

Министерство образования Республики Беларусь
УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»
Кафедра легкой атлетики, плавания и лыжного спорта
Кафедра теории и методики физического воспитания
Управление физической культуры, спорта
и туризма Брестского облисполкома
Представительство НОК в Брестской области
Отдел физической культуры, спорта и туризма Брестского горисполкома

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ
АСПЕКТЫ ОЛИМПЕЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ,
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ШКОЛЬНИКОВ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

Материалы II Международной
научно-методической конференции

(Брест, 22–23 ноября 2012 года)

Брест
«Альтернатива»
2012

УДК 37.015.31:796/799(082)
ББК 74.200.55я43
Т34

Под общей редакцией

Голенко Александра Сергеевича, канд. пед. наук, доцента, заведующего кафедрой легкой атлетики, плавания, лыжного спорта учреждения образования «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

Рецензенты

Позюбанов Эдуард Петрович, канд. пед. наук, доцент кафедры легкой атлетики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;
Кузьмина Людмила Ивановна, канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени М.Танка»

Т34 **Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодежи : материалы II Междунар. науч.-метод. конф. (Брест, 22–23 ноября 2012 года) / Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина, кафедра легкой атлетики, плавания и лыжного спорта, кафедра теории и методики физического воспитания; под общ. ред. А. С. Голенко. – Брест : Альтернатива, 2012. – 300 с.**

ISBN 978-985-521-350-6.

В сборник вошли материалы, в которых рассматриваются теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодежи.

Сборник составлен для преподавателей, учителей, спортсменов, тренеров, студентов, магистрантов, аспирантов и других специалистов в области физической культуры.

Ответственность за содержание и стиль материалов несут авторы.

УДК 37.015.31:796/799(082)
ББК 74.200.55я43

ISBN 978-985-521-521-350-6

© «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»,
Факультет физического воспитания, 2012
© Оформление. ЧПГУП «Издательство
“Альтернатива”», 2012

В.А. БАРКОВ, В.В. БАРКОВА, Н.И. СОШКО

Республика Беларусь, Гродно, УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

ОТНОШЕНИЕ СТУДентОК СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Summary. The article deals with the improving of the efficiency of classes organization with students of special educational department. The study of their attitude to the adaptive physical education lessons and their health.

Резюме. Для повышения эффективности организации занятий со студентками специального учебного отделения изучено их отношение к занятиям адаптивной физической культурой и к своему здоровью.

В последнее время наблюдается ярко выраженная тенденция ухудшения физического здоровья студенческой молодежи, проявляющаяся в нарушении состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем, зрения, органов пищеварения, опорно-двигательного аппарата, заболеваний центральной нервной системы. Известно, что студенты с подобными нарушениями, не препятствующими выполнению физических упражнений, занимаются в специальном учебном отделении (СУО) [2]. От ученых и практиков требуется постоянный поиск эффективных педагогических подходов к совершенствованию учебного процесса по физической культуре [1, 4].

К сожалению по ряду причин занятия, проводимые в СУО, не пользуются популярностью среди студентов. Ощущается недостаток в разработке практических рекомендаций по качественному проведению учебного процесса в СУО. Вышеперечисленное предполагает разработку и максимально возможное использование в системе физического воспитания студентов СУО эффективных методик обучения, воспитания, развития, коррекции. Несомненно, успешному решению оздоровительных и коррекционных задач физического воспитания с данным контингентом занимающихся способствует применение разнообразных методов обучения.

Не смотря на то, что специалистами активно ведется поиск наиболее эффективных средств и методов оздоровления студенческой молодежи, проблема укрепления их здоровья остается весьма актуальной и значимой.

Цель работы заключалась в анализе отношения студенток специального учебного отделения к занятиям адаптивной физической культурой и к своему здоровью.

В статье 18 «Воспитание в системе образования» Кодекса Республики Беларусь об образовании подчеркивается, что «основными составляющими воспитания являются: воспитание культуры здорового образа жизни, направленное на формирование у обучающегося навыков здорового образа жизни, осознание значимости здоровья как ценности, физическое совершенствование». Студентам СУО должно быть свойственно осознанное стремление к восстановлению и укреплению своего здоро-

оздоровительным комплексом Республики Беларусь [4], в котором в качестве теста, характеризующего скоростные способности девушек и юношей 19–22 лет используется контрольное упражнение «бег на 30 м».

