

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

XI

**Международной
научно-практической конференции**

**«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ
СПОРТА, ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

17 апреля 2026 г.

г. Донецк

УДК 796/.799(062.552)
ББК Ч51я431+Ч480.054я431+Р11(2)297я431
С 568

Современные проблемы спорта, физического воспитания и адаптивной физической культуры: материалы XI международной научно-практической конференции (г. Донецк, 17 апреля, 2026 г.) / Под редакцией Л.А. Деминской; ИФКС. – Донецк, 2026. – 415 с.

В сборник материалов конференции вошли статьи, посвященные современным проблемам спорта высших достижений, массового и инвалидного спорта. Авторами проанализировано значение физической культуры в формировании здоровья современного человека и проблемы адаптивной физической культуры. Рассматриваются вопросы методологии и технологии профессиональной подготовки специалистов, а также проблемы непрерывного профессионального образования в области физической культуры и спорта.

Издаётся по решению Учёного Совета ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет». Протокол № 9 от 20 апреля 2026 г.

Рецензенты:

Чернышев Д.А. – д.пед.н., доцент; профессор кафедры педагогики
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет»

Прихода И.В. – д.пед.н., доцент; профессор кафедры психологии и конфликтологии
ФГБОУ ВО «Лугаский государственный университет имени В. Даля»

Главный редактор:

Деминская Л.А. – д.пед.н., доцент; заместитель директора института физической культуры и спорта; ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».

Редакционная коллегия:

Батищева М.Р. – к.пед.н., доцент; заведующий кафедрой теории и методики физической культуры института физической культуры и спорта;

ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».

Зенченков И.П. – к.пед.н., доцент; и.о. заведующего кафедрой адаптивной физической культуры института физической культуры и спорта;

ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».

Дубревский Ю.М. – к.пед.н., доцент; заведующий кафедрой циклических видов спорта института физической культуры и спорта;

ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».

Москалец Т.В. – к.б.н., доцент; заведующий кафедрой спортивных игр института физической культуры и спорта;

ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».

Сидорова В.В. – к.н. по физ.восп. и спорту, доцент; заведующий кафедрой гимнастики и спортивных единоборств института физической культуры и спорта;

ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».

Ответственность за содержание материалов, аутентичность цитат, правильность фактов и ссылок несут авторы.

УДК 796/.799(062.552)
ББК Ч51я431+Ч480.054я431+Р11(2)297я431

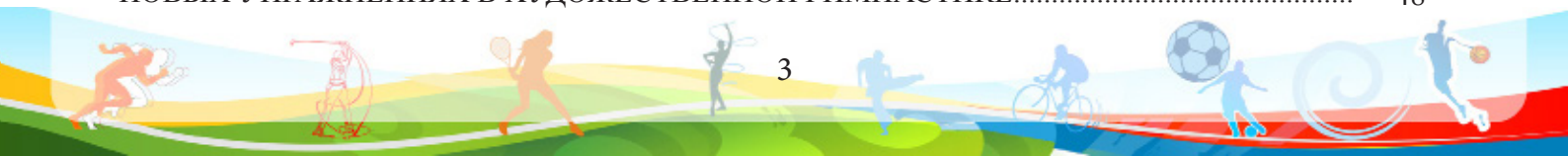
© Коллектив авторов, 2026
© ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет»



СОДЕРЖАНИЕ

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ, МАССОВОГО И ИНВАЛИДНОГО СПОРТА

Агапов Денис Юрьевич Коштовный Роман Иванович ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННАЯ ТРЕНИРОВКА В ФУТБОЛЕ.....	15
Акопов Владислав Эрнестович ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ - СТАЙЕРОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.....	18
Акопов Владислав Эрнестович Ланин Алексей Николаевич ИССЛЕДОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПЛОВЦОВ - БРАССИСТОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.....	21
Андрианов Андрей Владимирович ПОВЫШЕНИЕ ОБЩЕЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЮНЫХ БОКСЕРОВ С ПОМОЩЬЮ ИГРОВОГО МЕТОДА.....	24
Аржаных Элина Владимировна Батищева Марина Робертовна РАЗВИТИЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ И ТАНЦЕВАЛЬНОСТИ У ГИМНАСТОК - ХУДОЖНИЦ 10–12 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ХОРЕОГРАФИИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ.....	26
Бабешко Александр Петрович ПРИМЕНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МЕТОДИК ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ СТОЙКОЙ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	30
Батищева Марина Робертовна Маркин Александр Викторович ОБЗОР СУЩЕСТВУЮЩИХ В ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ ВОЛЕЙБОЛА СРЕДСТВ И МЕТОДОВ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ.....	33
Батищева Марина Робертовна Польшина Евгения Владимировна ОБЗОР МЕТОДИК СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТРЕХОЧКОВЫХ БРОСКОВ ИЗВЕСТНЫХ В СОВРЕМЕННОЙ ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ БАСКЕТБОЛА.....	36
Бевз Владислава Юрьевна Чебан Татьяна Николаевна ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТОК 10-12 ЛЕТ.....	39
Белявина Елена Александровна Клестова Оксана Александровна АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ ИГРОВОГО КАЛЕНДАРЯ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ФУТБОЛИСТОВ ВО ВТОРОЙ ЛИГЕ РОССИИ (НА ПРИМЕРЕ СЕЗОНА 2024-2025).....	42
Берилова Елена Игоревна ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ.....	45
Борисова Вера Валерьевна Кузнецов Никита Андреевич МОДУЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО РИТМА ВЫПОЛНЕНИЯ СОТРУДНИЧЕСТВА ТИПА СС БРОСКОМ МЯЧА НОГАМИ С ПОЛА В ПРЫЖКЕ СОГНУВ НОГИ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	48



