

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Кафедра физического воспитания и спорта

**КУЛЬТУРА ДВИЖЕНИЯ, ПИТАНИЯ, ТЕЛА  
И ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

Сборник материалов  
II международной научно-методической конференции

19 марта 2026 года

Гродно  
ГрГМУ  
2026

УДК 796.012.1(06)  
ББК 75.0я43  
К 906

Рекомендовано Редакционно-издательским советом ГрГМУ  
(протокол № 5 от 10.03.2026).

Редакционная коллегия: зав. каф. физического воспитания и спорта,  
доц. П. В. Снежицкий (отв. редактор);  
доц. каф. физического воспитания и спорта В. В. Григоревич;  
ст. преп. каф. физического воспитания и спорта Н. А. Кандаракова.

Рецензенты: зав. каф. теории физической культуры и спортивной медицины  
учреждения образования «Гродненский государственный  
университет имени Я. Купалы», канд. пед. наук, доц. Л. Г. Харазян;  
доц. каф. медицинской реабилитации учреждения образования  
«Гродненский государственный медицинский университет»,  
канд. мед. наук, доц. В. В. Бут-Гусаим.

**К 906** **Культура** движения, питания, тела и здоровья в современном обществе :  
сборник материалов II международной научно-методической конференции,  
19 марта 2026 г. [Электронный ресурс] / редкол.: П. В. Снежицкий (отв. ред.),  
В. В. Григоревич, Н. А. Кандаракова. – Электрон. текстовые дан. и прогр.  
(объем 5,6 Мб). – Гродно : ГрГМУ, 2026. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).  
ISBN 978-985-36-0067-4.

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований в разных областях физической культуры личности как основы здорового образа жизни, а также психолого-педагогические и социальные аспекты формирования двигательной, пищевой, телесной и валеологической культуры в современном обществе. Издание будет полезно студентам, магистрантам, аспирантам, молодым ученым и педагогическим работникам в области физической культуры и спорта, педагогики и здравоохранения.

Авторы несут ответственность за достоверность представленных данных, неправомерное использование объектов интеллектуальной собственности и объектов авторского права в соответствии с действующим законодательством.

УДК 796.012.1(06)  
ББК 75.0я43

ISBN 978-985-36-0067-4

© ГрГМУ, 2026

**ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
У СТУДЕНТОВ ИЖЕВСКОГО ТЕХНИКУМА  
ИНДУСТРИИ ПИТАНИЯ**

**Перевощикова А.В.**

Удмуртский государственный университет  
Ижевск, Российская Федерация

Научный руководитель – канд. биол. наук, доц. Шумихина И.И.

**Актуальность.** Последние годы в силу высокой учебной нагрузки во время учебы и дома у большинства студентов в режиме дня отмечается дефицит двигательной активности. До 82-85% дневного времени большинство учащихся находится в статическом положении сидя, что отражается как на двигательной подготовленности студентов, так и на функционировании многих систем организма обучающихся, особенно нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем [1, 2]. Гипокинезия ведёт к снижению работоспособности, ухудшению когнитивных функций [3]. Повлиять на эту негативную тенденцию способна правильно организованная двигательная активность, в том числе и занятия физической культурой в вузе [4].

Вопросы изучения физического здоровья, влияния занятий физической культурой на функциональное состояние организма студентов изучается давно. Однако в доступной нам литературе мы не нашли работ, посвященных комплексному изучению влияния занятий физической культурой на физическое развитие и двигательную подготовленность студентов 16-17 лет в Удмуртской Республике.

**Цель.** Изучить динамику показателей физического развития и двигательной подготовленности и физического развития у студентов Ижевского техникума индустрии питания под влиянием занятий физической культурой.

**Методы исследования.** Исследования физического развития и двигательной подготовленности студентов проводилось на базе Ижевского техникума индустрии питания (ИТИП). В исследовании приняли участие 25 студентов мужского пола в возрасте 16-17 лет, медицинская группа – основная. Оценка физического развития студентов проводилась с учетом: длины тела (см), массы тела (кг), окружности груди (см), индекса Кетле (г/см). Оценка двигательной подготовленности студентов измерялась с помощью батареи тестов: челночный бег 3×10 м (сек), прыжок в длину с места (м), сгибание и разгибание рук в упоре (раз), подъем туловища за одну минуту (раз).

