
	Министерство образования Республики Беларусь Учреждение образования
	«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» факультет физического воспитания

Педагогические чтения

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Сборник научных статей

Минск

РИВШ

2018

УДК

ББК

РЕКОМЕНДОВАНО

Советом факультета физического воспитания
УО «Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»
(протокол № 9 от 30 мая 2018 г.)

Редакционная коллегия:

кандидат исторических наук А.Н. Касперович;
кандидат педагогических наук, доцент А.А. Балай;
кандидат педагогических наук, доцент А.Р. Борисевич (отв.ред.);
кандидат биологических наук, доцент Н.Г. Соловьева
кандидат педагогических наук, доцент В.Л. Алешкевич
кандидат педагогических наук, профессор О.В. Хижевский

Теория и практика физической культуры, спорта и туризма / Педагогические чтения:
сб. науч. ст. / редкол.: А.Р.Борисевич (отв.ред.) [и др.]. – Минск: РИВШ, 2018. – 130 с.

В сборнике представлены статьи по актуальным проблемам и наиболее значимым вопросам физического воспитания, спорта и туризма. Рассматриваются методологические подходы, принципы, технологические аспекты, стратегии и перспективы решения проблем здоровьесбережения детей, учащейся и студенческой молодежи средствами физической культуры, спорта в учреждениях образования. Предложены пути совершенствования двигательной активности, формирования мотивации и интересов обучающихся в сфере физической культуры и спорта. Раскрываются основные направления подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Предназначен для научных и педагогических работников, аспирантов, магистрантов и студентов высших учебных заведений.

полном объеме сеанс предстартовой музыки следует использовать лишь перед самыми ответственными схватками спортсмена (1-2 раза за все время соревнований).

Иногда в перерыве между схватками, если есть необходимость можно дать борцу послушать лишь предстартовую музыку отдельных видов, чтобы создать благоприятные условия для компенсации затрат сил и восстановления работоспособности спортсмена.

Заключение. Средствами регуляции предстартового состояния борцов является музыка, специально подобранная. Нередко сеансы вдохновляющей музыки содействовали тому, что испытуемые выигрывали у равных, а нередко и у более сильных соперников, которым они раньше проигрывали. Так, воздействуя на чувства, а затем на сознание, мобилизуя волю, вдохновляющая музыка вызывает физическую активность борца перед соревнованиями.

Литература

1. Комарова, А.В. Совершенствование учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности борцов посредством комплексной методики оптимизации психических состояний. Дисс. канд. пед. наук. Улан-Удэ. 2010. - 193 с.

2. Рудик, П.А. Психология спорта / П.А. Рудик. – М.: Физкультура и спорт, 2004, 408 с.

ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ БГПУ

Игнатович Д.А., Балабан А.П., Бахмутова Т.А.

БГПУ им. М. Танка

Введение. Физическое состояние студентов БГПУ является интегрально определяемой величиной. Составляющими физического состояния выступают данные о физическом развитии, физической подготовленности и функциональном состоянии студента. Динамика физического состояния студентов, отслеживаемая с момента поступления в университет (исходный уровень) до окончания третьего курса (шестой семестр обучения по предмету «физическая культура»), довольно информативно, т.к. даже по среднегрупповым арифметическим величинам она позволяет определить степень эффективности процесса физического воспитания на каждом из факультетов и институтов нашего университета.

Цель исследования: определить характер динамики физического состояния студентов БГПУ, что позволило бы корректировать процесс физического воспитания в направлении его дифференциации с учетом уровня физического состояния каждого студента (т.е. с учетом индивидуального уровня физического состояния).

Методика и организация исследований. Физическое развитие студентов определялось по следующим показателям: рост (измерялся стандартным ростомером с точностью до одного сантиметра); вес (измерялся медицинскими весами с точностью до 500 граммов); весо-ростовой коэффициент (является расчетной величиной, вычисляется по соответствующей формуле). Функциональное состояние определялось по показателям пробы Штанге (измеряется в секундах, на задержке дыхания после вдоха); пробы Генчи (измеряется в секундах, на задержке дыхания после неполного выдоха); функциональной пробы (оценивается по частоте сердечных сокращений в различных исходных положениях); пробы на дозированную нагрузку (измеряется в количестве ударов пульса после стандартной нагрузки, а также по характеру восстановительных процессов организма). Физическая подготовленность определялась по комплексным результатам в тестах на гибкость (наклон вперед из положения сидя); выносливость (бег по стадиону на дистанцию 1000 метров у девушек и 1500 метров у юношей); ловкость (челночный бег 4 по 9 метров с переносом кубиков); силовую выносливость (подтягивание на высокой перекладине у юношей и сгибание-разгибание туловища за одну минуту у девушек); быстроту (бег на дистанцию 30 метров для девушек и юношей); скоростно-силовые способности (прыжок в длину с места для юношей и девушек).