Следует также учитывать, что такой тест, как «бег на 100 м», информативно отражает скоростные способности спортсмена высокой квалификации, пробегающего эту дистанцию быстрее 11,0 с (у юношей) и быстрее 12,0 с (у девушек). Если же говорить о студентах, достижения которых на этой дистанции 12,0 с и более (у юношей) и 13,0 с и более (у девушек) для них это тест скоростной выносливости. С этой точки зрения получения достоверной информации о скоростных способностях студентов БГПУ, имеющих, в большинстве своем, недостаточно высокую спортивную квалификацию, также целесообразнее использовать контрольное упражнение «бег на 30 м».

Таким образом, гетерогенный комплекс контрольных показателей не будет перегружен эквивалентными тестами, что, в какой-то мере, упорядочит работу преподавателей и позволит в точном количественном выражении определять динамику физического состояния студентов БГПУ.

Выводы.

1. Используемые в практической работе тесты для определения уровня скоростных способностей студентов обладают высокой степенью информативности и надежности, однако контрольное упражнение «бег на 30 м» имеет большие значения корреляции как с суммой баллов по разделу физической подготовленности ($r = -0,71$), так и с общей суммой баллов по разделам физического развития, функционального состояния и физической подготовленности ($r = -0,60$), при сравнении с тестом «бег на 100 м» ($r = -0,62$ и $r = -0,56$ соответственно).

2. Для объективной оценки уровня развития скоростных способностей целесообразно использовать тест «бег на 30 м», исключив из комплекса контрольных упражнений эквивалентный тест «бег на 100 м», что, в конечном итоге, позволит в точном количественном выражении определять динамику физического состояния студентов БГПУ.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учебник для институтов физической культуры/Л.П.Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Годик, М.А. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры/М.А.Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.
3. Балай, А.А. Дневник здоровья: (контроль за состоянием здоровья студента) / А.А. Балай, И.Ф. Зайцев, Г.Н. Суценко. – Минск: БГПУ, 2010. – 28 с.

4. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь/ Утверждено Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь 24.06.2008г. № 17. – Минск, 2008. – 49с.

А.А. БАЛАЙ, М.М. КРУТАЛЕВИЧ, Г.Н. СУЦЕНКО

Республика Беларусь, Минск, УО «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ БГПУ К ФОРМИРОВАНИЮ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ

Summary. Only during a visit of the mandatory trainings and after-hour self-studies in the discipline «Physical culture», during a student involvement in sports and recreational activities a consciously active attitude to healthy living is formed.

Резюме. В процессе посещения обязательных учебных и внеурочных самостоятельных занятий по дисциплине «Физическая культура», вовлечения студентов в физкультурно-оздоровительные мероприятия создаются, в первую очередь, необходимые условия для сохранения и укрепления здоровья, формируется сознательно-активное отношение к здоровому образу жизни.

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. В последнее время наметилась тенденция к переосмыслению способов ее решения, отражающая смещение акцента из сферы медицины в педагогику [2].

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 количества 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, анализ итогов прохождения медицинского освидетельствования студентов I курса, поступивших в БГПУ в 2011 году – яркое подтверждение сказанному. К основной медицинской группе относятся 42,5% студентов университета, подготовительной – 25,9%, специальной медицинской – 25,3%, к группе ЛФК – 5,1%, освобождены от занятий 1,2% (рисунок 1).

Настораживает в данном случае увеличение численности студентов, отнесенных к специальной медицинской группе и ЛФК (30,4%, в 2010 г. – 27,4%). Все они имеют серьезные отклонения в состоянии здоровья.