**Результаты и их обсуждение.** По нашим данным на первом этапе исследования 26,6% студентов 16-17 лет многопрофильного колледжа профессионального образования ИТИП имеют излишнюю массу тела и высокую упитанность, а также половина студентов (56,7%) имеют дисгармоничность физического развития.

Ко второму этапу исследования ростовые показатели и средние показатели массы тела, а также средний показатель упитанности студентов ИТИП практически не изменились, что кажется нам закономерным с учетом времени эксперимента. Однако за время эксперимента улучшилось процентное распределение студентов по уровню оценки массы тела. Процент студентов со «средней» массой на втором этапе вырос по сравнению с первым этапом с 66,7% до 73,3% за счет уменьшения процента студентов с уровнем оценки массы «ниже среднего» (с 10 до 6,7%) и «выше среднего» (с 6,7 до 3%), что подтверждается и динамикой процентного распределения студентов по уровням гармоничности физического развития. Процент гармонично развитых студентов немного увеличился за этот период (с 43,3% до 50%), при этом уменьшился процент дисгармонично развитых студентов (с 30% до 20%). Таким образом, регулярные занятия физической культурой могут способствовать гармонизации показателей физического развития студентов.

Более выраженная динамика наблюдалась в показателях двигательной подготовленности студентов. Динамика средних результатов двигательных тестов и процентного распределения студентов по уровням оценки

двигательных тестов от первого ко второму этапу исследования представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Динамика средних результатов и процентного распределения показателей двигательной подготовленности по уровням оценки у студентов ИТИП от первого ко второму этапу исследования

Этап	Двигательный тест	Среднее значение	Оценка			
			5	4	3	2
1	Отжимания (раз)	33,6±1,30	60%	30%	10%	0%
2		35,1±1,14	53,3%	36,7%	10%	0%
1	Челночный бег (сек)	7,9±0,23	40%	30%	3,3%	26,7%
2		7,8±0,14	30%	46,7%	6,7%	16,7%
1	Прыжок в длину (см)	204,1±4,45	26,7%	26,7%	23,3%	23,3%
2		220,1±3,26*	60%	23,3%	16,7%	0%
1	Подъем туловища (раз)	30,48±1,01	0%	6,7%	36,7%	56,7%
2		33,92±4,42*	0%	20%	46,7%	33,3%

На первом этапе 90% студентов имеют высокие и средние оценки силовой выносливости и абсолютной силы, у 70% студентов высокий и средний уровень развития быстроты и ловкости. При этом у значительного числа студентов выявлено снижение двигательных качеств. У 46,6% изучаемых студентов ИТИП отмечены сниженные скоростно-силовые показатели, у 30% изученных студентов ИТИП отмечены сниженные показатели быстроты и ловкости, у 10% отмечается сниженные показатели силовой выносливости и абсолютной силы мышц плечевого пояса и рук, у 93,3% снижены показатели силовой выносливости мышц брюшного пресса.

При повторных исследованиях отмечается незначительная положительная динамика средних силовых показателей у студентов ИТИП в тесте «сгибание-разгибание рук в упоре лежа». Испытуемые выполнили в среднем 33,6±1,30 раз, а на втором этапе - 35,08±1,14 раз, хотя данные изменения не были статистически значимыми. Отмечена тенденция к росту координационных возможностей у исследуемых юношей.

Повторные исследования скоростно-силовых способностей студентов ИТИП с помощью двигательного теста «прыжок в длину с места» выявляют достоверную положительную динамику ( $P < 0,05$ ). На первом этапе исследования средние значения по данному двигательному тесту были равны 204±4,45 см, ко второму этапу - 220,04±3,26 см. Прирост данного показателя составил в среднем 16,1 см. Также кардинально изменилось процентное распределение студентов ИТИП по уровням оценок данного

норматива. Значительно (с 26,7% до 60%) вырос процент студентов, выполнивших данный тест на отлично. Это говорит о том, что скоростно-силовые показатели студентов за период исследования существенно возросли.

Средние показатели двигательного теста «подъем туловища за 1 минуту» также выросли от первого этапа исследования ко второму этапу исследования с  $30,48 \pm 1,01$  раз до  $33,92 \pm 4,42$  раз. Улучшилось и процентное распределение студентов по уровню оценки данного теста. На 23,4% снизилось количество студентов, не сдавших норматив, и возросло число студентов, выполнивших тест на «хорошо» и «удовлетворительно» (на 13,3% и 10%, соответственно) ( $P < 0,05$ ).

