



Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

**ЗДОРОВЬЕ
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:
ДОСТИЖЕНИЯ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА
И ТУРИЗМА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ**

Сборник научных статей

Минск
РИВШ
2013

УДК 613:796
ББК 51.204:75
3 46

Рекомендовано

советом факультета физического воспитания Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка (протокол № 4 от 27 декабря 2012 г.)

Редколлегия:

кандидат педагогических наук, доцент *А. Р. Борисевич* (отв. ред.);
кандидат филологических наук, доцент *М. М. Круталевич*;
кандидат педагогических наук (РФ) *Н. В. Сизова*;
кандидат биологических наук, доцент *Н. Г. Соловьева*;
кандидат педагогических наук, доцент *С. Я. Юранов*

3 46 **Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе:** сб. науч. ст. / редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск : РИВШ, 2013. – 332 с.
ISBN 978-985-500-616-0.

В сборнике представлены статьи по актуальным проблемам физического воспитания, спорта и туризма. Рассматриваются подходы, идеи, стратегии и перспективы решения проблем оздоровления обучающихся средствами физической культуры, студенческого спорта в учебных заведениях. Предложены пути совершенствования двигательной активности, формирования потребностей и интересов студентов в сфере физической культуры и спорта. Раскрываются различные аспекты подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Адресуется преподавателям, ученым-теоретикам, аспирантам, магистрантам, студентам, работникам системы образования.

УДК 61-057.87
ББК 51

ISBN 978-985-500-616-0

© Оформление. ГУО «Республиканский институт высшей школы», 2013

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ БГПУ И ПУТИ ЕГО УЛУЧШЕНИЯ

Круталевич М.М., Балай А.А., Макаренко В.А.
г. Минск, Беларусь

The article presents the problem of preservation and strengthening of health of students. The resources are allocated educational space for the maintenance of a healthy way of life of the student

Проблема сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи всегда была в центре внимания не только медиков, но и иных специалистов (психологов, педагогов, социологов, биологов), в том числе и специалистов физической культуры, спорта и туризма. Многими исследователями обсуждаются общие вопросы здоровья студенческой молодежи (А.М.Гендин, Г.А. Кураев, Л.А. Петровская и др.), исследуется влияние различных факторов на формирование здоровья и здорового образа жизни студентов (Э.Л.Диси, Т.А.Иванова, В.В. Пономарев и др.), изучаются иные аспекты данного направления. Тем не менее, некоторые вопросы этой проблемы до сих пор остаются крайне актуальными. Причем в последнее время наметилась тенденция к переосмыслению способов ее решения, отражающая смещение акцента из сферы медицины в педагогику [2, с. 16].

В Беларуси особого внимания заслуживает тот факт, что, несмотря на пристальное внимание государства к здоровью подрастающего поколения, ситуация с физическим здоровьем молодежи практически не меняется, отсутствует положительная тенденция к его улучшению. Более того, отмечается увеличение процента студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Правда, некоторые ученые объясняют такой факт не только ухудшением здоровья молодежи вообще, а более современной, по сравнению с предыдущим периодом, системой диагностики болезней. Тем не менее, сравнительный анализ итогов прохождения медицинского освидетельствования студентов БГПУ первого курса набора 2010 и 2011 годов яркое подтверждение сказанному. В этой связи удивительно, что и некоторые студенты факультета физического воспитания (ФФВ) имеют отклонения в состоянии здоровья. Однако, по заключениям медицинских комиссий учеба по специальностям (направлениям специальности) «Физическая культура» им не противопоказана. На рис. 1 представлена информация по распределению этих студентов по медицинским группам.

