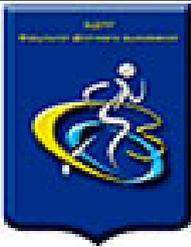


	Министерство образования Республики Беларусь  Учреждение образования
	«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»  факультет физического воспитания

## **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.

3. Доступность речи педагога, проявляется в использовании спортивных терминов, команд, которые и легко воспринимаются школьниками разных возрастных групп. Педагогическое общение учителя предполагает умение работать как с классным коллективом учеников и спортивной группой школьников (на уроках физической культуры, занятиях в спортивных секциях) так и с большими коллективами учащихся при подготовке и проведении дней здоровья, спортивных праздников, флешмобов и вечеров; это опыт взаимодействия с родителями учеников, коллегами и руководством школы.

*Выводы.* Формированию языковой эрудиции будущего учителя физической культуры будет способствовать использование практикоориентированных курсов «Культура речи», «Педагогическая риторика», «Практикум по русскому языку» для нефилологических факультетов; использование межпредметных связей, потенциальных ресурсов педагогических дисциплин, этики, эстетики, культурологии; пропаганда лингвистических знаний в средствах массовой информации: печати, телевидении, радио.

Одна из наиболее важных задач в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре и спорту, состоит не только в том, чтобы научить говорить в зависимости от цели высказывания и адресата, то есть в конечном итоге научить пользоваться речью сообразно обстоятельствам. Она заключается в том, чтобы сформировать у студентов «коммуникативную компетентность», которая охватывает как знания языковой системы и владение языковым материалом (вербальные умения), так и соблюдение социальных норм речевого общения, культуры речевого поведения.

Общение – большая духовная сила. От качества речи зависит наша жизнь, продуктивность повседневного и профессионального общения. Речь – показатель интеллигентности, образованности, логики мышления, эмоционального интеллекта, общей культуры личности учителя физической культуры. В ней раскрываются ценностное сознание и отношение личности к деятельности, особенности темперамента, характера, специфика проявления чувств. Речь служит визитной карточкой личности. Языковая культура осмысливается в экологическом аспекте как составляющая часть здоровой и чистой окружающей речевой среды, свободной от двусмысленности – всего, что негативно отражается на жизни языка, на общей культуре и духовности белорусской нации.

*Литература*

*Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений – М.: Академия, 2008. – 480 с.*

## **СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ОТБОРА И ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ**

*Хижевский О.В.  
БГПУ им.М.Танка*

Основная задача спорта — содействовать укреплению здоровья, физическому и психическому развитию молодежи. Учитывая это, необходимо поощрять всех желающих заниматься борьбой. Проблема отбора должна возникать только в случае ограниченного приема в подготовительную или тренировочную группу, а также при определении состава команды, которая должна выступать на соревнованиях.

Отбор очень важен, так как специфические соматические, функциональные, двигательные и психические качества проявляются с раннего возраста и позволяют прогнозировать спортивное развитие каждого подростка. Разумеется, прогнозы не должны абсолютизироваться, так как иногда переходный возраст вносит неконтролируемые изменения в развитие подростков, а их отношение к занятиям дзюдо часто меняется под воздействием биологических, духовных и социальных факторов.

В связи с этим важно еще раз подчеркнуть, что отбор необходимо осуществлять не как однократный акт, основывающийся на комплексе тестов, а как систематическое и

продолжительное исследование, в котором должны найти свое место и наблюдения тренера, и его педагогические эксперименты. Выводы должны основываться не только на врожденных качествах спортсмена, но и на его способности обучаться. Многие выдающиеся борцы, должны были бы пройти проверку тестами для того, чтобы попасть в тренировочные группы, вряд ли сегодня спортивный мир знал бы их имена. Поэтому каждый прогноз необходимо составлять с определенной осторожностью и периодически пересматривать. Часто количественные показатели при длительной подготовке дают неожиданный и весьма мощный качественный эффект. Не надо забывать, что многие юноши – чемпионы при переходе в группу мужчин не могут добиться высоких спортивных результатов.

Особое внимание следует уделять этике отбора. Ни в коем случае нельзя, чтобы у ребят были основания для обиды, для развития комплекса неполноценности или для ненужного высокомерия, слишком высокой самооценки.

Подготовка спортсменов это многогранный и многолетний процесс обучения, воспитания и совершенствования всех сторон подготовки спортсмена, который способствует своевременному предоставлению необходимого учебного материала для освоения техники дзюдо. Многолетнюю подготовку от новичка до зрелого спортсмена целесообразно рассматривать как единый процесс, подчиняющийся определенным закономерностям, как сложную специфическую систему со свойственными ей особенностями, с учетом возрастных возможностей юных спортсменов. В процессе всех лет занятий дзюдо, задачи, тренировочные средства и методы претерпевают значительные изменения.

Тренировка юных спортсменов, в отличие от тренировки взрослых, имеет ряд методических и организационных особенностей:

1. Тренировочные занятия с юными спортсменами, в первые годы занятий не должны быть ориентированы на достижение высокого спортивного результата. С этапа начальной подготовки необходимо уделять внимания воспитанию волевых качеств, смелости, решительности в достижении цели и устойчивого интереса к своему виду спорта. Воспитывать умение самостоятельно работать, уметь участвовать в соревнованиях и добиваться высоких результатов.

2. В процессе многолетней тренировки необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить гигиену быта, хорошую организацию врачебно-педагогического контроля за состоянием здоровья, за подготовленностью занимающихся и их физическим развитием.

3. Надежной основой успеха юных спортсменов в избранном виде спорта является приобретенный фонд умений и навыков технических действий в дзюдо, всестороннее развитие физических качеств, повышение уровня функциональных возможностей организма.

4. С возрастом занимающихся и степени их подготовленности общий объем тренировочной нагрузки, с каждым годом, увеличивается. Постепенно снижается удельный вес общей физической подготовки и повышается удельный вес специальной физической и технической подготовки.

5. Все особенности проведения спортивной тренировки должны быть отображены в планировании каждого годового цикла на всех этапах многолетней подготовки спортсменов.

Система спортивной подготовки представляет собой организацию регулярных тренировочных занятий и соревнований. На протяжении многих лет тренировок юные спортсмены должны овладеть техникой и тактикой ведения борьбы, приобрести соревновательный опыт и специальные знания, повысить свои нравственно-моральные и волевые качества.

Успешная реализация основных методических положений подготовки спортивного резерва основывается на последовательной реализации многолетней подготовки.

По действующей в данное время Единой программе обучения и тренировки по борьбе предполагается систематическая многолетняя подготовка и отбор дзюдоистов с последовательным переходом в возрастные учебно-тренировочные группы в три этапа:

*Первый этап* – отбора и начальной подготовки (9-10 лет)

## 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> НОВАЯ 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>Тимашкова 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