиты МЧС Беларуси и пути ее совершенствования.....	454
<b>Кобец Е. А., Трофимович И. И.</b> Анализ функционального состояния мышечного корсета студенток подготовительной группы при занятиях пилатесом.....	457
<b>Котовенко С. В.</b> Современные подходы в регистрации функциональных показателей высококвалифицированных спортсменов.....	462
<b>Лисаевич Е. П., Костырко М. Ф.</b> Использование физических нагрузок определенной направленности.....	465
<b>Литвин Ф. Б., Брук Т. М., Осипова Н. В., Шукаева А. В.</b> Динамика вариабельности сердечного ритма в течение учебного года у мальчиков 8–9-летнего возраста из разных радиоэкологических мест проживания.....	469
<b>Логинов Д. В.</b> Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата с помощью массажного ролла.....	472
<b>Михалевич В. А., Ключников А. В., Бобылев А. С.</b> К вопросу о комплексной оценке профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся учреждений образования Министерства по чрезвычайным ситуациям.....	476
<b>Новиков А. Д., Бойченко А. М.</b> Методика выявления предрасположенности к различным стилям плавания на основании антропометрических показателей начинающего пловца.....	479
<b>Панкова М. Д., Кулеш И. Н.</b> Коррекция функционального состояния пациентов после артроскопической операции коленного сустава при разрыве мениска в условиях поликлиники.....	484
<b>Питкевич Э. С., Тишутин Н. А.</b> Особенности вегетативной регуляции сердечного ритма при выполнении пробы Мартине-Кушелевского у лиц с различным исходным вегетативным статусом.....	489
<b>Самуйлов Д. Н., Писаренко В. Ф., Малышева Е. А., Щур А. В.</b> Физиологическая оценка динамики физической подготовленности студентов Белорусско-Российского университета.....	495
<b>Сысоев А. В., Суханова Е. В., Горлова С. Н.</b> Модельные показатели соревновательной деятельности баскетбольных команд студенческой лиги.....	499
<b>Сысоев А. В., Волков В. К., Кленин Н. Н., Козлов В. И.</b> Конструктивный подход в физической культуре и спорте.....	502



<b>Терехина Е. С., Шляпников Н. В., Каплун И. Г.</b> Влияние физической активности на характеристики сна студентов медицинского университета.....	507
<b>Тонкопей Ю. Л., Коробкова Ю. С.</b> Теоретико-методическое обоснование физкультурно-реабилитационных мероприятий для людей с нарушениями зрения.....	510
<b>Филиппов М. М., Ильин В. Н., Пастухова В. А., Портниченко В. И.</b> Интенсификация восстановления спортсменов после физических нагрузок в горах путем вдыхания газовой смеси с $PO_2 = 160$ мм рт. ст.....	516
<b>Цыганков А. Ю, Двойникова Е. С.</b> Инновационные подходы как способ формирования здорового образа жизни студентов .....	519
<b>Шеренда С. В., Молчанов В. С.</b> Использование атлетической гимнастики как средства оздоровления при ожирении.....	522

#### **4 СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ И НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА**

<b>Абрамович П. А., Цыркунова Г. М., Грушник А. В.</b> Использование туристско-рекреационного потенциала малого исторического города Каменец в формировании регионального турпродукта.....	526
<b>Балаева С. И.</b> Анализ лечебно-оздоровительного туризма Кабардино-Балкарской Республики и его место в развитии туристского агентства «Бюро по туризму и экскурсиям».....	530
<b>Бутько А. В.</b> Спортивное волонтерство в студенческой среде.....	534
<b>Елсаков И. В.</b> Условия и организация профессионально-прикладной физической подготовки курсантов учреждения образования «Центр повышения квалификации руководящих работников и специалистов Министерства внутренних дел Республики Беларусь».....	537
<b>Колеснёв Ю. В., Пташиц А. Я., Кветинский С. С.</b> Физическая культура и спорт как средства повышения уровня физической подготовленности будущих специалистов транспорта.....	542
<b>Рыбакова Е. В., Султанова Р. М, Гаязова Г. А.</b> Анатомическая эволюция человека и технологический компонент жизнедеятельности.....	546
<b>Снежицкий П. В.</b> Социально-экономические аспекты физического состояния представителей сельского сообщества Республики Беларусь.....	550
<b>Цыгура Г. А.</b> Нормативно-правовые возможности реализации целей устойчивого развития специалистами физического воспитания и спорта в Украине.....	559