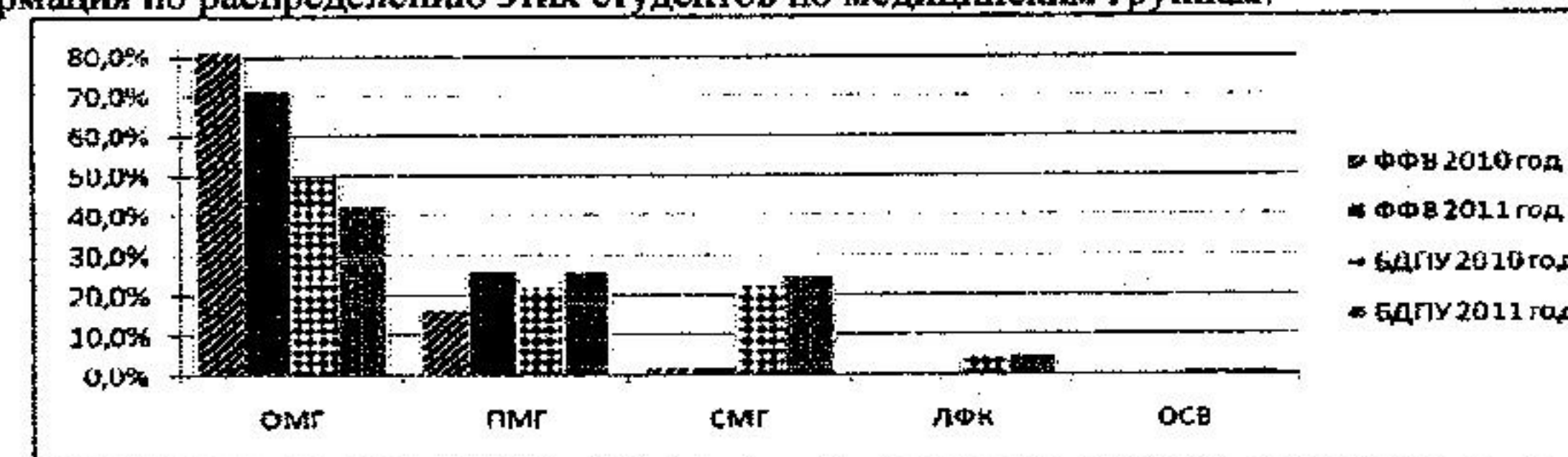


Рис. 1 Распределение студентов БГПУ I курса по медицинским группам

Из диаграммы видно, если по университету в 2010 году к основной медицинской группе относилось 49,6% студентов (по ФФВ – 81,4%), то в 2011 году соответственно – 42,5% и 71,7%; все остальные соответственно в 2010 и 2011 гг.: к подготовительной – 21,8% (ФФВ – 16,5%) и 25,9% (ФФВ – 26,0%), специальной медицинской – 22,2% (ФФВ – 1,7%) и 25,3% (ФФВ – 1,7%), к группе ЛФК – 5,2% (ФФВ – 0,4%) и 5,1%, освобождены от занятий – 1,2% и 1,2% (ФФВ – 0,6%). Настораживает в данном случае сравнительно большой процент (27,4% и 30,4%) студентов, отнесенных к специальной медицинской группе и группе ЛФК. Все они имеют серьезные отклонения в состоянии здоровья.

Гармоничный тип				
ЖЕЛ, л	5,8±0,6	5,8±0,7	6,0±0,6	6,1±0,7
МВЛ, л	109,7±12,2	144,7±14,2* ¹	126,7±13,2	148,7±13,5* ^{1,3}
АДс, мм рт.ст.	117,0±2,2	118,0±1,2	119,0±2,7	120,0±1,5
АДд, мм рт.ст.	70,6±2,4	71,6±2,8	69,6±2,1	68,3±2,6
ЧСС, уд/мин	61,6±7,5	60,9±5,6	59,9±5,3	57,6±7,6
СОК, мл	79,0±0,9	109,0±0,4	93,0±0,5	119,0±0,7* ¹
МОК, л/мин	4,8±0,8	6,6±0,8	5,5±0,8	6,8±0,8* ¹
ДО, л	1,1±0,3	1,3±0,5	1,4±0,3	1,6±0,2* ¹
ЧД в 1 мин	14,8±4,9	17,3±4,8	14,3±5,6	14,4±4,7
МОД, л/мин	16,3±4,9	22,5±4,9	20,0±4,9	23,0±4,9* ¹
Гармонично ретардированный тип				
ЖЕЛ, л	5,4±0,72	5,4±0,7	5,8±0,4	5,9±0,75* ¹
МВЛ, л	106,4±13,7	141,4±15,7* ¹	113,4±13,6	145,4±14,2* ^{1,3}
АДс, мм рт.ст.	114,0±3,3	117,0±2,1	118,0±3,2	116,0±1,1
АДд, мм рт.ст.	71,9±2,3	70,1±1,3	71,1±1,7	69,1±1,9
ЧСС, уд/мин	65,4±5,9	61,2±5,9	57,2±5,9	55,7±5,9* ¹
СОК, мл	68,0±0,7	98,0±0,3	82,0±0,9	108,0±0,5* ¹
МОК, л/мин	4,4±0,6	5,9±0,6	4,6±0,6	6,0±0,6* ¹
ДО, л	0,9±0,5	1,1±0,4	1,3±0,7	1,4±0,6* ¹
ЧД в 1 мин	15,3±2,9	17,5±3,8	14,9±3,3	14,6±4,9
МОД, л/мин	13,7±8,9	19,2±8,9	19,3±8,9	20,4±8,9* ¹