Результаты исследований и их обсуждение. При не раз отмечаемой в последние годы специалистами в области физического воспитания студенческой молодежи тенденции к

снижению общего уровня физической подготовленности и функционального состояния наших абитуриентов, характерной особенностью является улучшение средних показателей в тестах на силовую выносливость, ловкость и быстроту как у юношей так и у девушек от семестра к семестру [1]. Эта особенность, по нашему мнению, вполне закономерна, так как основная масса студентов нашего университета посещают занятия по физической культуре достаточно регулярно [2], а существенное количество студентов 1–3 курсов занимаются в свободное от занятий время самостоятельно. Для самостоятельных занятий студентам предоставлена возможность выбора по интересам, в соответствии с имеющимися в распоряжении БГПУ спортивными сооружениями и специально оборудованными помещениями. К ним относятся: тренажерные залы при общежитиях, оборудованные помещения и площадки студенческого городка, стадион, плавательный бассейн, залы фитнеса и единоборств, игровые залы спорткомплекса и др. помещения.

Проведенный в начале учебного года опрос студентов первых курсов (всего приняло участие 120 человек, по 60 юношей и девушек) различных специальностей (факультетов и институтов) имел целью определить предпочтения студентов в возможности выбора спортивной специализации для занятий физической культурой (спортом). Данные предпочтения по выбору предлагаемых вариантов спортивной специализации представлены в таблице.

Таблица – процентное соотношение предпочтений студентов в выборе спортивной специализации для регулярных занятий физической культурой

№	Вид спорта (физкультурных занятий)	Юноши		Девушки	
		n=	%	n=	%
1.	Армрестлинг	4	6	2	3
2.	Аэробика (фитнес)	0	0	20	32
3.	Баскетбол	4	6	3	5
4.	Волейбол	4	6	4	6
5.	Единоборства	13	20	3	5
6.	Йога	4	6	11	18
7.	Легкая атлетика (общефизич. подготовка)	4	6	5	8
8.	Пауэрлифтинг (атлетическая гимнастика)	8	14	2	3
9.	Плавание	7	12	7	12
10.	Футбол (мини-футбол)	15	25	7	12

Заключение. Несмотря на выраженные гендерные различия в предпочтениях, студенты нашего университета позитивно относятся к возможности выбора спортивной специализации для занятий физической культурой.

Литература:

1. Балабан, А. П. Исследование предпочтений студентов в отношении выбора режима двигательной активности / А. П. Балабан, С. В. Малахов, И. А. Шалимо // *Здоровье учащейся и 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, 2017. – С. 18–20.
2. Малахов, С. В. Реализация индивидуального подхода в физическом воспитании студентов / С. В. Малахов // *Вопросы физического воспитания студентов вузов* : сб. науч. ст. Вып. 4 / редкол. : С. В. Макаревич (отв. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2005. – С. 22–26.

**ВОЗДЕЙСТВИЕ МОБИЛЬНОЙ СОТОВОЙ СВЯЗИ
НА ОРГАНИЗМ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ**

*Козел Р.Н., Вербицкий О.В., БГПУ им.М.Танка
Козел А.Р., БГМУ*

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Азарова Е.А., Меженина А.М.</i> АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ФОРМА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СО СТУДЕНТАМИ	3
<i>Андарало А. И., Андарало Г. Ф.</i> ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ К ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	5
<i>Аринович И.С.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»	7
<i>Баикова Л.Н., Кунцевич З.С.</i> ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	9
<i>Борисевич А.Р., Василеня А.А., Волкова Л.М.</i> ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ	10
<i>Гайдук С.А., Бяшимов Ораз</i> ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА С ДЕТЬМИ-ИНВАЛИДАМИ	12
<i>Гайдук С.А., Малахов С.В., Юдина В.В.</i> ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С УЧЕТОМ ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНТОВ	13
<i>Гайдук С.А., Новикова Н.В., Хорошилова Т.В.</i> К ВОПРОСУ О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	14
<i>Грачева О.С., Юранов С.Я.</i> СТРУКТУРА ГРУПП СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ	15
<i>Григоревич И.В., Авхимович Ю.А., Чулкова О.С.</i> ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ БГПУ	16
<i>Григоревич И.В., Кукель А.А., Круталевич О.П.</i> КОМПЬЮТЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОЦЕССЕ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ	18
<i>Досин Ю.М., Тихонова В.И., Киселева И.О., Хао Фан</i> РАЗРАБОТКА МЕТОДОЛОГИИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФЕНОТИПИЧЕСКИХ СТИГМ СОЕДИНИТЕЛЬНОВУЗЛАННЫХ ДИСПЛАЗИЙ КАК ФАКТОРОВ РИСКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПАТОЛОГИИ ОПОРНОГО АППАРАТА	19
<i>Дрыгін А.В.</i> НОВЫЯ СПАРТЫЎНЫЯ ТРАДЫЦЫІ ВА ЎСТАНОВАХ АДУКАЦЫІ РЭСПУБЛІКІ БЕЛАРУСЬ: ПОШУКІ І АЖЫЦЦЯЎЛЕННЕ	21
<i>Ерёмова Н.Г., Брускова И.В.</i> ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ РЕЖИМА ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ	23
<i>Желнерович В.Г., Григоревич И.В., Авхимович Ю.А.</i> СРЕДСТВА РЕГУЛИРОВАНИЯ	25