**Выводы.** Выявлена положительная динамика в показателях физического развития под влиянием систематических занятий физической культурой. Нормализация массы тела отмечена у 6,6% студентов, снижается процент дисгармонично развитых студентов с 30% до 20% и отмечается рост процента студентов, развитых гармонично с 43,3% до 50%.

Под влиянием систематических занятий физической культурой выявлена тенденция к улучшению показателей двигательных тестов «челночный бег» и «отжимания от пола» и достоверный рост показателей двигательных тестов – «прыжок в длину с места» и «подъем туловища за 1 минуту», характеризующих скоростно-силовые способности и силовую выносливость.

### Список литературы

1. Мартынова, Е. Ю. Физическое развитие и физическая подготовленность студентов вуза разных функциональных групп здоровья / Е. Ю. Мартынова, М. М Колокольцев // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 6. – URL: <https://science-education.ru/article/view?id=25728> (дата обращения: 12.12.2025).
2. Сухарева, Л. М. Состояние здоровья и физическая активность современных подростков / Л. М. Сухарева, И. К. Рапорт, Звездина И. В. // Гигиена и санитария. – 2022. – № 3. – С. 52-55.
3. Якубовская, А. Р. Коррекция психофизического состояния студентов средствами физической культуры на этапе профессионального обучения / А. Р. Якубовская, Т. В. Васильева // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2024. – № 2. – С. 60-69.
4. Куренцов, В. А. Организационно-методические подходы в физическом воспитании студенческой молодежи при подготовке к предстоящей профессиональной деятельности / В. А. Куренцов, И. Г Зюзько // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2024. – № 1 – С. 34-43.

## СОДЕРЖАНИЕ

### Раздел I

<b>ВОПРОСЫ ДВИГАТЕЛЬНОГО, ТЕЛЕСНОГО И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО, ОБЩЕГО, СПЕЦИАЛЬНОГО, ВЫСШЕГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....</b>	<b>3</b>
<b>СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ</b> Абрамович П.А., Брановицкая А.А. ....	3
<b>ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ И ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ДЕТЕЙ С ПЕРВИЧНОЙ ГИПЕРОКСАЛУРИЕЙ I ТИПА</b> Ботникова Е.А., Ласков Д.А. ....	7
<b>ПАТЕЛЛОФЕМОРАЛЬНЫЙ БОЛЕВОЙ СИНДРОМ И ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА: АНАЛИЗ ЗАРУБЕЖНЫХ ДАННЫХ</b> Гайдук М.В. ....	10
<b>ТЕПЛООБМЕН ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА С ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДОЙ В ДВИЖЕНИИ И СОСТОЯНИИ ПОКОЯ</b> Жарнова О.А., Жарнова В.В., Быковский Э.А. ....	13
<b>ТЕПЛООТДАЧА ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА ПРИ ГИПОТЕРМИИ И НОРМАЛЬНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ</b> Жарнова О.А., Крупская Т.К., Мезонова О.Я. ....	15
<b>ТЕРМОГРАФИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА РЕАКЦИИ КОЖИ НА АКТИВНУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ</b> Жарнова О.А., Крупская Т.К., Ануфрик С.С. ....	19
<b>ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК ИНЖЕНЕРНО-ЭКОНОМИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА</b> Козлова Т.В. ....	23
<b>ХАРАКТЕР И ПРИЧИНЫ СПОРТИВНЫХ ТРАВМ В ВОЛЕЙБОЛЕ</b> Лапко Ю.А., Лапко Е.Ю. ....	27
<b>СТРАТЕГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТАМИ ПЕРВЫХ КУРСОВ ОСНОВНОЙ И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ</b> Сахновская Н.Л., Стешиц Н.Н., Лось Е.Е. ....	31
<b>ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b> Снежицкий П.В., Григоревич В.В. ....	35