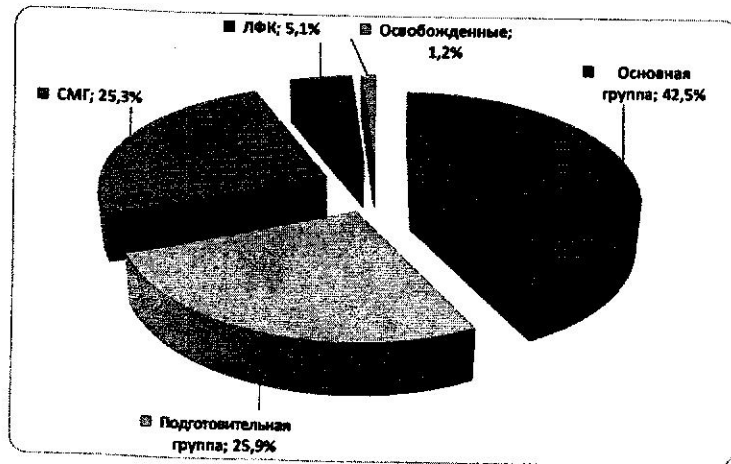


Рисунок 1 – Распределение студентов БГПУ I курса по медицинским группам

В группе обучающихся, не имеющих особых отклонений в состоянии здоровья, в последнее время вырос процент девушек и юношей, имеющих низкий уровень физической подготовленности (25,9%, в 2010г. – 21,8%). Такая ситуация, безусловно, вызывает тревогу у специалистов всех отраслей. При этом все сходится во мнении, что во многом уровень физической подготовленности и здоровья зависит от отношения студента к своему образу жизни.

Современные тенденции заболеваемости в развитых индустриальных обществах актуализировали идею индивидуальной ответственности человека за состояние своего здоровья. Известный специалист в области восточной натуропатической медицины доктор Дипак Чопра считает, что для современного человека болезнь – это вопрос не необходимости, а выбора: природа не навязывает нам бактерии или вирусы, вызывающие сердечные приступы, диабет, рак, артрит или остеохондроз, – они являются следствием неверных действий человека [4].

Эксперты Всемирной организации здравоохранения установили, что здоровье человека на 49–53% зависит от образа жизни, на 18–22% – от наследственности, на 17–20% – от состояния окружающей среды, на 7–12% – от системы решения непосредственно медицинских вопросов.

Р. Дюбо, Э. Гюан, А. Дюссер и др. еще в 50-е годы прошлого столетия ввели в оборот понятие «болезни цивилизации», подчеркивая таким образом, что многие болезни, широко распространенные в настоящее время, обусловлены особенностями образа жизни человека в современном обществе. Они выделили 4 категории таких заболеваний:

1. «Болезни загрязнения» (следствие техногенной деятельности индустриальных цивилизаций: отравление почвы, воды, атмосферы)

2. «Болезни истощения» (результат физического и нервно-психического переутомления человека)

3. «Болезни потребления» (нарушение режима и структуры питания, употребление веществ, вызывающих химическую зависимость, злоупотребления лекарственными препаратами)

4. «Болезни обратной инадаптации» (вызванные рассогласованием биологических и социальных ритмов жизнедеятельности человека)

Поскольку с каждым годом доля вышеназванных болезней в общей картине заболеваемости растет, еще в начале 1970-х годов в большинстве развитых стран был осуществлен радикальный концептуальный переход в политике охраны здоровья населения от рассмотрения граждан как пассивных потребителей медицинских услуг к осознанию их первичной активной роли в создании условий, способствующих сохранению здоровья. Эта политика, получившая название Health promotion (англ. – обеспечение, продвижение), сводилась, главным образом, к стимулированию ориентированного на сохранение здоровья поведения в сочетании с широкой системой соответствующих организационных, экономических, экологических и медицинских мер поддержки.

В нашей стране прогрессивные ценности, утверждающие первичную роль личности в формировании своего здоровья, значительная часть студенческой молодежи пока не осознает, они еще не вошли в их культуру и деятельность. Так, например, результаты опроса обучающихся в БГПУ свидетельствуют, что средства физической культуры от случая к случаю используют 11,8% опрошенных, 1–2 раза в неделю – 53,6%, 3–4 раза – 19,3%, 5–6 раз – 9,1%. В целом только у менее половины опрошенных студентов (48%) длительность занятий отвечает требованиям рационального двигательного режима [3].

Тем не менее, подавляющее большинство респондентов (более 90%) убежденно ответили, что физическая активность улучшает их здоровье. Следовательно, они признают собственную ответственность за свое здоровье. Можно предположить, что так называемый двойной стандарт в оценке значимости личных усилий человека в сохранении здоровья объясняется тем обстоятельством, что многие студенты, в целом отдавая себе отчет в собственной ответственности за свое здоровье, считают, что в современных условиях внешние обстоятельства жизни, которые они не в состоянии контролировать (экономическая нестабильность, экологические проблемы), ограничивают их способность влиять на собственное здоровье.

Таким образом, несмотря на то, что у обучающихся в БГПУ здоровье как ценность занимает достаточно важное место в иерархии индивидуальных ценностей, для них характерен в целом достаточно низкий уровень активности поведения, направленного на сохранение и укрепление здоровья. Следует учитывать некоторые закономерности развития отношения к здоровью в зависимости от возраста человека. В специальной литературе представлено описание подобных закономерностей, но только в связи с отношением к болезни. Так, утверждается, что отношение к болезни имеет тенденцию меняться от недооценки в молодом возрасте

к адекватному пониманию ее в зрелом, переоценке в пожилом и вновь недооценке в старческом возрасте [1]. Возможно, что отношение к здоровью претерпевает схожие видоизменения.

