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

Репозиторий БГПУ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ОЛИМПИЙСКОГО 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. ЧПТУП «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-

Репозиторий БГПУ

А.А. БАЛАЙ, Г.Н. СУЩЕНКО, Л.С. ПОЛИКАРПОВА

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

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИППОТЕРАПИИ КАК МЕТОДА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Summary. The perspective of the development of the non-traditional method of treatment and rehabilitation of the disabled via usage of hippotherapy is researching.

Резюме. Исследуется перспектива развития нетрадиционного метода лечения и реабилитации лиц с ограниченными физическими возможностями с использованием иппотерапии.

На сегодняшний день в работе с детьми с ограниченными физическими возможностями достаточно широко используются нетрадиционные методы реабилитации, в том числе иппотерапия.

Иппотерапия, как одна из технологий социальной работы с детьми, имеющими ограниченные физические возможности, представляет собой комплексный многофункциональный метод реабилитации. В сущности, иппотерапия есть не что иное как форма лечебной физической культуры, где в качестве инструментов реабилитации выступают лошадь, процесс верховой езды и физические упражнения, выполняемые человеком во время верховой езды. В процессе верховой езды в работу включаются все основные группы мышц. Это происходит на рефлекторном уровне, поскольку сидя на лошади, двигаясь вместе с ней, пациент инстинктивно старается сохранить равновесие, чтобы не упасть с лошади, и тем самым побуждает к активной работе как здоровые, так и пораженные мышцы, не замечая этого. Механизм воздействия иппотерапии на организм человека проявляется через два фактора: психогенный и биомеханический. Соотношение удельного веса этих механизмов в каждом случае зависит от заболевания и задач, решаемых с помощью иппотерапии [1, 3].

Так, при лечении неврозов, умственной отсталости, раннего детского аутизма основным воздействующим фактором является психогенный. При лечении больных с нарушением осанки, сколиозами, остеохондрозами позвоночника, детским церебральным параличом ведущим фактором воздействия является биомеханический.

Факторы воздействия лошади на человека:

1. Психогенный. Он подразумевает две мотивации – очень желаемое с очень опасным (страх и неуверенность в себе). Это помогает, во-первых, раскрыть потенциальные возможности больного, активно вовлекая его в лечебный процесс по преодолению страха и неуверенности, во-вторых, помогает вести борьбу с имеющимися нарушениями с помощью эмоционально стимулирующего животного – лошади.

2. Биомеханический. Он подразумевает влияние колебаний, возникающих и идущих от спины движущейся лошади. Мышцы ребенка разогреваются теплом лошади и массируются движениями мощной мускулатуры лошади. Колебания от спины лошади вызывают поочередное напряжение и относительное расслабление почти всех групп мышц с большим акцентом на мышцы туловища. Это обуславливает частичную (а в некоторых случаях необходимую) нормализацию мышечного тонуса, снижение спастичности, уменьшение объема и амплитуды непроизвольных движений, улучшения координации, что в свою очередь, улучшает кровообращение. Все это способствует хорошему самочувствию больного, что особенно важно для тех, кто прикован к инвалидному креслу [1, 4, 5].

Во время занятий иппотерапией обеспечивается одновременное включение в работу всех групп мышц тела всадника. Элементы движения лошади (шаг, рысь, галоп) и различный темп оказывают влияние на всадника с многочисленным чередованием направлений воздействия. Крупная лошадь переносит на всадника за минуту около 110 многоразмерных колебательных импульсов: вверх-вниз по длине оси тела (против силы тяжести), вперед-назад по фронтально-поперечной оси тела, из стороны в сторону вокруг сагиттально-поперечной оси тела, диагональные движения вокруг функциональной точки центра тела. Эти движения лошади переносятся на сидящего ребенка, его тазобедренный сустав и пояснично-позвоночный столб, имитируя и стимулируя движения, которые совершает здоровый человек при ходьбе, т.е. при сидении ребенка на неоседланной лошади свободная езда верхом представляет собою типичную при ходьбе тренировку мышц туловища. Это важнейшая область иппотерапии не может быть достигнута никакими другими двигательными способами лечения [2].

Сходство иппотерапии с другими видами ЛФК состоит в том, что иппотерапия является лечением движениями лошади.

Принципиальным отличием иппотерапии от других методов реабилитации является комплексность воздействия иппотерапии на физическую и психическую сферу занимающихся.

Критерии эффективности иппотерапии как инновационной технологии социальной работы с детьми с ограниченными физическими возможностями можно условно подразделить на две группы: медицинские и социальные.

