

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ, УКРЕПЛЕНИЯ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Быкова М. В. О ПРОБЛЕМЕ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНЫХ ВИДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РФ	3
Глазырина Л. Д., Черепович Т. А. ЛИЧНЫЙ ОРТОБИОЗ КАК ОСНОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КОЛЛЕДЖЕЙ	6
Гуштурова И. В., Шумихина И. И., Казанцева В. А. ВЛИЯНИЕ «ФУНКЦИОНАЛЬНОГО» ТРЕНИНГА, ОТЯГОЩЕННОГО ВЕСОМ СОБСТВЕННОГО ТЕЛА, НА СОСТАВ ТЕЛА ЖЕНЩИН 30–35 ЛЕТ	9
Козлова Т. В. ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ПЛАНКА» СТУДЕНТАМИ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА.	13
Кучерова А. В. КЛЮЧЕВЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОЗДАНИЯ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА.	17
Савина И. В. ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ	22
Старовойтова Т. Е., Савицкая О. В. О СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ МГУ ИМЕНИ А. А. КУЛЕШОВА ПО РЕЗУЛЬТАТАМ МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА.	26
Хомук Н. В. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ.	29

СЕКЦИЯ 2

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Антипенко А. А., Борисов О. Л. ОСОБЕННОСТИ РЕГИОНАРНОГО КРОВОТОКА У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛОВЫХ ВИДОВ СПОРТА	33
Борисов О. Л., Антипенко А. А. ТЕМП ВОЗРАСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ У СПОРТСМЕНОВ С РАЗЛИЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	37
Воробей Е. В. СИСТЕМНЫЙ АНАЛИЗ РОЛИ ЭРИТРОЦИТОВ ВО ВЛИЯНИИ МЕТАЛЛОДЕКСТРАНОВ НА БИОФИЗИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА КРОВИ В ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОМ ИССЛЕДОВАНИИ IN VITRO	40
Выговская А. И. ПРОБЛЕМА ДОПИНГА В ЭПОХУ ГЛОБАЛИЗАЦИИ	44
Грицев Д. Л., Царун В. В. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА	47
Гусева В. В., Обелевский А. А. НУТРИЦИОЛОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ НАБОРА МЫШЕЧНОЙ МАССЫ	51

Кандрукевич О. В., Брановицкая А. А., Зайцева О. В. ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ТВОРЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	55
Кондратенкова Е. А., Адамов П. С., Соколовская Л. Н., Чернов Н. Ю. ДИНАМИКА СЕНСОМОТОРИКИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ТЕЧЕНИЕ ЧЕТЫРЕХ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ СЕССИЙ.....	60
Чечетин Д. А. МЫШЕЧНО-СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА В КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ КОСТНО-МЫШЕЧНОГО ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЗВОНОЧНОГО СТОЛБА У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	63

СЕКЦИЯ 3 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Агеева А. А. ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНОЛОГИИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ НА ОСНОВЕ УЛУЧШЕНИЯ СЕНСОМОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ.....	67
Баранов Л. Г., Врублевский В. В. ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ УШУ САНЬДА ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД.....	72
Дедулевич М. Н. ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И СЕМЬИ.....	76
Костенич В. А. ЭСТЕТИЧЕСКОЕ В СПОРТЕ: КАТАРСИС МАСТЕРСТВА... 79	79
Лукашкова И. Л., Загорская И. Л. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОБОГАЩЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА ДОШКОЛЬНИКОВ.....	84
Полякова Т. Д. ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПАТРИОТИЗМА.....	88
Фатин С. Б. КОНФОРМНОСТЬ И ПРОАКТИВНАЯ АГРЕССИВНОСТЬ, КАК ПРИЧИНЫ РАЗРУШЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В МОЛОДЕЖНОМ КОЛЛЕКТИВЕ.....	92

СЕКЦИЯ 4

БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ И СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Воронович Ю. В., Покатилов А. Е., Шкуратов С. В., Киркор М. А., Кулешов А. Л. ИССЛЕДОВАНИЕ РЫВКА ШТАНГИ В ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКЕ КАК ПРОСТРАНСТВЕННОГО ДВИЖЕНИЯ.....	97
Воронович Ю. В., Покатилов А. Е., Шкуратов С. В., Киркор М. А., Лисейчикова Ю. В. ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВЕННОГО ДВИЖЕНИЯ В БИОМЕХАНИКЕ СПОРТА.....	100