Примечания: *¹ – достоверные изменения показателей по отношению к уровню первого обследования;

*³ – достоверные изменения показателей по отношению к уровню третьего обследования;

Выводы. Результаты исследований влияния тренировочных и соревновательных нагрузок в периодах годичной подготовки пловцов-спринтеров показали, что использование предлагаемых механизмов повышения работоспособности вызывает достоверные ($p < 0,05$) изменения их функционального состояния в покое. У спортсменов всех типов биологического развития улучшились значения систолического объема крови, минутного объема кровообращения, дыхательного объема, минутного объема дыхания и максимальной вентиляции легких во втором соревновательном периоде подготовки. Полученные результаты расширяют знания о медико-биологических основах повышения функциональной и физической работоспособности пловцов-спринтеров различных типов биологического развития, что позволяет более рационально осуществлять управление тренировочным процессом в периодах годичной подготовки.

Литература:

1. Соломатин, В.Р. Индивидуализация тренировки как резерв повышения эффективности подготовки пловцов в возрастных группах / В.Р. Соломатин, Н.Ж. Булгаков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – М., 2008. – №4. – С. 57-60.
2. Тимакова, Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза: метод. пособие. – М.: «Симилия», 2006. – 132 с.
3. Платонов, В.Н. Олимпийский спорт / В.Н. Платонов [и др.]; под общ. ред. В.Н. Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2009. – Т. 2. – 695 с.: ил.
4. Кашкин, А.А. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / А.А. Кашкин, О.И. Попов, В.В. Смирнов. – М.: Советский спорт, 2004. – 216 с.
5. Прилуцкий, П.М. Плавание: программа для специальных учебных спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / П.М. Прилуцкий, Е.И. Иванченко. – М.: БГУФК, 2008. – 138 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЕЕ СТИМУЛИРУЮЩИЕ

Соколов В.А., Фатхи Али Бшени, Бен Юсов Ибрагим Мохаммед
г. Минск, Беларусь

In the article the formation of improvement and physical activity of student's youth

Необходимость физического совершенствования студентов, формирование их физической активности диктуется проблемами оздоровления нации, подготовкой к активной трудовой деятельности, формирования социально-дееспособной молодежи. В теории и практике физической культуры изучены и разработаны различные формы средства формирования физической активности различных слоев населения, учащихся, студентов (Соколов В.А., Левшина Л.Н. 1992г.). В тоже время, для большинства студенческой молодежи занятия физическими упражнениями остаются на уровне зрелищ, а ее физическая подготовленность не отвечает в полной мере требованиям, предъявляемым к человеку, состоянию и развитию современных производств, науки, культуры и техники. У большинства студентов наблюдается лишь ситуативная активность и ее пик проявляется только в период сдачи зачетов по физическому воспитанию. (Гулько И.С., 1983г.). Более того, у студентов старших курсов почти полностью отсутствует такая активность. Нами проводились исследования, которые подтвердили это. (Соколов В.А., Левшина Л.Н., 1992г.). Это же подтвердили Курило С.И., Лабский В.М., Любнер А.Е. и другие исследователи. В качестве факторов, влияющих на физкультурную активность человека рассматриваются воздействия средств массовой информации, агитации и пропаганды. (Фурманов, А.Т., Коледа В.А., Соколов В.А. 2006 г.).

В аспекте активизации физической деятельности исследуются потребности и интересы (Соколов В.А. 2004), установки, чувства и эмоции (Рудник П.А., Чернякова). Все это свидетельствует о том, что в первых имеющихся исследованиях раскрываются лишь отдельные стороны целебного явления, во-вторых, в практике физического воспитания студенческой молодежи не учитываются многие педагогические факторы, средства, формы и методы, способствующие формированию физической активности, в-третьих, необходим поиск более эффективных подходов к стимулированной физической деятельности. Эффективность формирования и управления физической активностью студентов в условиях ВУЗа будет всецело зависеть от познания и учета объективных закономерностей механизмов становления функционирования компонентов физической активности личности студента и социально-педагогических факторов их формирования в условиях высшего учебного заведения, степень взаимосвязи содержательных и структурных компонентов системы субъективных и объективных факторов физической активности студентов, уровня реализации комплексного функционирования социально-педагогических факторов и педагогической системы физического воспитания. Физкультурная активность как качественная и количественная характеристика физической деятельности студентов в последние годы приобрела теоретико-методологические, методические и практические основы физической деятельности, обогатилась данными в различных ее аспектах. Однако, в настоящее время, понятие «физкультурная активность», его содержание и критерии оценок разработаны недостаточно. В литературе данная категория трактуется как физкультурная деятельность разного уровня организованности и систематичности достижений, занятия физическими упражнениями, другие компоненты физической культуры «приобретенные человеком в результате этих занятий физические качества, духовные ценности, компонент образа жизни, отражающий меру и характер непосредственного участия человека в физкультурных занятиях, где под мерой и характером понимаются занятия такого объема и интенсивности, которые бы дали ожидаемый оздоровительный и социальный эффект» (Арвисто М.А., 1978). На наш взгляд приведенные трактовки