Босенко Юлия Михайловна ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ.....	51
Бурцева Нина Андреевна Акопов Владислав Эрнестович ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА.....	53
Гасанова Айдан Ибрагим Халил Кызы Максимова Ирина Богдановна СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ.....	56
Гергега Анна Павловна Кручинина Марина Николаевна ХИМИЯ В СПОРТЕ.....	59
Гибадуллин Илдус Гиниятуллович Анисимова Александра Юрьевна Шубина Наталья Георгиевна ПОКАЗАТЕЛИ СИСТЕМЫ ЭНЕРГООБЕСПЕЧЕНИЯ У ДЕВОЧЕК 10-11 ЛЕТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПЛАВАНИЕМ.....	62
Гридина Наталья Алексеевна МАССОВЫЙ СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНАЯ СИСТЕМА И СФЕРА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ.....	65
Губарев Андрей Евгеньевич Жуков Александр Адольфович ВЛИЯНИЕ ПАРАМЕТРОВ СНА НА АДАПТАЦИЮ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА.....	68
Делалов Вадим Вадимович Москалец Татьяна Валентиновна ЭФФЕКТИВНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У МАЛЬЧИКОВ 12–13 ЛЕТ НА ЗАНЯТИЯХ БАСКЕТБОЛОМ.....	71
Доценко Юрий Алексеевич Губенко Иван Иванович МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У БАСКЕТБОЛИСТОВ 14–15 ЛЕТ.....	74
Егорова Екатерина Михайловна Непошлова Елизавета Михайловна ВОЗДЕЙСТВИЕ ПЛАВАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ДЫХАНИЯ НА ПОКАЗАТЕЛИ КИСТЕВОЙ ДИНАМОМЕТРИИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЯТИБОРОК.....	77
Ерашов Виталий Викторович ПОСТУРАЛЬНЫЙ БАЛАНС КИБЕРСПОРТСМЕНОВ: ФАКТОРЫ РИСКА НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ И СРЕДСТВА ИХ КОРРЕКЦИИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....	80
Иноземцева Ксения Евгеньевна Сокунова Светлана Феликсовна КОММЕРЦИАЛИЗАЦИЯ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ.....	83
Кальсина Виктория Владиславовна ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ.....	86
Катранжи София Антоновна Толстая Валентина Алексеевна ИЗУЧЕНИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНА В УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА.....	89

Клюева Мария Дмитриевна Сокунова Светлана Феликсовна РАЗВИТИЕ МАССОВОГО СПОРТА В МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ: АНАЛИЗ ТЕКУЩЕЙ СИ- ТУАЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ.....	92
Конопленко Владимир Геннадьевич Акопов Владислав Эрнестович МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	95
Кривец Ирина Григорьевна Панасюк Оксана Владимировна ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И СПОРТИВНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ ВУЗОВСКОГО УРОВНЯ.....	98
Кривонос Денис Андреевич КРОССФИТ: РЕВОЛЮЦИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	101
Лавицкая Валерия Алексеевна Селиверстова Наталья Викторовна СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ, МАССОВОГО И ИН- ВАЛИДНОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ.....	104
Максимова Ирина Богдановна Пинчук Наталья Ивановна АКТИВНЫЙ ДОСУГ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.....	107
Мовшович Алек Давыдович Андронов Кирилл Александрович ПОКАЗАТЕЛИ ПРИМЕНЕНИЯ РАЗНОВИДНОСТЕЙ АТАК В ПОЕДИНКАХ ЮНЫХ ФЕХ- ТОВАЛЬЩИКОВ НА ШПАГАХ.....	110
Пензиенко Николай Сергеевич ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯ- ТИЙ ПО ВОСТОЧНЫМ БОЕВЫМ ЕДИНОБОРСТВАМ.....	112
Польшина Евгения Владимировна Люгайло Светлана Станиславовна МЕТОДИЧЕСКИЙ ОПЫТ КОМПЛЕКСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ПРОГРАММЕ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ТРАВМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬ- НОГО АППАРАТА.....	115
Поляк Жанна Ивановна Ковтун Яна Ивановна ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ.....	118
Распопова Анна Сергеевна ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	121
Рушаков Ян Александрович Шубина Наталия Георгиевна ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТ- СМЕНА С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ТРЕНИРОВКИ.....	124
Сидорова Виктория Викторовна Попов Александр Артемович РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ГИМНАСТОВ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧ- НОМ ЭТАПЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ.....	127