ТАЙЦЗИЦЮАНЬ И ЦИГУН КАК ИНСТРУМЕНТЫ ПОДДЕРЖАНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР Соколов Д.В., Дубаневич В.С., Пирогова Л.А. ....	42
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ДВИГАТЕЛЬНОГО МЫШЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ Старченко В.Н., Курако А.А. ....	48
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПОРТИВНОГО СТУДЕНЧЕСКОГО КЛУБА В УСЛОВИЯХ АГРАРНОГО ВУЗА Стрелецкая Ю. В. ....	51
ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ – ФУНДАМЕНТ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА Тапорчикова М.В. ....	56
 <b>Раздел II</b>	
<b>СОЦИАЛЬНЫЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ, ИСТОРИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ С РАЗЛИЧНЫМ СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ.....</b>	<b>60</b>
ИНТЕГРАЦИЯ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЗАНЯТИЯ ПРИКЛАДНОЙ АКРОБАТИКОЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ТВОРЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ Аксютич Е.В., Бутько А.В. ....	60
ХАРАКТЕРЫСТЫКА ТРАВМАТИЗМА У ВАЛЕЙБОЛЕ Грыгарэвіч В.У., Сняжыцкі П.У., Прыступа М.І. ....	62
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С УЧАЩИМИСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА Диярова А.А. ....	65
КОММУНИКАТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ – ЗАЛОГ РЕЗУЛЬТАТИВНОЙ РАБОТЫ В КОМАНДЕ Заика В.М. ....	71
БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ: КОМПЕТЕНЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЛАСТИ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ Кандрукевич О.В., Абрамович П.А., Зайцева О.В. ....	74
СПЕЦИФИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ Карпович Т.Я. ....	79

<b>ВЛИЯНИЕ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ НА СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНТА</b>	
Лавринович Л.А., Козлова Н.И., Белоус С.П. ....	83
<b>ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ И РЕЖИМА ДНЯ У ДЕТЕЙ С ОЖИРЕНИЕМ</b>	
Михеева Е.М., Иванушкина М.В., Шамсутдинова А.Р. ....	86
<b>РОЛЬ ЗДОРОВЬЯ ПОЗВОНОЧНИКА ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРИГОДНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	
Полякова Т.Д., Панкова М.Д. ....	90
<b>ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЕКТИРОВАНИЯ КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ЗАНЯТИЯХ ПЛАВАНИЕМ С ДЕТЬМИ С ПРИЗНАКАМИ ГИПЕРАКТИВНОСТИ</b>	
Раловец О.Т. ....	96
<b>ВЛИЯНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВЕНЬ СУБЪЕКТИВНОЙ ВИТАЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОК ГРОДНЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА</b>	
Этель М.А. ....	99
<b>Раздел III</b>	
<b>ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ</b> .....	<b>103</b>
<b>ТЕРРЕНКУР КАК ФОРМА ФИЗИЧЕСКОГО ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ</b>	
Буцько А.В. ....	103
<b>ПИЛАТЕС КАК ФОРМА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ</b>	
Васильева А.В. ....	106
<b>ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА</b>	
Козлова Н.И., Ткачук В.В. ....	109
<b>СОЦИАЛЬНЫЕ И ГЕНДЕРНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ВОВЛЕЧЕННОСТИ СТУДЕНТОВ В ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ</b>	
Козлова Н.И., Шевченя Д.М. ....	113
<b>ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПИЛАТЕСОМ</b>	
Молчан М.А. ....	118
<b>ВОЗМОЖНОСТИ КОРРЕКЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ</b>	
Самуйлов Д.Н., Макаренко О.П. ....	122

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ С ЛИНГВИСТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ К УЧЕБНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Слеменова Е.Л.....	124
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С МАЛОПОДВИЖНЫМ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ Сошко Н.И., Валюк А.С.....	128
УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ГРОДНЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА Хонякова Т.В., Хоняков А.Н. ....	131
ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ И УРОВЕНЬ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ Хонякова Т.В., Хоняков А.Н. ....	134
<b>Раздел IV</b>	
<b>АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА.....</b>	<b>137</b>
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО КОНТРОЛЯ В СТАНОВОЙ ТЯГЕ Абрамович П.А. ....	137
РЕСПУБЛИКАНСКИЕ УНИВЕРСИАДЫ – СМОТР ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ Григоревич В.В., Снежицкий П.В. ....	141
ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА – ОРГАНИЗАЦИОННО- МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ВИДА СПОРТА В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ Ильин И.А. ....	145
ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ФУТБОЛИСТОК ГРОДНЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА Кандаракова Н.А.....	149
ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СТУДЕНЧЕСКОМ СПОРТЕ Кравчук А. В. ....	152
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И РЕАЛИЗАЦИИ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ БЕЛОРУССКИХ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД ПО БАСКЕТБОЛУ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД Навойчик В.П., Навойчик А.И., Навойчик А.Я.....	156
ОСОБЕННОСТИ И МОТИВАЦИЯ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНЧЕСКИМ СПОРТОМ В БЕЛОРУССКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ МЕДИЦИНСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ Хонский А.Ю., Игнатенко М.В.....	160