К медицинским критериям относятся:

1. Укрепление и тренировка мышц тела пациента, причем особенностью воздействия является то, что происходит одновременно тренировка слабых мышц и расслабление спастичных.

2. Воспитание равновесия. Этот эффект достигается благодаря тому, что во время лечебной верховой езды имеет место постоянная необходимость в сохранении всадником равновесия на протяжении всего занятия.

3. Улучшение координации движений и пространственной ориентации. Это происходит потому, что во время тренировок имеет место постоянная необходимость в ориентировании всадника в пространстве манежа.

Репозиторий БГПУ

4. Улучшение психоэмоционального состояния занимающихся, повышение уровня самооценки личности. Этот результат достигается за счет того, что во время занятий человек начинает ощущать себя не больным и слабым, каким он чувствует себя в обычной жизни, а всадником, управляющим большим, сильным и грациозным животным, которое слушается и выполняет его команды.

5. В процессе верховой езды пациенты не используют никаких приспособлений, связывающих их с их инвалидностью. Они используют то же самое, что и обычные всадники. Успехи в освоении навыков верховой езды и искусства управления лошадью повышают, как ничто другое, самооценку личности и придают уверенность в своих силах. Нельзя не отметить этический аспект влияния иппотерапии как на детей с ограниченными возможностями, так и на их родителей.

Доказано, что лошадь может выступать в качестве посредника между больным аутизмом и окружающей действительностью. Это происходит за счет того, что взаимодействие с лошадью происходит на невербальном уровне, что позволяет больному как бы оставаться внутри своего комфортного мира и одновременно выходить из состояния изоляции от окружающей действительности, адаптироваться к ней [6, 7].

К социальным критериям относятся:

1. Улучшение эффективности и качества процесса социализации личности, которое происходит посредством улучшения физического, психологического и эмоционального состояния.

2. Улучшение коммуникативных функций занимающихся достигается за счет того, что во время занятий всадники общаются и действуют совместно с иппотерапевтами, коноводами и друг с другом.

3. Проведение соревнований по конному спорту среди лиц с особенностями развития способствует повышению уровня самооценки самих себя, своих возможностей и своего потенциала. Проведение соревнований также способствует изменению отношения общества к людям с ограниченными физическими возможностями, показывает, что они могут то же, что и все, и даже больше, потому что не всякий здоровый человек умеет ездить верхом.

4. Интеграция в общество детей с особенностями развития за счет совместной деятельности, расширение их возможностей, помощь в преодолении барьера инвалидности.

5. Развитие трудовых навыков по уходу за животными посредством занятий иппотерапией [7].

Таким образом, иппотерапия обладает целым рядом преимуществ, по сравнению со многими традиционными средствами физической реабилитации, а именно:

1. Иппотерапия – это лечение без боли, страха и насилия, без труднопереносимых процедур и препаратов.

2. Как метод нетрадиционной реабилитации детей с особенностями развития, почти не ограничен противопоказаниями.

3. Эффективен при заболеваниях и травмах в восстановительном периоде, сочетает в себе социально-психологическое и лечебно-реабилитационное воздействие [8].

Все это в целом способствует улучшению общего состояния организма, в том числе нормализации мышечного и сосудистого тонуса, укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благотворно влияет на опорно-двигательный аппарат, улучшает осанку и координацию движений, балансировку, инициирует и укрепляет двигательные рефлексы. Упражнения и игры на спине лошади, общение с ней стимулирует желание и умение слушать, дают ребенку возможность осознать полученный опыт, обрести уверенность в себе [4, 6, 7].

В 1998 г. было создано Белорусское общественное объединение верховой езды и иппотерапии (БООВЕиИ). В 1999 г. после курсов по специальности «Инструктор лечебной верховой езды» (Санкт-Петербург) первым в Беларуси сертифицированным специалистом становится В. Виноградова, в 2000 г. – А. Мороз.

Иппотерапию в РБ подразделяют на:

- непосредственно иппотерапию – физиотерапевтическое лечение пациентов посредством использования движений лошади, т. е. лошадь является живым тренажером. Проводится с тяжелобольными пациентами, лошадью управляет коновод;
- реабилитационную (восстановительную) верховую езду (райттерапия) – физиотерапевтическое лечение при активном содействии самого пациента: всадник сам управляет лошадью под руководством инструктора без или при участии персонального помощника;
- терапевтическую верховую езду – используется для умственно отсталых и трудновоспитуемых подростков;
- рекреационную верховую езду и конный туризм;
- конный спорт среди инвалидов.