Сковальчинская Светлана Владимировна АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ, МАССОВОГО СПОРТА И АДАПТИВНОГО СПОРТА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	131
Скубий Юлия Андреевна Рымар Людмила Алексеевна НЕЙРОФИТНЕС В СПОРТИВНОЙ ПРАКТИКЕ.....	134
Соколова Дарья Сергеевна Трухан Анна Александровна СОВРЕМЕННЫЙ ПРОБЛЕМЫ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ, МАССОВОГО И ИНВАЛИДНОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ.....	137
Соломенная Зоя Викторовна Пугачева Ирина Ивановна Соломенный Фёдор Фёдорович МОДЕЛИ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИМИ СИСТЕМАМИ НА УРОВНЕ «МАЛЫХ ГРУПП».....	140
Тимашова Наталья Евгеньевна Павлова Ирина Владимировна ЛЕГЕНДАРНЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ПОБЕДЫ РОССИЙСКИХ ГИМНАСТОК: АНАЛИЗ ДОСТИЖЕНИЙ И ВКЛАД В РАЗВИТИЕ СПОРТА.....	144
Украинский Сергей Викторович Струганов Сергей Михайлович Тарханов Александр Алексеевич ТЕХНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОК И ЭЛЕКТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ СПОРТСМЕНОВ ПО БОКСУ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	147
Умнов Владимир Павлович ВЫБОР ДИСТАНЦИИ ВЕДЕНИЯ БОЯ БОКСЕРАМИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ПСИХИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.....	150
Умнов Владимир Павлович ИЗУЧЕНИЕ КОРРЕЛЯЦИОННОЙ СВЯЗИ МЕЖДУ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ И ИХ УСПЕВАЕМОСТЬЮ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».....	153
Чернова Наталия Вячеславовна Моисеев Александр Борисович ОЦЕНКА ДЕЙСТВИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ВСАДНИКОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ МАРШРУТА ТРУДНОГО КЛАССА.....	156
Чулкова Елизавета Игоревна Юрьева Юлия Владимировна ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВИЗАЦИИ (СИДЯЧЕГО ОБРАЗА ЖИЗНИ) НА ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА: ПОИСК РЕШЕНИЙ.....	159
Шестаков Олег Николаевич Московой Виктор Иванович ИНВАЛИДНЫЙ СПОРТ КАК ФЕНОМЕН СОВРЕМЕННОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ.....	162
Шиков Илья Николаевич Михалина Галина Михайловна АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ТРУДНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ВЕДУЩИХ ПАР РОССИИ В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ В ДИСЦИПЛИНЕ А-КЛАСС МИКСТ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ.....	165



**РОЛЬ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

Агишева Екатерина Владимировна Агишева Карина Рустамовна ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ.....	170
Акопов Владислав Эрнестович Акопова Марина Александровна ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АШТАНГА-ЙОГОЙ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЖЕНЩИН.....	173
Акопов Эрнест Арсенович ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	176
Андреева Виктория Валентиновна Ляпин Валентин Петрович ДВИГАТЕЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ СЕКЦИИ БАСКЕТБОЛА I КУРСА ОБУЧЕНИЯ.....	179
Базуев Юрий Андреевич Лубышева Людмила Ивановна ВЛИЯНИЕ НАЦИОНАЛЬНОГО МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ НА ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ВУЗЕ	182
Барабанова Виктория Сергеевна Серженко Елена Валерьевна РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В БОРЬБЕ СО СТРЕССОМ.....	185
Батова Елена Анатольевна Маков Игорь Владимирович ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СРЕДСТВО ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ МЕДИКОВ.....	187
Башатова Дарья Алексеевна Серженко Елена Валерьевна ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ	190
Белоброва Татьяна Геннадиевна Короткова Наталия Вячеславовна ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ.....	193
Бертман Анастасия Александровна Малютина Наталия Леонидовна ФОРМИРОВАНИЕ СТОЙКОГО ИНТЕРЕСА К ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД.....	196
Бесштанова Варвара Тимофеевна ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ЖИЗНЬ, ЗДОРОВЬЕ И ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ У ПОДРОСТКОВ.....	199
Венжега Руслан Александрович РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА КАК ГАРАНТ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ.....	201
Грамушняк Анастасия Викторовна Кравченко Татьяна Владимировна ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ: ИНТЕГРАЦИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ И РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ ПРОГРАММ.....	204