КОМПЬЮТЕРНЫЙ СТРЕЛКОВЫЙ ТРЕНАЖЕР В СТРЕЛЬБЕ ПУЛЕВОЙ	Юрчик Н.А., Усов Б.М.....	163
ПРИЦЕЛИВАНИЕ В СТРЕЛЬБЕ ИЗ ВИНТОВКИ И ПИСТОЛЕТА	Юрчик Н.А., Третьяк Н.П. ....	168
ОБУЧЕНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ СТРЕЛЬБЫ ИЗ ПРОИЗВОЛЬНОГО ПИСТОЛЕТА	Юрчик Н.А., Чернецкий, Р.Е., Криницкий А.В. ....	174
<b>СТАТЬИ СТУДЕНТОВ, МАГИСТРАНТОВ, АСПИРАНТОВ.....</b>		<b>178</b>

#### **Раздел I**

<b>ВОПРОСЫ ДВИГАТЕЛЬНОГО, ТЕЛЕСНОГО И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО, ОБЩЕГО, СПЕЦИАЛЬНОГО, ВЫСШЕГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....</b>		<b>178</b>
--	--	------------

ПРОФИЛАКТИКА И ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СТУДЕНТОВ С ДИАГНОЗОМ СИНУСОВАЯ ТАХИКАРДИЯ	Авдей К.Ю., Тонкевич У.В. ....	178
--	--------------------------------	-----

ПРОФИЛАКТИКА ПОСЛЕДСТВИЙ МАЛОПОДВИЖНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДСТВАМИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЕКТИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ВУЗА	Александров Е.А., Запасник А.И.....	181
---	-------------------------------------	-----

МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ С БЕРЕМЕННЫМИ ЖЕНЩИНАМИ	Бакун Т.И.....	187
--	----------------	-----

ВЛИЯНИЕ КОРОТКИХ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ НА КОНЦЕНТРАЦИЮ И ПРОДУКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ	Беседина П.А. ....	191
--	--------------------	-----

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ШКОЛАХ ГЕРМАНИИ И РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ	Борис С.Д., Иванькова Д.С.....	194
--	--------------------------------	-----

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ	Гермацкая А. О. ....	199
--	----------------------	-----

ВНЕДРЕНИЕ ГАНДБОЛА В ШКОЛЬНУЮ ПРОГРАММУ	Горбаченко Ю.Ю.....	203
---	---------------------	-----

ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СПОРТСМЕНОВ	Дворина У.К., Костюкевич Д.С. ....	206
---	------------------------------------	-----

ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ ПИТАНИЯ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА	211
Демчик А.А. ....	211
ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ИГРЫ В БИЛЬЯРД НА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ, ОТНЕСЁННЫМИ В ГРУППУ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	214
Зябирова А.Н., Миллер А.А., Шоршина П.Э.....	214
ВЛИЯНИЕ АКТИВНОЙ ГРАЖДАНСКОЙ ПОЗИЦИИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ ЛИЧНОСТИ	220
Кирилов И.С. ....	220
ВЛИЯНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК НА ОБЩУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ ЧЕЛОВЕКА	222
Козич С.С.....	222
ВЛИЯНИЕ ОРТОПЕДИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СУСТАВОВ ЧЕЛОВЕКА НА ФУНКЦИЮ ВИСОЧНО-НИЖНЕЧЕЛЮСТНОГО СУСТАВА	224
Космодеев Е.А., Бруцкий-Стемповский Т.А. ....	224
ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМ СНИЖЕНИЯ ПОДВИЖНОСТИ СТУДЕНТОВ	227
Костюкевич Д.С., Дворина У.К.....	227
РЕЗУЛЬТАТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ИДИОПАТИЧЕСКОГО СКОЛИОЗА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ: СИСТЕМАТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ	232
Круглая Д.В. ....	232
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ АКАДЕМИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ	235
Лагун Е.С., Ткач К.Д. ....	235
ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ОСАНКИ И СВОДА СТОПЫ У СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	237
Лейс Г.С. ....	237
ВОПРОСЫ ДВИГАТЕЛЬНОГО, ТЕЛЕСНОГО И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО, ОБЩЕГО И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	240
Лескова А.В.....	240
ПРОФИЛАКТИКА И ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПРИ СКОЛИОЗЕ	243
Лунцевич А. И.....	243