Показаниями к применению иппотерапии служат такие заболевания как: детский церебральный паралич, аутизм, эпилепсия, гидроцефалия, атаксия, остеохондроз, неврозы, артрозы, задержки психического и психомоторного развития, умственная отсталость, потери слуха и (или) зрения, полиомиелит. Все заболевания условно делят на 2 подгруппы:

- заболевания, при которых рекомендовано использование иппотерапии;
- заболевания, при которых иппотерапия может быть ограниченно использована, но при строгом соблюдении определенных правил и требований: в частности, наличие в манеже, где проходят занятия, медицинского специалиста по профилю заболевания пациента, хорошо знакомого с пациентом, стадией и течением его заболевания.

Также имеются и категорические противопоказания к использованию верховой езды как таковой и иппотерапии, например, сердечно-сосудистые заболевания, сколиозы 3–4 степени тяжести, дисплазии суставов, неуправляемые нарушения интеллекта [2].

Репозиторий ВГПУ

Продолжительность сеансов иппотерапии варьируется в зависимости от болезни и физической подготовки. В проведении занятий участвуют коновод, инструктор и 1–2 страхующих, если тяжесть заболевания требует особых мер предосторожности.

В Минске и Минской области имеются центры верховой езды, практикующие следующие виды иппотерапии: ИП Стец (Минск, микрорайон Сухарево) – иппотерапия, обучение верховой езде в сопровождении инструктора по лечебной верховой езде и реабилитолога; частная конюшня (Минский район, поселок Колодищи) – иппотерапия, верховые прогулки, обучение верховой езде детей и взрослых (индивидуальные занятия); конюшня Алены Мороз (Минский район, поселок Тарасово) – обучение верховой езде, верховые прогулки для любых возрастов, иппотерапия; ИП Титовец (Минский район, поселок Большевик) – обучение верховой езде, иппотерапия [9].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белинская, О.А. Иппотерапия в процессе реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата / О.А. Белинская, Н.Н. Сетяева, О.А. Белинская, Н.Н. Сетяева// Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма в Сибири: мат. всеросс. науч.-практич. конф. молодых ученых/ СибГУФК; Сибирская олимпийская академия. – 2005. – С.121–122.

2. Виноградова, В.А. Перспективы иппотерапии в Беларуси / В.А. Виноградова, М.В. Пуренок// Актуальные проблемы повышения квалификации и переподготовки V педагогических кадров : мат. науч.-практ. конф. / Мин-во спорта и туризма. – Мн., 2010. – С. 34–38.

3. Максимович, А.Д. Влияние иппотерапии на работу внутренних органов и систем детей 6-16 лет/ А.Д. Максимович// Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма: мат. III Международной научно-практической конференции молодых ученых; Минск, 4–5 июня 2008 г./редкол.: М.Е. Кобринский (гл.ред.) и др. – Минск: БГУФК, 2008. – Мн., 2008. – С. 469–472.

4. Пахомова, А.И. Психологическая, физическая и социальная реабилитация инвалидов посредством верховой езды / А.И. Пахомова, И. Е. Мясоедова, А.М. Моргунов// Международная научно-практическая конференция «Современные проблемы физической культуры и спорта»: мат. конф. (24–25 апреля 2008 года). В 2 т. Т. 1. – СПб, 2008. – С. 87–89.

5. Потапчук, А.А. Реабилитация детей с церебральным параличом с помощью иппотерапии / А.А. Потапчук// Международная научно-практическая конференция «Современные проблемы физической культуры и спорта»: мат. конф. (24–25 апреля 2008 года). В 2 т. Т. 1. – СПб, 2008. – С. 52–53.

6. Рогов, О.С. Иппотерапия как методика физической и бытовой реабилитации инвалидов со спастической формой ДЦП / О.С. Рогов, И.В. Еркомайшвили// Международная научно-практическая конференция «Современные проблемы физической культуры и спорта»: мат. конф. (24–25 апреля 2008 года). В 2 т. Т. 1. – СПб, 2008. – С. 53–55.

7. Туровец, О.М. Использование иппотерапии как средства коррекционно-педагогического воздействия на людей с ограниченными возможностями/ О.М. Туровец; О.М. Туровец// Ученые записки: Сборник рецензируемых научных трудов. – Мн.: БГУФК, 2007. – Вып.10. – С.279–285.

8. Официальный сайт Белорусского общественного объединения верховой езды и иппотерапии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://sudarrb.com/hippotherapy/news.htm. – Дата доступа: 20.08.2012.