физкультурной активности не совсем отражают ее сущность. Отправными явлениями критериями в анализе физкультурной активности выступает деятельность, и соответственно – физкультурная. Деятельность рассматривают в плане исходной категории построения любой общественной теории, мировоззренческого, объяснительного принципа, выражающего универсальную характеристику отношения человека к миру, «сущности человека». (Леонтьев А.Н. 1977, Юдин Э.Т. 1978). Реализация социальной потребности в воспроизводстве, развитии и преобразовании человека осуществляется различными видами деятельности: социальной, политической, экономической и т.д. среди которых имеет место физкультурная деятельность, которая представляет собой исторически сложившийся способ преобразования его биологической и социальной природы. На уровне отдельной личности, социальной группы, физкультурная деятельность выступает в виде физической активности. Физкультурная активность – это, прежде всего, деятельность человека, направленная на совершенствование своей биологической природы средствами физической культуры.

Внешняя структура физкультурной активности включает в себя реальные действия человека, направляет на физическое и духовное совершенствование средствами физической культуры (В.А. Соколов, 1992).

Литература:

1. Рудин П.А. «Мотивы физкультурной деятельности», М., ФИС, 1978г.
2. Соколов В.А., Левшина Л.Н. «Мотивация физкультурной деятельности». Сборник научных работ, 1986г.
3. Артемьев В.П. «Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества: учебное пособие». (В.П.Артемьев, В.В.Шутов, Могилев МГУ, 2004)

ОТДЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ НА ОСНОВЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Соколов В. А., Фатхи Аль Бшени, Бен Юсов Ибрагим Мохамедович
г. Минск, Беларусь

In the article the means of rehabilitation of children on the basis of therapeutic training

Исследования учёных всего мира постоянно подтверждают: число детей-инвалидов как в разных странах отсталых остаётся достаточно постоянным. Во многом рост числа с инвалидизирующими заболеваниями связан с тем, что раньше эти дети просто погибали, теперь выживают благодаря современным медицинским технологиям (таких детей называют «жертвами прогресса»).

Рождение ребёнка с особенностями психофизического развития является для родителей тяжелейшей психической травмой, которая нередко ведёт просто к распаду семьи. Отечественные специалисты выделяют ряд проблем, связанных с этими сложными вопросами для того, чтобы наилучшим образом организовать в стране восстановление (реабилитацию) таких пациентов.

Следует отметить одну из важнейших особенностей двигательного развития, которую давно обратили внимание крупнейшие отечественные и зарубежные учёные. Убедительно доказано, что двигательное развитие детей с церебральным параличом оказывает мощное влияние на их общее развитие, в частности на формирование психики, интеллекта, а также, в широком смысле, на их поведение. Поэтому объективные задачи процесса физического воспитания должны быть включены специальные коррекционные задачи на:

- развитие речи посредством движения: совмещение звука и звукоподражание, звуковая окраска движения, ролевые двигательные игры с выразительным ритмизацией двигательной деятельности (совмещение звука, ритма и дыхания как составная часть звукообразования, мелкая моторика и т.д.);

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений типа: дальше-ближе, выше-ниже, больше-меньше, быстро-медленно, часто-редко и т.д.;

- изучение в процессе предметной деятельности на занятиях по физической культуре различных физических свойств материалов (тяжелый-легкий, гладкий-шершавый и т.д.), а также назначение предметов;

- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов мышления;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие его морально-волевых качеств личности, осуществляемые в процессе специальных двигательных заданий, игр, эстафет и т.д.

