
	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.

проведенный опрос более 300 студентов 1 и 2 ступеней высшего образования, обучающихся в БГПУ, наибольший потенциал имеет: университетский район физического воспитания (университетские здания, лаборатории, классные комнаты, инфраструктура, физическая культура и спорт и т. д.); пространство – виртуальное образовательное пространство (набор информационных ресурсов и технологий, обеспечивающих контролируемый поток базовых и дополнительных образовательных процессов); информация об образовательных и научных ресурсах (электронная библиотека университета, российская и международная система академической и научной информации, отделы информационных ресурсов, факультеты и администрация университета и т. д.); методы и технологии обучения и исследований (гранты, исследовательские программы, конкурсы, университеты и т. д.); маркетинговые процессы и события (процесс получения документов, процесс основных образовательных процессов и дополнительный новинки, день университета, дневной факультет, функция и т. д.); ассортимент аксессуаров и цены на образовательные услуги и продукты УВО; персонал учебного заведения.

*Заключение.* Обучение и использование ценных ресурсов внутренней маркетинговой среды современных учебных заведений делает возможным эффективное маркетинговое сопровождение учебного процесса, а также инициирование и продуктивное осуществление маркетинговой деятельности процесса, направленное на повышение эффективности университетских операций за счет дальнейшего анализа и качества для удовлетворения потребностей и потребностей своих клиентов (выпускников школ, студентов, выпускников) на основе дисконтирования образовательной деятельности и внедрения инновационных образовательных продуктов и форматов.

*Литература*

1. Вандрикова, О.В. *Современные подходы к пониманию роли и значения внутриорганизационного маркетинга образовательного учреждения высшего образования* / О.В. Вандрикова, М.Н. Попов // *Евразийский союз ученых.* – 2015. – № 4. – С. 70–74.
2. Захаров, П.Н. *Интегральная оценка эффективности стратегии развития университета* / П.Н. Захаров // *Менеджмент в России и за рубежом.* – 2017. – № 5. – С. 87–89.

## **ВЛИЯНИЕ ГИБКОСТИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПЛАВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»**

*Резвицкая Л.В., Курлович Н.В., Данилевич Н.В., Азарова Е.С.  
БГПУ им.М.Танка*

Многочисленные археологические находки свидетельствуют о том, что плавать люди научились очень давно: на наскальных рисунках и барельефах времен каменного века, изображены плывущие и переправляющиеся люди; воины, преодолевающие водные преграды; рыбаки, добывающие рыбу. Этот навык был необходим нашим предкам в борьбе за выживание, для освоения новых территорий и развивался по мере роста цивилизации. [4]

В наше время, плавание не утратило своей актуальности и значимости. Общеизвестно, какое физическое и психологическое влияние оказывают занятия плаванием на человека.

Плавание является уникальным видом физических упражнений и относится к наиболее массовым видам спорта, как в нашей стране, так и за рубежом. Специфические особенности плавания связаны с двигательной активностью в водной среде. При этом организм человека подвергается двойному воздействию: с одной стороны на него воздействуют физические упражнения, с другой водная среда. Эти особенности так же обусловлены и физическими свойствами воды: ее плотностью, вязкостью, давлением, температурой, теплоемкостью. [2]

Однако, среди всего многообразия средств физического воспитания, каждый выбирает тот вид физической активности, который наиболее соответствует интересам, потребностям, показаниям и другим личностным мотивам: кто-то предпочитает увлекаться баскетболом,

кому-то нравится тренироваться в тренажерном зале, играть в футбол, совершать пешие прогулки и т.д.

На факультете физического воспитания обучаются студенты различной спортивной квалификации, увлеченные различными видами спорта, любители массовых видов спорта, - те, кто в той или иной степени умеет плавать, но, зачастую, уровень их плавательной подготовленности находится не на высоком уровне. И, в случае, если виды спорта, непосредственно связанные с водой, такие как: гребля, парусный спорт, синхронное и подводное плавание - сразу подразумевают определенный уровень плавательной подготовки, то, так называемые, сухопутные виды спорта не всегда способствуют, а иногда и противоречат плавательным навыкам. К примеру: гимнасты, акробаты, спортивные танцоры так привыкают «держать носок» за время своей спортивной деятельности, что при обучении сталкиваются с проблемой – тянуть стопу на себя. Соответственно, сложнее научиться выполнять толчок ногами при плавании способом «брасс». Футболистам и некоторым другим спортсменам, специализация которых связана с большой нагрузкой на ноги, также приходится сталкиваться с некоторыми проблемами при овладении спортивными способами плавания. За время спортивной деятельности они, как правило, получают не одну травму в суставах: полученные контрактуры отрицательно сказываются при изучении новых двигательных навыков в воде. Травмированные суставы не обладают достаточной подвижностью, тем более, что для эффективной работы ног в плавании необходима хорошая подвижность в голеностопных суставах, причем как сгибание-разгибание, так и пронация-супинация. Тяжелоатлетам, зачастую, тренеры не разрешают плавательные динамические нагрузки: высокий удельный вес их мышечной массы отрицательно сказывается на уровне плавучести, что, в свою очередь, усложняет процесс обучения. Высокий удельный вес спортсменов нередко становится первопричиной скованности их в воде: зависание ног при выполнении скольжения ниже уровня всего туловища дает им ощущение, что они тонут и следующие попытки лечь на воду становятся менее уверенными. Неуверенность трансформируется в зажатость, мышцы становятся более напряженными и удельный вес тела еще больше возрастает. Таким образом, получается замкнутый круг. Еще больше проблем возникает при обучении плаванию на спине: чувство водобоязни просто складывает их пополам и они не ложатся, а просто садятся в воду.

Главная проблема обучения студентов – уже взрослых людей со сложившимися двигательными навыками, состоит в том, что если у ребенка навык дышать носом еще не совсем закреплен и они легко переходят на дыхание ртом, то к 14 годам изменить дыхание носом на дыхание ртом становится проблематичным. Рефлекторно, переходя в воде на дыхание носом, обучающиеся захватывают в нос воду и, получая болевой рефлекс, уже инстинктивно сжимаются, стараясь его избежать. Во избежание подобных ситуаций, чтобы исключить попадание воды в нос, специалисты рекомендуют простой механический способ – использование зажима для носа. Данный метод будет способствовать формированию навыка дыхания ртом в воде.

Что касается развития гибкости, то у студентов в процессе обучения возникает еще больше трудностей.

Гибкость – это физическое качество человека, характеризующееся способностью человека выполнять движения с большой амплитудой. Для обучения спортивным способам плавания необходимо иметь хорошую подвижность в плечевых и голеностопных суставах. Кроме того, для работы над развитием гибкости необходимо достаточное количество времени, которого, в рамках учебного процесса, не всегда хватает. Плыть эффективно – означает плыть с большей скоростью с меньшими затратами энергии. Эффективное плавание обеспечивается использованием правильной техники и физической подготовкой пловца. Чем длиннее мышечные волокна, тем большую силу они могут создавать во время сокращений. Систематические упражнения на развитие гибкости позволяют удлинить мышечные волокна. Благодаря хорошей растяжке мышцы способны выполнять более

## 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 Ё ПРАФЕСІЯНА 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