Загrevский В. И., Загrevский О. И., Лавшук Д. А., Галайчук Т. В. НЕЙРОННАЯ СЕТЬ АППРОКСИМАЦИИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫХ ДАННЫХ В БИОМЕХАНИКЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ	104
Лавшук Д. А., Нвабуиси Д. АРХИТЕКТУРА И ФУНКЦИОНАЛ КОМПЬЮТЕРНОЙ ПРОГРАММЫ СИНТЕЗА ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ВЫЧИСЛИТЕЛЬНОМ ЭКСПЕРИМЕНТЕ.....	108
Овчинко А. Ю., Костюкович Т. П. БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ЧЕРТЫ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА.....	112
Шацев А. Г. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ РЕГИСТРАЦИИ ПРОСТРАНСТВЕННЫХ ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНА.	115

СЕКЦИЯ 5

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Булахова Е. В. РОЛЬ И МЕСТО ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ.....	119
Гейченко Л. М., Гейченко Н. Г. СООТНОШЕНИЕ ОБЪЕМОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ БЕГОВОЙ РАБОТЫ У СТАЙЕРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.	122
Дерябина Г. И., Лернер В. Л., Терентьева О. С. РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ.	126
Есенкова И. А., Лагутенок А. А. ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ 13–14 ЛЕТ. ..	134
Жилинская А. В., Жилинский Д. В. ТРУДНОСТИ РАЗВИТИЯ ИГРОВОГО МЫШЛЕНИЯ У ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ.	138
Ивендигов А. А. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.....	142
Круталевич О. П. ОСОБЕННОСТИ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ, НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.	147
Кучеров Ю. Ю., Миночкин А. Д. СТРАТЕГИЯ ТЕМПА В ТЕХНИКО- ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЛЫЖНИКА ГОНЩИКА.	150
Литенков Н. И. ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВКИ В ПОДГОТОВКЕ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СКОРОХОДОВ.	153
Миночкин А. Д., Кучеров Ю. Ю. ОПТИМИЗАЦИЯ СТРАТЕГИИ ТЕМПА ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОК И СОРЕВНОВАНИЙ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ.....	156
Панасюк Н. Б. ПРИНЦИПЫ ИЗМЕНЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ.	159
Панасюк Н. Б., Шетикова К. Н. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ТОЛКАНИИ ЯДРА.	162

Шутункова Е. Ю. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ОПТИМАЛЬНОГО СООТНОШЕНИЯ СРЕДСТВ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД.	165
--	-----

СЕКЦИЯ 6

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Бондарева А. Г., Клочков А. В. АНАЛИЗ УРОВНЯ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ЭЛЕКТРОННЫМ ЖУРНАЛОМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	169.
Букас И. А. АНАЛИЗ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.	172
Буцько А. В. РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ТЕМАТИКИ В КИНОИСКУССТВЕ.	176
Вычикова Т. И. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ ДО ПОСТУПЛЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ У ДЕТЕЙ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.	180
Глазырин А. А. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕЖДУНАРОДНОГО УНИВЕРСИТЕТА «МИТСО» В СИСТЕМЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ.	184
Засімовіч Н. Р. БЕЛАРУСКІЯ НАРОДНЫЯ ГУЛЬНІ ЯК СРОДАК ФІЗІЧНАГА РАЗВІЦЦЯ ДЗЯЦЕЙ ДАШКОЛЬНАГА ЎЗРОСТУ.	188
Ковганова Г. Е. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ИГР ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УСЛУГИ «ДЕТСКИЙ ФИТНЕС».	191
Коновалов В. В. УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ОБНОВЛЕННОГО ФГОС СОО.	195
Мажейко И. В. ЛОГОРИТМИКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧЕДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИХ РЕЧЕВЫЕ НАРУШЕНИЯ.	198
Мельникова В. В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.	202
Можарова Т. А. ДВИГАТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ КАК ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ФОРМА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.	206

СЕКЦИЯ 7

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Алази И. Ю., Чечевицына Л. В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕЖПРЕДМЕТНЫХ СВЯЗЕЙ В СИСТЕМЕ СПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» НА ПРИМЕРЕ УЛЬЯНОВСКОГО УЧИЛИЩА (ТЕХНИКУМА) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА.	211
Иванов В. Г., Шутов В. В. О ВОЗМОЖНОСТИ ТЕСТИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ В МАССОВОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.	215
Левков Р. В. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ АНАЭРОБНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У КУРСАНТОВ-СПОРТСМЕНОВ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «РУКОПАШНЫЙ БОЙ» ПОСРЕДСТВОМ ОТРАБОТКИ УДАРНОЙ ТЕХНИКИ РУК.	219
Леутко В. К. КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЭЛЕМЕНТАМ ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.	222
Мазько С. Г., Костюкович Т. П. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИКЕ БРОСКА В ПРЫЖКЕ В ГАНДБОЛЕ.	226
Неменков Л. С. КОМПЛЕКСНЫЙ ХАРАКТЕР ВЛИЯНИЯ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ НА ВОСПИТАНИЕ И РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ.	229
Чайченко М. В., Митусова Е. Д. АНАЛИЗ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ АКВААЭРОБИКОЙ.	232