Необходимо отметить, что большинство студентов относятся к проблеме здоровья как к чему-то достаточно важному, но абстрактному, не имеющему к ним прямого отношения. В их иерархии ценностей доминируют материальные блага и карьера. Если они и уделяют внимание здоровью, то главным образом его физической составляющей. Для обучающихся характерно расхождение представлений о здоровом образе жизни и реального поведения, связанного со здоровьем, т.е. культура самосохранительного поведения у большинства из них практически отсутствует, характерно скорее пассивное и потребительское отношение к своему здоровью.

Здоровый образ жизни предполагает оптимальную двигательную активность человека. Для организма двигательная активность – это физиологическая потребность. Каждое проявление двигательной активности индуцирует образование метаболитов, которые необходимы для нормального функционирования организма. Без достаточного объема движений организм не может накапливать энергию, необходимую для нормальной жизнедеятельности и противостояния стрессу. Иными словами, без определенного объема двигательной активности (для студенческой молодежи не менее 4 часов в неделю) человек не может воспользоваться в своей жизни тем, что заложено в него природой, не может быть здоровым и счастливым.

Следует признать, что у значительной части наших студентов наблюдается ситуативная физкультурная активность, которая, как правило, проявляется в период сдачи зачетов по физическому воспитанию. Так, у студентов IV курса, не посещающих обязательные учебные занятия по дисциплине «Физическая культура», в 2009–2010 учебном году физкультурная активность почти полностью отсутствовала, в связи с чем у них наблюдалась пониженная работоспособность, ухудшились показатели, характеризующие их функциональное состояние и физическую подготовленность (рисунок 2).

По итогам представленных наблюдений с сентября 2010 г. решением ректората БГПУ студенты IV курсов помимо самостоятельной работы вновь посещают обязательные занятия по физическому воспитанию.

Таким образом, одной из главных задач физического воспитания является формирование социально-личностных компетенций обучающихся, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья, формирование сознательно-активного отношения к физической культуре.



Рисунок 2 – Уровни физического состояния студентов основного учебного отделения БГПУ (2006-2010 учебные годы)

Только в процессе посещения обязательных учебных и внеурочных самостоятельных занятий, вовлечения обучающихся в физкультурно-оздоровительные мероприятия факультета и университета создаются необходимые условия для сохранения и укрепления их здоровья, формируется личность специалиста, ориентированная на поддержание здорового образа жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Квасенко, А.В. Психология больного / А.В. Квасенко, Ю.Г. Збруев. – Л.: Медицина, 1980. – 184 с.
2. Красноперова, Н.А. Педагогическое обеспечение формирования здорового образа жизни студента / Н.А. Красноперова // Теория и практика физической культуры : научно-теоретический журнал. – Красноярск : СибГТУ, 2005. – Вып. 6. – с. 16-19.
3. Лю Юн Цянь. Педагогические факторы стимулирования физической активности студенческой молодежи / Лю Юн Цянь // Мир спорта. – Минск, 2008. – Вып. 4 (33). – С.53–56.
4. Чопра, Д. Совершенное здоровье – М. : Будущее земли, 2004. – 288 с.