Гревцова Екатерина Ивановна Осиченко Елена Демьяновна ВЛИЯНИЕ ПРОПАГАНДЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ НА ВОВЛЕЧЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ ФГБОУ ВО «ДОНЕЦКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИ- ЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА» МИНЗДРАВА РОССИИ В ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ.....	207
Губарев Андрей Евгеньевич Жуков Александр Адольфович ТРАНСФОРМАЦИЯ СОЦИАЛЬНОГО ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЭПОХУ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ: ОТ ГТО ДО ФИТНЕС-МОБИЛЬНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ.....	210
Гуштурова Ирина Вадимовна Шумихина Ирина Ивановна ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗЛИЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМОВ.....	213
Давлитханова Рената Растемовна Турчина Людмила Александровна ВЛИЯНИЕ РЕГУЛЯРНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА УМСТВЕННУЮ РА- БОТОСПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОВ.....	217
Иваровская Ярослава Владимировна Ковальчук Полина Степановна СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ В СОВРЕМЕННОМ ГОРОДЕ: ВЫЗОВЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ.....	220
Ильюшенко Анна Алексеевна Стринкевич Наталья Михайловна РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МО- ЛОДЁЖИ НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИ- ЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА.....	223
Калинец Павел Петрович Козулько Александр Николаевич ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ИСТОЧНИК СОЦИАЛИЗАЦИИ И АДАПТАЦИИ СОВРЕ- МЕННОЙ МОЛОДЕЖИ.....	226
Кальнина Евгения Алексеевна Шавырина Светлана Васильевна МЕСТО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ: ЦИФРОВЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ И МЕТОДИКИ САМОДИСЦИПЛИНЫ.....	228
Капленко Роман Русланович Жеванова Марина Васильевна ТРАНСФОРМАЦИЯ РОЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ И СОЦИАЛЬНОЙ НЕСТАБИЛЬНОСТИ.....	231
Каховская Алина Вячеславовна Швайликова Наталья Владимировна РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ.....	234
Кириленко Виктория Максимовна Осиченко Елена Демьяновна РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ПРИ ПОВЫШЕННОМ УРОВНЕ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРЕССА СРЕДИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА.....	237
Козлова Есения Сергеевна, Эверс Татьяна Федоровна ЗНАЧЕНИЕ ПЛАВАНИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА.....	240
Крайнюк Ольга Поликарповна ПРОБЛЕМЫ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК «ГТО» В ПРОЦЕСС ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ.....	243

Кузина Инна Ивановна Кравченко Татьяна Владимировна ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СОВРЕМЕННОМ СОЦИУМЕ.....	246
Лещинская Юлия Витальевна Захарченко Ольга Александровна ВЛИЯНИЕ УТРЕННЕЙ ЗАРЯДКИ НА ПРОДУКТИВНОСТЬ УЧЕБНОЙ И ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	248
Малютина Наталия Леонидовна ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ.....	251
Мартынова Виктория Александровна Горан Елизавета Олеговна МЕТОДИКА ВОВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ В ЗАНЯТИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ.....	253
Марухина Софья Денисовна Головинова Ирина Юрьевна ЦИФРОВИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ: ФИТНЕС-ПРИЛОЖЕНИЯ, ОНЛАЙН-ТРЕНИРОВКИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ОБЩЕСТВО.....	256
Мороз Анастасия Дмитриевна Карась Яна Витальевна Игнатенко Марина Викторовна ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ «MIND-BODY» (ЙОГА, ПИЛАТЕС) НА УРОВЕНЬ ТРЕ- ВОЖНОСТИ И КАЧЕСТВА СНА У СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА.....	258
Мостовая Татьяна Николаевна Дёмочкина Татьяна Николаевна Ильина Светлана Александровна РАЗВИТИЕ ПАТРИОТИЗМА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ.....	261
Непомнящий Станислав Васильевич Маркин Владимир Владиславович ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ КАК СРЕДСТВО ЭФФЕКТИВНОЙ ПОДГО- ТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОВД К ВЫПОЛНЕНИЮ СЛУЖЕБНО-БОЕВЫХ ЗАДАЧ.....	264
Попова Марина Викторовна ПЛАВАНИЕ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА.....	268
Пугачева Ирина Ивановна Соломенная Зоя Викторовна Юрьева Юлия Владимировна КОРПОРАТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ПРОИЗВОДИ- ТЕЛЬНОСТИ ТРУДА И УКРЕПЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА.....	271
Ротерс Татьяна Тихоновна Мещеряков Александр Ильич ПРИКЛАДНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЕЕ РОЛЬ В ШКОЛЬНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ.....	274
Селиверстов Егор Дмитриевич Селиверстова Наталья Викторовна ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ЧАСТЬ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА.....	276
Селиверстов Егор Дмитриевич Швайликова Наталья Владимировна РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ.....	278