ПРЕДСТАРТОВОГО СОСТОЯНИЯ БОРЦОВ

- Игнатович Д.А., Балабан А.П., Бахмутова Т.А.* ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ БГПУ 28
- Козел Р.Н., Вербицкий О.В., Козел А.Р.* ВОЗДЕЙСТВИЕ МОБИЛЬНОЙ СОТОВОЙ СВЯЗИ НА ОРГАНИЗМ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ 29
- Круталевич М.М., Онищук О.Н., Борисевич А.Р., Макаренко В.А.* ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ 323
- Кузьмина Л.И., Бойко Е.Н., Чиженок Т.М.* ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВОГО И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО МЕТОДОВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 35
- Ланно Е.В.* ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ПОНЯТИЯ «ОБУЧЕНИЕ В ТЕЧЕНИЕ ВСЕЙ ЖИЗНИ» 37
- Левчук О.К., Алешкевич В.Л., Юранов С. Я.* АКТУАЛЬНОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ 39
- Левчук О.К., Л.В. Резвицкая, Белоус О. В.* ВНЕДРЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕТОДИК В УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС СТУДЕНТОВ И ШКОЛЬНИКОВ 41
- Котловский А.В.* ИЗУЧЕНИЕ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ СТРАТЕГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ПЕРСПЕКТИВА РАЗВИТИЯ ПАРАЛИМПИЙСКОГО СПОРТА 43
- Малуха Р.В., Кобзев В.Ф.* ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БИАТЛОНИСТОВ ЮНИОРСКОГО ВОЗРАСТА 44
- Марко Е.А., Кобзев В.Ф.* ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УПРАЖНЕНИЙ ИЗ СИСТЕМЫ ПИЛАТЕС НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ 46
- Мурзинков В.Н.* РЕФЛЕКСИЯ В ТАКТИКЕ БОРЦОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ 48
- Треско С.А., Мухлядо В.К.* ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ 49
- Парамонова Н.В., Мячиков Ю.А.* РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 12-14 ЛЕТ 50
- Никитёнок Н.А.* АКТИВИЗАЦИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ПО ПЕДАГОГИЧЕСКИМ ДИСЦИПЛИНАМ 52
- Огородников С.С., Алешкевич В.Л., Малышева Н.Л.* РАЗРАБОТКА МОДЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ У СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА 54

<i>Осмольская С.В., Курлович Н.В., Сачук Н.В., Резвицкая Л.В.</i>	СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БГПУ ЗА 2012-2017 ГОДЫ	55
<i>Остапенко Г.А., Голуб Ю.А.</i>	ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЛЫЖНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ	57
<i>Пенкрат В.И.</i>	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ОСНОВА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ КУРСАНТОВ АКАДЕМИИ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ	59
<i>Пенкрат О.А.</i>	ИЗМЕНЕНИЕ МНЕНИЙ В ОТНОШЕНИИ К ПРОЯВЛЕНИЯМ АГРЕССИИ И НАСИЛИЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ	60
<i>Петрович М.Н., Касько В.А.</i>	ПРИМЕНЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ	62
<i>Пимахин Е.А.; Игнатович Д.А.</i>	МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	64
<i>Пісарэнка А.М., Шунейка В.В.</i>	ПРАБЛЕМА КУЛЬТУРЫ МАЎЛЕННЯ Ў ПРАФЕСІЙНА АРЫЕНТАВАНЫМ НАВУЧАННІ СПЕЦЫЯЛІСТАЎ СФЕРЫ ТУРЫЗМУ	67
<i>Поликарпова Л.С., Шалимо И.А.</i>	ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВОЙ МОТИВАЦИИ К ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ	68
<i>Пунчик В.Н., Ю Чжэньхуа</i>	ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МАРКЕТИНГОВОЙ СТРАТЕГИИ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	70
<i>Резвицкая Л.В., Курлович Н.В., Данилевич Н.В., Азарова Е.С.</i>	ВЛИЯНИЕ ГИБКОСТИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПЛАВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»	71
<i>Резвицкая Л.В., Курлович Н. В., Касьяник К.В., Сивко С.В.</i>	ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»	74