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ МИФОВ О ПИТАНИИ И ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ Миклаш Д.А.....	247
ЦИФРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ И ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ: РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА Москалюк В.С.....	250
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ У СТУДЕНТОВ ИЖЕВСКОГО ТЕХНИКУМА ИНДУСТРИИ ПИТАНИЯ Перевощикова А.В. ....	254
ВЛИЯНИЕ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА НА УРОВЕНЬ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ И КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ Петрович К.Д. ....	258
КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПРИ СОЧЕТАННОЙ ПАТОЛОГИИ КОЛЕННОГО СУСТАВА: ЛАТЕРАЛЬНАЯ ГИПЕРПРЕССИЯ, ДИСПЛАЗИЯ И КИСТА БЕЙКЕРА Ремизова А.В. ....	262
КРЕАТИВНЫЕ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ПРАКТИКИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ: ХУДОЖЕСТВЕННО-МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ Рингевич Г.В., Потоцкий В.Ю. ....	266
ВЛИЯНИЕ МАЛОПОДВИЖНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ Рыбакова Д.С. ....	270
ПИТАНИЕ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК И АДАПТАЦИЯ К ТРЕНИРОВОЧНЫМ НАГРУЗКАМ У СТУДЕНТОВ Седова М.А. ....	274
ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА-СТРЕЛКА Скоросов В.В. ....	277
НЕТРАДИЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА Страдаева В.Ю.....	283
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА СОН Шевчик Д.А., Самойлова А.П.....	286

## Раздел II

### **СОЦИАЛЬНЫЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ, ИСТОРИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ С РАЗЛИЧНЫМ СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ..... 291**

АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК СТРАТЕГИЯ ПРОФИЛАКТИКИ МИГРЕНИ: ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА СНИЖЕНИЕ ЧАСТОТЫ И ИНТЕНСИВНОСТИ ПРИСТУПОВ Азатян А.А., Денищик В.В. ....	291
ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА Бакан Е.А., Климук А.С. ....	294
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ МИОПИИ Баркун В.В. ....	298
СПЕЦИФИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЕМ ОСАНКИ Гайчук Ю.П. ....	301
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ИППОТЕРАПИИ КАК МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО МЕТОДА РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ, ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ Екторова Е. А. ....	305
ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА Ильющин Ю.Д. ....	309
ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПРИ СКОЛИОЗЕ Карпович С.П. ....	312
ДВИЖЕНИЕ «SPECIAL OLIMPICS»: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ Кожевников Д.Д. ....	317
СПЕЦИФИКА СОСТАВЛЕНИЯ КОМПЛЕКСОВ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ S-ОБРАЗНЫХ СКОЛИОЗАХ Козорез С.И. ....	320
ВЛИЯНИЕ ФИТНЕС-ПРОГРАММ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЙОГИ И МЕДИТАЦИИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ Лемешевская В.А. ....	327

ПРОФИЛАКТИКА ПРИВЫЧНОГО ВЫВИХА НАДКОЛЕННИКА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Матюхина М.М. ....	330
МЕТОДЫ И СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ ПРОЛАПСЕ МИТРАЛЬНОГО КЛАПАНА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ (ВЗАИМОСВЯЗЬ С МИГРЕНЬЮ) Мисюченко Е.В., Шкляр Л.А. ....	336
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА Мшенецкая А.А., Веретенников Р.Д. ....	340
ЭТИОЛОГИЯ СИНДРОМА БРУГАДА, МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ И СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ СИНДРОМЕ БРУГАДА Ненадик Е.Е. ....	342
ВЛИЯНИЕ ДЕФОРМАЦИИ ПОЗВОНОЧНИКА НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОДРОСТКОВ Овсейчик С.А. ....	345
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ БАРЬЕРЫ И РЕСУРСЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ У СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ИНКЛЮЗИВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ Ракузова А.Н. ....	352
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ СРЕДИ СТУДЕНТОВ Синявский М.Д. ....	356
ЭТИОЛОГИЯ ЗРИТЕЛЬНОГО УТОМЛЕНИЯ И МИОПИИ ПРИ СКОЛИОЗАХ (ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА И ПРОФИЛАКТИКА) Шкляр Л.А., Мисюченко Е.В. ....	359
<b>Раздел III</b> <b>ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВА</b> <b>ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ .....</b>	<b>365</b>
RESEARCH OF THE IMPACT OF BADMINTON ON THE FUNCTIONS OF NERVOUS AND VISUAL SYSTEMS Furs P.V. ....	365
КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЕМ РЕФРАКЦИИ ЗРЕНИЯ Александрович В.Д., Загородникова П.Г. ....	369

ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ Белоконь С.С.....	372
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ КАК ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ Боровик Е.О., Суботковская В.Ю.....	376
ВЛИЯНИЕ ВЕЛОПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА УКРЕПЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ Буфетова К.С.....	379
СПЕЦИФИКА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПРИ МЕЖПОЗВОНКОВЫХ ГРЫЖАХ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНОГО СТОЛБА Володина А.А., Уколова К.В.....	383
ПРОФИЛАКТИКА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ Гейлаш А.О. ....	385
ВЛИЯНИЕ РЕГУЛЯРНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА АКАДЕМИЧЕСКУЮ УСПЕВАЕМОСТЬ СТУДЕНТОВ Дианов А.В., Крылова А.В. ....	388
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ОСНОВА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ Ковалевич А.А. ....	393
РОЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЯ И КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ СОВРЕМЕННОГО ОБУЧАЮЩЕГОСЯ Ковалевич С.В.....	396
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА Король Д.М., Березкина М.Р. ....	399
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ Кузьменок М.П. ....	402
АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ: ПУТИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ И ГАРМОНИИ Лапыш Д.Е.....	405
ЙОГА КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ Лещинская Д. С.....	408

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Лосякова М.О.....	411
ИССЛЕДОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ ПИЛАТЕСОМ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕВУШЕК 18-25 ЛЕТ Македон А.А.....	415
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ХОДЬБА В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ: ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И ЕЕ ПОЛЬЗЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ Маковой Е.В.....	418
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ Маленовская М.Ю.....	421
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИНТЕРВАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК ВЫСОКОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ В УЛУЧШЕНИИ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ Мальшкевич В.В.....	426
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПИЛАТЕСА В СНИЖЕНИИ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ У СТУДЕНТОВ Нестерович А.П. ....	431
ИНТЕГРАЦИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ Страчук А.А. ....	436
РОЛЬ ПИЛАТЕСА В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ Фадеева Е.С.....	440
ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА Филипчик Д.И.....	444
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ Хоха Е. В. ....	448
ТРИЕДИННЫЙ ЭФФЕКТ: ВЛИЯНИЕ СИСТЕМАТИЧЕСКОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА КАЧЕСТВО СНА, ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ Шевко М.С. ....	452
ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ Шевчук В.В. ....	456

**Раздел IV**

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА..... 460**

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА**

Ковалевская Э.С., Севко П.В..... 460

**ИНТЕГРАЦИЯ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК В СИСТЕМУ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ: АНАЛИЗ  
ОСВЕДОМЛЕННОСТИ И ГОТОВНОСТИ К ПРИМЕНЕНИЮ  
НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

Маковецкая К.А., Власова М.В..... 464

**ФИТНЕС-БРАСЛЕТЫ КАК ИННОВАЦИОННЫЙ ИНСТРУМЕНТ  
МОТИВАЦИИ И САМОКОНТРОЛЯ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ**

Придимирская А.-М.П. .... 468

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА  
С ПОЗИЦИИ БИОХИМИЧЕСКИХ МЕТОДОВ  
ОЦЕНКИ АДАПТАЦИИ**

Хотей А.А. .... 473

**ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ  
И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА  
СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ**

Шишло А.А. .... 475

Научное издание

КУЛЬТУРА ДВИЖЕНИЯ, ПИТАНИЯ, ТЕЛА  
И ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Сборник материалов  
II международной научно-методической конференции

19 марта 2026 года

Ответственный за выпуск М. Н. Курбат

Технический редактор М. Я. Милевская

Подписано в печать 18.03.2026.

Тираж 9 экз. Заказ 30.

Издатель и полиграфическое исполнение  
учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет».  
ЛП № 02330/445 от 18.12.2013. Ул. Горького, 80, 230009, Гродно.