Тамаш Олеся Николаевна Эверс Татьяна Федоровна РОЛЬ ДЗЮДО В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.....	280
Трухан Анна Александровна Хмельницкая Мария Павловна ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВИЗАЦИИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ.....	282
Турчина Людмила Александровна Бышенко Александр Витальевич Бургоякова Екатерина Васильевна ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЕЁ ВКЛАД В УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА.....	284
Фролова Ольга Александровна ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....	287
Хижняк Владислав Витальевич ФОРМИРОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ У СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ ЧЕРЕЗ ИНТЕГРАЦИЮ ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВ В УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС.....	290
Чэнь Цзявэй Кабачкова Анастасия Владимировна МНОГОМЕРНЫЕ СИСТЕМЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ВМЕШАТЕЛЬСТВ У ЛИЦ С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ: МЕЖДУНАРОДНЫЙ СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ.....	293
Шейкова Марина Ивановна Петрова-Ахундова Юлия Леонидовна ИНТЕГРАТИВНО-ЦИФРОВАЯ ЭКОСИСТЕМА ОПЕРЕЖАЮЩЕЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: МЕТОДОЛОГИЯ, ТЕХНОЛОГИИ, МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ.....	296

**АКТУАЛЬНЫЕ МЕТОДЫ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Борисенкова Екатерина Сергеевна Кириллова Яна Владимировна ВЛИЯНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ НА КОГНИТИВНЫЕ ФУНКЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ.....	300
Ван Чи Капилевич Леонид Владимирович БИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ДЕЙСТВИЯ ТРЕНИРОВОК С ОГРАНИЧЕНИЕМ КРОВотоКА ПРИ САРКОПИИ У ПОЖИЛЫХ.....	303
Дунец Наталья Владимировна Ягджян Михаил Сергеевич СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ КЛАССИЧЕСКОЙ ЛФК И АКВАФИТНЕСА В КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ У ДЕТЕЙ С ДИСПЛАЗИЯМИ СОЕДИНИТЕЛЬНОЙ ТКАНИ.....	306
Ермолаева Татьяна Николаевна Лицоева Наталья Владимировна Николайчук Ирина Юрьевна АНАЛИЗ ПРИОРИТЕТНЫХ ФОРМ ИНКЛЮЗИВНОЙ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	309

Зеленченко Диана Руслановна

Люгайло Светлана Станиславовна

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВКЛЮЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ПРОЦЕСС ПРОФИЛАКТИКИ ОСТЕОХОНДРОЗА ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНОГО СТОЛБА У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА..... 312

Колупаева Ирина Леонидовна

Калих Ирина Сергеевна

ИНТЕРАКТИВНЫЙ ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ КОМПЛЕКС КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА..... 316

Коваль Татьяна Валентиновна

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ НА МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОМ ТРЕНАЖЕРЕ «CADILLAC» НА СОСТОЯНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА, МЫШЦ КОРА И ВЕРХНЕГО ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА..... 319

Кузнецова Валерия Викторовна

Турчина Людмила Александровна

МЕТОДЫ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ В АФК ДЛЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА..... 322

Кулемзина Татьяна Владимировна

Криволап Наталья Викторовна

КОМПЕТЕНЦИИ СПЕЦИАЛИСТА ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ – В МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ..... 324

Легова Екатерина Сергеевна

Легов Роман Юрьевич

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ..... 327

Нестеренко Владислава Романовна

Люгайло Светлана Станиславовна

ОСОБЕННОСТИ ОТКЛОНЕНИЙ В СОСТОЯНИИ СОМАТИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН, РАБОТАЮЩИХ В НЕПРОИЗВОДСТВЕННОЙ СФЕРЕ: ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ..... 330

Никитюк Юлия Николаевна

Люгайло Светлана Станиславовна

ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ..... 333

Рыбальченко Руслан Андреевич

Люгайло Светлана Станиславовна

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СО СТАРШЕКЛАССНИКАМИ ПРИ ХРОНИЧЕСКОМ БРОНХИТЕ..... 336

Скуратов Иван Владимирович

Палашенко Мария Юрьевна

РОЛЬ ВИТАМИНОВ И БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК В ОПТИМИЗАЦИИ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОГО ОБМЕНА И ПОВЫШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ 340

Сотникова Виктория Александровна

Люгайло Светлана Станиславовна

ОСОБЕННОСТИ ТРАВМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПАУЭРЛИФТИНГОМ: ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ..... 343

Строгая Арина Дмитриевна

Головинова Ирина Юрьевна

РОЛЬ ЭКЗОСКЕЛЕТОВ В ВОССТАНОВЛЕНИИ АКТИВНОСТИ ПАЦИЕНТОВ С ТРАВМАМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА..... 347