<i>Самусева Н.В.</i> ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ПОДХОД В ПРЕПОДАВАНИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН	76
<i>Сачук Н.В., Осмольская С.В.</i> ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ БГПУ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ	77
<i>Середин А.А.</i> НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА СО СТУДЕНТАМИ, ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ГРАФИКУ	78
<i>Слешинская Д.А., Тихонова В.И., Кобзев В.Ф.</i> О РОЛИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В КОМПЛЕКСНОМ ЛЕЧЕНИИ ОСТЕОХОНДРОЗА ПОЗВОНОЧНИКА	79
<i>Соловцов В.В., Бусыгина О.В., Азаревич С.П.</i> ФАКТОРЫ НЕРАЦИОНАЛЬНОГО НЕРВНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ В ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	81
<i>Соловцов В.В., Бусыгина О.В., Азаревич С.П.</i> ОПРЕДЕЛЕНИЕ НАПРАВЛЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	83
<i>Тимашикова Л.Н.</i> ФОРМИРОВАНИЕ РЕЧЕВОЙ КУЛЬТУРЫ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ	85
<i>Хижевский О.В.</i> СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ОТБОРА И ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ	87
<i>Хижевский О.В., Саскевич А.П.</i> ПРОЦЕСС ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	90
<i>Шахлай А.М., Либерман Л.А., Круталевич М.М., Онищук О.Н.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ВОССТАНОВЛЕНИЯ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ	93
<i>Юранов С. Я., Гулис М.Г.</i> АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ПОНЯТИЯ «АКТИВНЫЙ ОТДЫХ» В КОНТЕКСТЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	95
<i>Абрагимович Т.И., Ционенко Н.М.</i> СОЗДАНИЕ АНИМИРОВАННЫХ КАРТ В СПОРТИВНО-ТУРИСТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	97
<i>Ayaad Ali Al-Musraty, Hisham Rajab Abad.</i> A STUDY ABOUT SOME BIOMECHANICAL CHARACTERISTICS FOR THE JUMP SERVE IN THE VOLLEYBALL GAME AND ITS EFFECT ON ACCURACY	100
<i>Nuri Alrzeghi, Fathi Elbshani, Ayad Elmusrati, and Alhadi Jahan.</i> OCCUPATIONAL PHYSICAL ACTIVITY THROUGH WORK CATEGORIES AND THEIR ASSOCIATIONS WITH ENERGY EXPENDITURE	102
<i>Nuri Salem Alrzeghi, Fathi Ali Elbshani, Abubaker Elmahmoudi.</i> EFFECTIVENESS OF BALANCE TRAINING AND ITS LONG TERM EFFECTS IN THE PREVENTION OF ANKLE SPRAIN: A SYSTEMATIC REVIEW	104

Fathi	105
Ali Bishini, Salah Mohammed Younis Abu Zaid, Anwar AbdulAzeem Ahmed Hinayd EFFECT OF THE PRACTICAL STUDY PROGRAM ON THE DEVELOPMENT OF CERTAIN PHYSIOLOGICAL CHANGES IN THE FEMALE STUDENTS OF THE FACULTY OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS SCIENCE IN THE UNIVERSITY OF AL-JEFARA	
Prof. Ayad A. Elmisrati, Mr. Adel A. Abdulhafid. THE EFFECT OF USING CARICATURE IN ACQUISITION OF GOOD POSTURE BY THE DEAF AND HEARING IMPAIRED PERSONS IN LIBYA	108
Abdalla Khelifa Ahmed, and Somaya Ali Al Sagheer. DIFFICULTIES THAT IMPEDE THE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS FROM USING MULTIMEDIA IN THE PHYSICAL EDUCATION LESSON IN THE SECONDARY EDUCATION AREA OF THE AL-KHUMS	110
Hussin Mohamed Alsaid Ibrahim. THE EFFECTIVE OF RADIAL EXTRACORPOREAL SHOCKWAVE THERAPY (RESWT) IN PATELLAR TENDINOSIS (JUMPER'S KNEE) COMPARISON STUDY	111
Alhadi Jahan. THERAPEUTIC MASSAGE FOR KNEE JOINT AFTER TRAUMA: TECHNIQUES AND METHODS	116
<i>Ахмед Абдула Хамель, Абу Бакр Салем Ухида, Акрам Аль-Амари Бенор</i> ДИАГНОСТИКА И МЕТОДЫ РЕАБИЛИТАЦИИ	118

Научное издание

Сборник научных статей

В авторской редакции

Ответственный за выпуск А.Р. Борисевич

Подписано в печать 09.2018. Формат

Бумага офсетная. Ризография.

Усл. печ.л. Тираж 100 экз. Заказ

Издатель и полиграфическое исполнение

Государственное учреждение образования

«Республиканский институт высшей школы».

Свидетельство о государственной регистрации издателя,

Изготовителя, распространителя печатных изданий

№

Ул. Московская, 15, 220007, г. Минск