Широкую популярность в последнее время приобрела кинезотерапия – выполнение под музыку различных форм движения, которые изменяют общую реактивность организма, повышают его устойчивость, разрушают патологические динамические стереотипы и создают новые, обеспечивающие необходимую адаптацию. В клиниках Германии она широко применяется для лечения детей, больных церебральным параличом. Спастическая система страдает от неупорядоченных движений через рефлексные нарушения, от которых дыхание тоже может нарушаться, что очень часто и бывает. Человек с нарушениями движения имеет неритмичное, беспокойное и очень неглубокое дыхание. Замечено, что во время пения дыхание успокаивается, углубляется и ритмично упорядочивается. Здесь и начинается целевое применение терапии.

Отдельно хотелось бы сказать о такой проблеме как комплексное обследование ребенка, которое включает в себя обследование состояния функций органов и систем, казалось бы напрямую не связанных с основной патологией. Кроме того, под комплексностью обследования сегодня понимается применение всевозможных современных методов и методик (как теперь принято говорить – высоких технологий) диагностики: это компьютерное и ядерно-магнитнорезонансное томографическое исследование мозга, электроэнцефало-, эхо- и реоэнцефалография, ультразвуковые исследования, данные молекулярно-генетических исследований, психологическая диагностика и многие другие.

Другой важнейшей проблемой является составление программ и подпрограмм восстановительного лечения, коррекции и реабилитации. Для этого должна быть создана единая реабилитационная бригада, в которую обычно входят медик, психолог, логопед-дефектолог и педагог-воспитатель.

Следующей проблемой является непосредственная реализация таких разработанных программ. Ключевой момент в детской реабилитологии – это так называемая кондуктивная педагогика. В ее основе лежит концепция, согласно которой мозг ребенка развивается в конкретных условиях. По мере развития мозг «обучается» руководить удовлетворением биологических и социальных потребностей индивида – иначе говоря, именно мозг может помочь приспособиться к окружающей среде.

Воздействие внешней среды вызывает мотивированную самим ребенком двигательную активность. В процессе кондуктивной педагогики взаимодействия между внешней средой и организмом ребенка совершенствуются так, чтобы ребенок мог компенсировать или уменьшить нарушения своей психической и двигательной деятельности. Дальнейшим развитием кондуктивной педагогики является кондуктивная терапия – применение современных медикаментозных средств и высоких технологий медицины для получения оптимальных и быстрых результатов в лечении.

Среди современных лекарственных средств можно упомянуть такие, как ноотропы, витамины, психоактивные вещества, мышечные релаксанты и другие.

Во много успехи современной реабилитации связаны не только с новыми лекарствами, но и с новыми методами их доставки в организм. В конце XX века появился метод так называемой баклофеновой помпы. Суть его в том, что ребенку под кожу вживляют баклофеновую помпу (насос) – электронно-механическое устройство двигательного действия,

КУЛЬТУРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ОЗДОРОВЛЕНИИ СТУДЕНТОВ	165
<i>Лопатик Т.Н.</i> МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОМ ПРОСТРАНСТВЕ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	167
<i>Лошаков М.В., Драчевский В.В.</i> НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ НОРМИРОВАНИЯ НАГРУЗОК У ЗАНИМАЮЩИХСЯ УШУ	169
<i>Макаренко В.А., Войнило С.В., Козут А.М.</i> НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОК	174
<i>Малахов С.В.</i> ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КОМПОНЕНТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИНЦИПА ЭНТРОПИИ В ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ	175
<i>Мальшичева Н.Л., Витошкина З.М., Желнерович В.Г.</i> ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН 18-30 ЛЕТ В ПОКАЗАТЕЛЯХ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ	178
<i>Мархоцкий Я.Л., Цыркунова Г.М.</i> ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА – ОСНОВА ГАРМОНИЧЕСКИ РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ	181
<i>Меликидзе К.Ш., Степанян А.А.</i> ПРИНЦИПЫ СОЦИАЛЬНО- ЛИЧНОСТНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ И ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ I КУРСА БФ БГЭУ	183
<i>Мурзинков В.Н.</i> ПРОГНОСТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ИЗМЕНЕНИЙ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У БОРЦОВ ВЫСОКОГО КЛАССА ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК, БЛИЗКИХ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМ	185
<i>Мурзинков В.Н.</i> БИОРИТМОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ВЫСОКОГО КЛАССА	187
<i>Новик Г.В., Хорошко С.А.</i> АНАЛИЗ ДИСПАНСЕРНОГО УЧЕТА СТУДЕНТОВ	190
<i>Новик Г.В., Мазепа С.В., Хорошко С.А.</i> АНАЛИЗ ДИНАМИКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОК ОСНОВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ГомГМУ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОБЫ РУФЬЕ	192
<i>Обсянкин В.А., Масловская Ю.И.</i> ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОК ПЕРВОГО КУРСА	194
<i>Обсянкин В.А., Масловская Ю.И.</i> РЕАЛИЗАЦИЯ ПРИНЦИПА СОЗНАТЕЛЬНОСТИ И АКТИВНОСТИ В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ	195
<i>Огородников С.С., Козут А.М.</i> ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	197
<i>Панова Е.В., Краселев В.Ю.</i> БИОМЕХАНИЧЕСКАЯ СТИМУЛЯЦИЯ – ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДВИЖНОСТИ В ТАЗОБЕДРЕННЫХ СУСТАВАХ У СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА	198
<i>Пауков Ю.Н., Войнило С.В., Игнатович Д.А.</i> ВНЕДРЕНИЕ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЗЮДОИСТОВ	200
<i>Пауков Ю.Н., Треско С.А., Котловский А.В.</i> ПРОФИЛАКТИКА И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ТРАВМАТИЗМА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ДЗЮДОИСТОВ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	202
<i>Петровская О.Г., Камыда Д.Е.</i> ВЛИЯНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА КОРРЕКЦИЮ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ У СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СИЛОВЫХ ВИДАХ СПОРТА	205
<i>Пильсть А.Т., Драчевский В.В., Черва А.В.</i> ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ШЕЙПИНГОМ	207
<i>Поляков Г.В., Круталевич О.П., Хорошилова Т.В.</i> ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ СТУДЕНТАМИ	