Федченко Виктория Игоревна

Пугачева Ирина Ивановна

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА..... 350

Чихабах Татьяна Александровна

Люгайло Светлана Станиславовна

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВКЛЮЧЕНИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИХ ИГР В ПРОГРАММУ КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ..... 353

Шейкова Марина Ивановна

Петрова-Ахундова Юлия Леонидовна

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ..... 356

Ши Юй

Капилевич Леонид Владимирович

ВНУТРЕННЯЯ СТРУКТУРА КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ С ЛЕГКОЙ ДИСФУНКЦИЕЙ ПОСЛЕ ТРЕНИРОВОК НА РАЗВИТИЕ МЫШЦ КОРА — ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ НА ОСНОВЕ ШКАЛЫ SF-36..... 359

МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Аргунова Лидия Леонидовна

Настенко Лина Александровна

КОМПЕТЕНТНОСТНАЯ СТРАТЕГИЯ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УЧИЛИЩАХ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА..... 363

Балашова Ирина Александровна

ФОРМИРОВАНИЕ ИНОЯЗЫЧНОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ СПОРТСМЕНОВ-УЧАЩИХСЯ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ..... 366

Бороденко Дмитрий Геннадьевич

АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АБИТУРИЕНТОВ, ПОСТУПАЮЩИХ В ВУЗ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ..... 370

Гаврилин Виталий Алексеевич

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ: СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ..... 373

Деминская Лариса Алексеевна

ФОРМИРОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ..... 377

Дмитриева Олеся Андреевна

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОСНОВАНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... 380

Доценко Юрий Алексеевич

Доценко Анна Романовна

СОВРЕМЕННЫЕ ВЗГЛЯДЫ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА..... 383

Драгнев Юрий Владимирович МУНИЦИПАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ АРМРЕСТЛИНГА В ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ.....	385
Дьяченко Виктория Викторовна СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРЕПОДАВАНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» В КОНТЕКСТЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	387
Калашников Юрий Михайлович Мартынова Виктория Александровна Ясюк Алеся Анатольевна ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИКИ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКИ НИЗКОГО СТАРТА У ДЕВОЧЕК 9-10 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ.....	390
Лютов Андрей Витальевич Дьяченко Виктория Викторовна РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ПЛОВЦОВ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУПП С ПРИМЕНЕНИЕМ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ.....	393
Мартынова Виктория Александровна Васильева Мария Юрьевна Корнев Олег Анатольевич ЗНАЧИМОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НА ОСНОВЕ АНКЕТНОГО ОПРОСА.....	395
Мархакшинова Виктория Николаевна ВАРИАТИВНОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ БУМЕРАНГА ЛЕНТОЙ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММАХ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.....	398
Олейник Ольга Сергеевна Белых Сергей Иванович ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ.....	401
Файзулаева Зарина Алишеровна Турчина Людмила Александровна ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ.....	404

НЕПРЕРЫВНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Жердева Юлия Александровна ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ПОДГОТОВКЕ МЕНЕДЖЕРОВ ДЛЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ОПЫТ ДОНЕЦКОГО УЧИЛИЩА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ИМЕНИ СЕРГЕЯ БУБКИ.....	408
Наumenко Анна Васильевна Турчина Людмила Александровна НАСТАВНИЧЕСТВО КАК РЕСУРС ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА ТРЕНЕРА.....	411
Церковная Анастасия Сергеевна Жердева Юлия Александровна ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА.....	413

Гуштурова Ирина Вадимовна

кандидат биологических наук, доцент

*Доцент кафедры теории и методики физической культуры,
гимнастики и безопасности жизнедеятельности*

Шумихина Ирина Ивановна

кандидат биологических наук, доцент

*Доцент кафедры теории и методики физической культуры,
гимнастики и безопасности жизнедеятельности*

ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет»

г. Ижевск, Российская Федерация

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗЛИЧНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕЖИМОВ

Аннотация. В статье изучено физическое здоровье дошкольников 6-7 лет, находящихся на различных двигательных режимах. Показано, что расширенный двигательный режим с включением гимнастики на фитболах и занятий корригирующей гимнастикой в сухом бассейне, в большей степени способствует укреплению физического здоровья детей и росту адаптационных резервов их организма.

Ключевые слова: дошкольники, физическое воспитание, физическое здоровье, функциональные возможности.

Annotation. The article studies the physical health of 6-7-year-old preschoolers who are on different motor regimes. It is shown that an extended motor regime, which includes gymnastics on fitballs and corrective gymnastics in a dry pool, is more effective in strengthening the physical health of children and increasing their adaptive reserves.