Т.Ю. КРЕСТЬЯНИНОВА, Ю.В. ГАПОНЕНОК, Н.А. МАКАРОВА СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ ПРИ ДОЗИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ	87	А.А. БАЛАЙ, И.В. ГРИГОРЕВИЧ, Г.Н. СУЩЕНКО ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕВУШЕК МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА ПОД ВЛИЯНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ АЭРОБНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	94	А.А. БАЛАЙ, И.В. ГРИГОРЕВИЧ, А.С. ГОЛЕНКО, О.В. ГУРСКАЯ ВЗАИМОСВЯЗЬ КОНДИЦИОННЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ МЕТАТЕЛЕЙ	130
И.В. ГРИГОРЕВИЧ, А.А. БАЛАЙ, В.А. ТЕРЕНЯ УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ БГПУ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА	91	А.А. БАЛАЙ, И.В. ГРИГОРЕВИЧ, Г.Н. СУЩЕНКО ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ БГПУ	98	О.В. ГУРСКАЯ, А.С. ГОЛЕНКО, С.М. ВИНДИКТОВА ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПРИНТЕРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ	133
В.К. КУПРИЯН, С.В. КУПРИЯН ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕВУШЕК МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА ПОД ВЛИЯНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ АЭРОБНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	94	А.А. БАЛАЙ, М.М. КРУТАЛЕВИЧ, Г.Н. СУЩЕНКО ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ БГПУ К ФОРМИРОВАНИЮ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ	101	Е.В. ЗНАТНОВА ДИАГНОСТИКА СОСТОЯНИЯ СВОДА СТОПЫ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	137
А.А. БАЛАЙ, И.В. ГРИГОРЕВИЧ, Г.Н. СУЩЕНКО ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ БГПУ	98	А.А. БАЛАЙ, Г.Н. СУЩЕНКО, Л.С. ПОЛИКАРПОВА ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИППОТЕРАПИИ КАК МЕТОДА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	106	В.С. БОКОВЕЦ ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ БИОЛОГИЧЕСКОГО РИТМА БЕГА В ПРОЦЕССЕ РЕГУЛЯРНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ	141
А.А. БАЛАЙ, М.М. КРУТАЛЕВИЧ, Г.Н. СУЩЕНКО ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ БГПУ К ФОРМИРОВАНИЮ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ	101	А.А. БАЛАЙ, Г.Н. СУЩЕНКО, Л.С. ПОЛИКАРПОВА ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИППОТЕРАПИИ КАК МЕТОДА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	106	Е.М. ШИТОВА, А.С. БЕНЕСЮК, Л.И. РАВЛЕНКО АЗОТСОДЕРЖАЩИЕ ГИДРОКОМПОНЕНТЫ КАК ФАКТОР, ПРОВОЦИРУЮЩИЙ НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ	143
А.А. БАЛАЙ, Г.Н. СУЩЕНКО, Л.С. ПОЛИКАРПОВА ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИППОТЕРАПИИ КАК МЕТОДА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	106	А.С. ВОЛК ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ	111	О.М. КЛОС ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВУЗА	148
А.С. ВОЛК ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ	111	А.С. ГОЛЕНКО, Д.Н. ПРИГОДИЧ АНАЛИЗ СОВРЕМЕННОЙ ПРАКТИКИ ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ	114	А.Н. ГЕРАСЕВИЧ, Т.А. ГМИР, Ю.И. ЩЕНОВСКИЙ ОСОБЕННОСТИ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА ЖЕНЩИН РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ	150
А.С. ГОЛЕНКО, Д.Н. ПРИГОДИЧ АНАЛИЗ СОВРЕМЕННОЙ ПРАКТИКИ ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ	114	А.К. ЛУШНЕВСКИЙ, А.В. ХРАМОВ ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ С КУРСАНТАМИ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ НА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ	117	Н.В. СИЗОВА ФИТНЕС КАК ОДНА ИЗ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ	154
А.К. ЛУШНЕВСКИЙ, А.В. ХРАМОВ ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ С КУРСАНТАМИ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ НА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОЛОСЕ ПРЕПЯТСТВИЙ	117	А.С. ГОЛЕНКО, Н.И. ПРИСТУПА, С.А. СУРКОВ, А.В. ШАРОВ ОЦЕНКА ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	120	Л.А. ШИТОВ, А.Н. ГЕРАСЕВИЧ, М.Н. МИШЕВИЧ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА ДЛЯ КОНТРОЛЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ С ВСД	158
А.С. ГОЛЕНКО, Н.И. ПРИСТУПА, С.А. СУРКОВ, А.В. ШАРОВ ОЦЕНКА ПЛАВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	120	Э.А. МОИСЕЙЧИК, Г.Н. ЗИНКЕВИЧ, А.Д. СОКОЖИНСКИЙ ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ НА ДВИГАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ	124	Т.В. ВАСИЛЮК, Н.С. МАРТЫНЮК РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У МАЛЬЧИКОВ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	161
Э.А. МОИСЕЙЧИК, Г.Н. ЗИНКЕВИЧ, А.Д. СОКОЖИНСКИЙ ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ НА ДВИГАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ	124	А.М. ЛЕТЯГО, Л.И. ДОКУЧАЕВА, Ю.К. РАХМАТОВ КОРРЕКТИРОВКА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В БАСКЕТБОЛЕ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА ВЫСТУПЛЕНИЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ ГТАУ НА ОТВЕТСТВЕННЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ	164		