РАЗЛИЧНЫХ КУРСОВ	210
<i>Прищета И.М.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ И ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	212
<i>Резвицкая Л.В., Левчук О.К., Азарова Е.А.</i> ОСОБЕННОСТИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА	214
<i>Ровдо Т.В., Лысый Б. В.</i> ПРОЯВЛЕНИЯ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО СТРАХА У СТУДЕНТОВ	215
<i>Рудницкая Ю.Г., Соловьёва Н.Г., Кабакович О.М.</i> ОПТИМИЗАЦИЯ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ ПОСРЕДСТВОМ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	218
<i>Сабо М. А.</i> ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕВУШЕК 17-18 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКОЙ	221
<i>Сазонова А.В.</i> К ВОПРОСУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ	224
<i>Сазонова А. В., Кириченко А. Л., Богданова Н.Л.</i> К ВОПРОСУ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ	226
<i>Сазонова А. В., Богданова Н. Л., Кириченко А.Л.</i> МОНИТОРИНГ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ КАК СРЕДСТВО УСИЛЕНИЯ МОТИВАЦИОННОГО КОМПОНЕНТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ	228
<i>Сак Ю.В.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ТЕХНИКИ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЬДЖАХ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ	230
<i>Самусева Н.В.</i> ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ К ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ	231
<i>Свитин В.Ф., Иванов А. В., Емельянич В.С.</i> ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ АЭРОБНОЙ ПОДГОТОВКИ, КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ (НА ПРИМЕРЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО БЕГА И ХОДЬБЫ)	233
<i>Середин А.А.</i> СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА СТУДЕНТАМИ ОТДЕЛЬНЫХ ФАКТОРОВ СВОЕЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ К ОСВОЕНИЮ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ	235
<i>Скриган Г.В., Радыгина В.В.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ КАК КРИТЕРИЙ АДАПТИРОВАННОСТИ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ	237
<i>Слободняк Е.Н.</i> АЭРОБНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ - ОДНО ИЗ ОСНОВНЫХ СРЕДСТВ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ	239
<i>Слободняк Е.Н., Кривицкая Л.Э.</i> ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ЗАНЯТИЙ ШЕЙПИНГОМ	242
<i>Смольский С.М., Сонина Н.В., Шкиленок В.С.</i> ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПОВЫШЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЮНЫХ ПЛОВЦОВ-СПРИНТЕРОВ РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ БИОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ	244
• <i>Соколов В.А., Фатхи Али Бишени, Бен Юсов Ибрагим Мохаммед</i> ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ЕЕ СТИМУЛИРУЮЩИЕ	247
• <i>Соколов В. А., Фатхи Аль Бишени, Бен Юсов Ибрагим Мохаммед</i> ОТДЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ НА ОСНОВЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ	248
<i>Соколов В.А., Соловцов В.В., Бризинский Г.З.</i> РОЛЬ МАССАЖА И САМО-	