Keywords: preschoolers, physical education, physical health, functional capabilities

Актуальность. Двигательная активность является одним из самых мощных факторов, воздействующих на здоровье человека [1,2,4]. Наметившаяся в последние десятилетия тенденция к ухудшению здоровья детей, в том числе детей дошкольного возраста, настоятельно требует поиска и разработки новых методик физического воспитания дошкольников и вооружения ими специалистов. Исследования в этом направлении идут, но, зачастую, в разработке и внедрении в физкультурно-оздоровительный процесс различных двигательных режимов как показатель эффективности режима рассматривается двигательная подготовленность детей, без учета функционального состояния организма ребенка [1,3].

Цель нашего исследования: изучить влияние различных двигательных режимов на уровень физического здоровья детей от 6 до 7 лет.

Исследование физического здоровья дошкольников с помощью экспресс-оценки физического здоровья по С.В. Хрущеву проводились на базе детского сада №71 и № 68. Рассчитывались индексы физического здоровья с последующей формализованной оценкой в баллах. В контрольной группе (КГ) - д/с № 68 – физическое воспитание детей проводилась по программе В.Н. Андреевой и Д.В. Хухлаевой, три занятия в неделю. Экспериментальная группа (ЭГ) - д/с № 71 – работает по программе «Воспитание здорового ребенка» М. Д. Маханевой. Мы расширили двигательный режим детей до 5 занятий в неделю за счет гимнастики на фитболах и занятий корригирующей гимнастикой в сухом бассейне. В исследованиях принимали участие 40 детей от 6 до 7 лет (из них 20 мальчиков и 20 девочек).

Для определения влияния различных двигательных режимов на физическое здоровье у детей 6-7 лет нами был проведен сравнительный анализ уровня и динамики показателей физического здоровья детей КГ и ЭГ на начальном (1) и завершающем (2) этапе исследования (таблица 1).

Средние результаты индекса Кетле свидетельствуют о том, что на первом этапе исследования уровень физического развития у детей в обеих группах – средний. Необходимо отметить, что на втором этапе исследования показатель упитанности, гармоничность соотношения массо-ростовых характеристик выше у детей ЭГ, по сравнению с детьми КГ.



СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XI Международной научно-практической конференции

Таблица 1 - Уровень и динамика показателей физического здоровья у детей 6-7 лет контрольной и экспериментальной группы (в баллах)

Показатели	Этап	Пол	КГ	ЭГ
Индекс Кетле, балл	1	М	4,3±0,37	3,8±0,44
	2		3,9±0,38	4,3±0,47*
	%		-9,3	13,2
	1	Д	2,5±0,56	3,8±0,44
	2		2,8±0,59	3,5±0,43
	%		12	-7,9
Индекс Робинсона, балл	1	М	3,8±0,2	2±0,42
	2		4,0±0	1,8±0,47
	%		5,3	-10
	1	Д	3,2±0,33	1,8±0,13
	2		3,8±0,2*	2,6±0,4*
	%		18,8	44,4
Индекс Скибинского, балл	1	М	4,8±0,13	4,3±0,3
	2		5,0±0	4,9±0,1*
	%		4,2	14
	1	Д	4,6±0,27	4,1±0,28
	2		4,8±0,2	4,6±0,22
	%		4,3	12,2
Индекс Шаповаловой, балл	1	М	1,8±0,29	1,2±0,13
	2		2,9±0,37*	2,6±0,4*
	%		61	116,7
	1	Д	3,4±0,31	2,0±0
	2		4,1±0,27*	3,2±0,2*
	%		20,6	60
Индекс Руфье, балл	1	М	2,3±0,47	3,1±0,35
	2		2,6±0,16	4,0±0,42*
	%		13	29
	1	Д	2,4±0,16	2,4±0,13
	2		2,7±0,15	2,8±0,39*
	%		12,5	16,7
Сумма баллов	1	М	17±0,75	14,4±0,69
	2		18,4±0,6	17,6±0,79*
	%		8,2	22,2
	1	Д	16,1±0,7	14,1±0,60
	2		18,2±0,6	16,7±0,47*
	%		13	18,4

* - достоверный прирост от первого ко второму этапу при $p < 0,05$

Исходный уровень регуляции сердечно-сосудистой системы детей, по результатам индекса Робинсона, был выше у детей КГ, как у мальчиков, так и у девочек и оценивался как высокий и средний, соответственно.



Тогда как в ЭГ у мальчиков средний уровень, а у девочек низкий. За период исследования наблюдалась положительная динамика данного показателя в обеих группах, причем у девочек КГ и ЭГ прирост показателя достигал статистически значимой величины ($P < 0,05$), особенно выраженный прирост индекса Робинсона был у девочек ЭГ (+44%) и на втором этапе уровень регуляции работы сердечно-сосудистой системы у девочек этой группы поднялся с низкого до среднего.