9. Иппотерапия, конный спорт, верховая езда [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http:// ippoterapia.by. – Дата доступа: 20.08.2012.

А.С. ВОЛК

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

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Summary. According to trainers early sports specialization doesn't render negative influence on an organism of engaged 5–6 years.

Резюме. По мнению тренеров ранняя спортивная специализация не оказывает негативного влияния на организм занимающихся 5–6 лет.

Актуальность: в последнее время наблюдается тревожная тенденция прогрессивного ухудшения состояния здоровья детей.

Гимнастика – одно из действенных и универсальных средств физического воспитания. Это система специфических упражнений и методических приемов, применяемых с целью физического воспитания, образования, спортивной подготовки, оздоровления, восстановления, лечения, приобретения жизненно необходимых навыков прикладного, производственного и оборонного значения [1].

Особенно велико значение гимнастики в физическом формировании детей и подростков. С помощью многообразных средств и методов гимнастики наиболее успешно решаются задачи начального физического воспитания, у детей и подростков создаётся основа для развития физических качеств и двигательных способностей, значительно расширяются их функциональные и адаптационные возможности [2].

Одним из наиболее популярных видов гимнастики является спортивная гимнастика. Она содействует гармоническому воспитанию подрастающего поколения, поэтому во многих странах является важной составной частью национальных систем физического воспитания.

Спортивная гимнастика—эффективное средство гармонического физического развития человека. Трудно переоценить благотворное влияние упражнений спортивной гимнастики на занимающихся. Они хорошо развивают мышечно-

Репозиторий БГПУ

Т.Ю. КРЕСТЬЯНИНОВА, Ю.В. ГАПОНЕНОК, Н.А. МАКАРОВА
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ ПРИ ДОЗИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ 87

И.В. ГРИГОРЕВИЧ, А.А. БАЛАЙ, В.А. ТЕРЕНЯ
УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ БГПУ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА 91

В.К. КУПРИЯН, С.В. КУПРИЯН
ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕВУШЕК МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА ПОД ВЛИЯНИЕМ УПРАЖНЕНИЙ АЭРОБНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ 94

А.А. БАЛАЙ, И.В. ГРИГОРЕВИЧ, Г.Н. СУЩЕНКО
ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ БГПУ 98

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

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 ФИЗИЧЕСЕОГО 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

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

А
К **ИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ**
О **СКЛОННОСТИ К РИСКУ У СПОРТСМЕНОВ** 127

С **ИНИДИКТОВА, А.С. ГОЛЕНКО, О.В. ГУРСКАЯ
В**ЗИМОСВЯЗЬ** КОНДИЦИОННЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ С**ПОСОБНО**СТЕЙ ЮНЫХ МЕТАТЕЛЕЙ 130

О.В. ГУРСКАЯ, А.С. ГОЛЕНКО, С.М. ВИНИДИКТОВА
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПРИНТЕРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ 133

Е.В. ЗНАТНОВА
ДИАГНОСТИКА СОСТОЯНИЯ СВОДА СТОПЫ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 137

В.С. БОКОВЕЦ
ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ БИОЛОГИЧЕСКОГО РИТМА БЕГА В ПРОЦЕССЕ РЕГУЛЯРНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ 141

Е.М. ШИТОВА, А.С. БЕНЕСЮК, Л.И. РАВЛЕНКО
АЗОТСОДЕРЖАЩИЕ ГИДРОКОМПОНЕНТЫ КАК ФАКТОР, ПРОВОЦИРУЮЩИЙ НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 143

О.М. КЛОС
ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ВУЗА 148

А.Н. ГЕРАСЕВИЧ, Т.А. ГМИР, Ю.И. ЩЕНОВСКИЙ
ОСОБЕННОСТИ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ТЕЛА ЖЕНЩИН РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ 150

Н.В.СИЗОВА
ФИТНЕС КАК ОДНА ИЗ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ 154

Л.А. ШИТОВ, А.Н. ГЕРАСЕВИЧ, М.Н. МИШЕВИЧ
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА ДЛЯ КОНТРОЛЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ С ВСД 158

Т.В. ВАСИЛЮК, Н.С. МАРТЫНЮК
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У МАЛЬЧИКОВ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 161

А.М. ЛЕТЯГО, Л.И. ДОКУЧАЕВА, Ю.К. РАХМАТОВ
КОРРЕКТИРОВКА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В БАСКЕТБОЛЕ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА ВЫСТУПЛЕНИЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ ГГАУ НА ОТВЕТСТВЕННЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ 164

Репозиторий БГПУ