По данным индекса Скибинского, функциональные возможности кардио-респираторной системы мальчиков КГ можно охарактеризовать как высокие, у девочек – выше среднего. В то время как в ЭГ, как у мальчиков, так и у девочек лишь выше среднего. За период исследования функциональные возможности дыхательной системы у детей возросли в обеих группах, приближаясь к высокому уровню, однако темпы прироста данного показателя у детей ЭГ были втрое выше, по сравнению с детьми КГ (прирост 12,2% и 4,3%, соответственно). Что говорит о большей эффективности расширенного двигательного режима в функциональном совершенствовании респираторной системы.

Согласно формализованной оценке в баллах индекса Шаповаловой, функциональные возможности мышечной системы и развитие двигательных качеств были недостаточными у детей обеих групп и на начальном этапе исследования оценивались как низкие и ниже среднего. Ко второму этапу исследования идет достоверный прирост средних показателей индекса Шаповаловой, как в КГ, так и в ЭГ ($P < 0,05$). И на этом этапе исследования уровень развития двигательных качеств и функциональных возможностей кардио-респираторной системы у детей можно оценить уже как средний и выше среднего. Экспериментальная программа в большей степени способствует развитию двигательных качеств детей, но что указывает значительно больший процентный прирост данного показателя у детей ЭГ (116,7% у мальчиков и 60% у девочек), по сравнению с детьми КГ (61% у мальчиков и 20,6% у девочек).

Аналогичная динамика выявлена и в средних результатах индекса Руфье. На начальном этапе уровень адапционных резервов кардио-респираторно системы у детей КГ и ЭГ можно оценить, как средний. Положительная динамика показателя выявлена у детей обеих групп, но статистически значимых величин прирост индекса Руфье достигал лишь у детей ЭГ ($P < 0,05$). Процентный прирост индекса Руфье был более высоким у мальчиков и девочек ЭГ (29% и 16,7%, соответственно), по сравнению с детьми КГ (13% и 12,5%, соответственно). Что еще раз указывает на эффективность предложенной методики, в том числе и для повышения адапционных резервов детей 6-7 лет.

Не смотря на тенденцию к повышению суммы баллов у мальчиков и девочек КГ, за период исследования уровень физического здоровья детей не изменился – выше среднего. В то время как у детей ЭГ наблюдается достоверный рост суммы баллов ($P < 0,05$) и повышение уровня физического здоровья детей со среднего до выше среднего.

Заключение. Расширенный двигательный режим с включением гимнастики на фитболах и занятий корригирующей гимнастикой в сухом бассейне, в наибольшей степени, по сравнению с обычным, способствует укреплению физического здоровья детей и росту функциональных возможностей и адапционных резервов их организма.

Список литературы

1. Борисова, М. М. Современные технологии укрепления здоровья и физического развития дошкольников / М. М. Борисова // О некоторых вопросах и проблемах психологии и педагогики : сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции, Красноярск, 06 ноября 2014 г. – Красноярск : Инновационный центр развития образования и науки, 2014. – С. 53-56.
2. Гуштурова, И. В. Обеспечение эмоционального благополучия и двигательной активности на занятиях физической культурой с дошкольниками 4-5 лет / И. В. Гуштурова, И. И. Шумихина, С. В. Савинова // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования : материалы IV Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, Волгоград, 26 – 27 апреля 2022 г. – Волгоград : ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», 2022. – Т. 1. – С. 23-33.

3. Королева, А. А. Влияние фитбол-гимнастики на уровень физической подготовленности детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] / А. А. Королева, И. В. Гуштурова, И. И. Шумихина // Физическая культура, спорт и туризм в высшем образовании : сборник материалов XXXV Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых, профессорско-преподавательского состава, Ростов-на-Дону, 23 апреля 2024 г. – Ростов-на-Дону : Издательско-полиграфический комплекс Ростовского государственного экономического университета. – С. 201-204.

4. Тулупова, К. Е. Физическое воспитание дошкольников как основа здоровья современного общества / К. Е. Тулупова, Е. С. Прыткова // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса : сборник материалов VI Международной научно-практической конференции, посвященной 50-летию факультета физической культуры, Шуя, 26 апреля 2024 г. – Шуя : Изд-во Шуйского филиала Ивановского государственного университета, 2024. – С. 44-48.

© Гуштурова И.В., Шумихина И.И., 2026

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

**«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ
СПОРТА, ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

Материалы

XI

**Международной
научно-практической конференции**

17 апреля 2026 г.

г. Донецк

**Под редакцией
д.пед.н., доцента Л.А. Деминской**

Адрес оргкомитета конференции:

**ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет».
Институт физической культуры и спорта**

**ул. Байдукова 80.
г. Донецк, 283048. Донецкая Народная Республика
Российская Федерация**

e-mail: ifks-nayka@yandex.ru