



105 лет
БГПУ

Министерство образования Республики Беларусь
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка

*Международный научный симпозиум
«Непрерывное педагогическое
образование – гарант будущего»,
посвященный 105-летию БГПУ*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ТУРИЗМ: ДОСТИЖЕНИЯ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

*Сборник материалов XI Международной
научно-практической конференции*

г. Минск, 15–16 ноября 2019 года

Минск
БГПУ
2019

УДК 796
ББК 75
Ф48

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Р е д к о л л е г и я :

кандидат педагогических наук, доцент *А. Р. Борисевич* (отв.ред.);
кандидат исторических наук *А. Н. Касперович*;
кандидат педагогических наук, доцент *А. А. Балай*;
кандидат биологических наук, доцент *Н. Г. Соловьева*

Физическая культура, спорт и туризм: достижения теории и практики на современном этапе / сборник материалов XI Междунар. науч.-практ. конф., 15–16 ноября 2019 г., / редкол.: А. Р. Борисевич (отв.ред.) [и др.]. – Минск: БГПУ, 2019. – 240 с.

ISBN 978-985-541-715-7.

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. Широко представлено значение и развитие олимпийского образования для формирования личности. 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. Представлено новое направление – спортивное волонтерство и его особенности в рамках здоровьесберегающей среды университета. Отдельные статьи посвящены развитию олимпийского движения и образования.

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

УДК 796
ББК 75

ISBN 978-985-715-7

© Оформление. БГПУ, 2019

образования «Пограничная безопасность»: материалы Респ. научн.-метод. конф., Минск, 27 апр. 2012 г. / Ин-т погранич. службы Респ. Беларусь; редкол.: В. Г. Моисеенко (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2012. – С. 160–162.

2. Полиевский, С. А. Физическое воспитание учащейся молодежи (гигиенические аспекты) / С.А. Полиевский. – М.: Медицина, 1989. – 156 с.

3. Раевский, Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов высших учебных заведений: учеб.-метод. пособие / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский; под общ. ред. Р. Т. Раевского. – Одесса: Наука и техника, 2010. – 380 с.

4. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учебник / А.Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 526 с.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ ЖЕНЩИН 25–30 ЛЕТ

Безына Е.А., Остапенко Г.А.
г. Минск, Республика Беларусь

Systematic fitness classes on various programs allow you to maintain the level of physical fitness, improve health, have an aesthetic effect on women 25–30 years. The fundamental task of development of modern society of Republic of Belarus are maintenance and maintenance of physical health and high functional vital of women signs up-to-the-mark.

В нашем современном мире поддержание своего организма, стремление к хорошему самочувствию, эстетичной привлекательности и мышечной силе, повышение собственной самооценки является осознанием у большинства людей необходимости придерживаться здорового образа жизни. Основопологающей задачей развития современного общества Республики Беларусь является сохранение и поддержание физического здоровья и высоких показателей функционального состояния организма женщин на должном уровне.

Женщины вовлеченные во многие общественные, социально-экономические аспекты жизнедеятельности, выполняют главнейшее биологическое предназначение – материнство и воспитание подрастающего поколения, увеличивающих их социально значимую роль. При значительной нехватке свободного времени достаточно актуально стоит вопрос о привлечении женщин 25–30 лет к занятиям фитнесом во всем его многообразии.

Результаты исследования. Трактование понятия «фитнес» имеет весьма широкое значение, которое в качестве иностранного аналога представляет такие определения, как «пригодный», «здоровый» и «приспособленный».

Анализ научно-методической литературы указывает на то, что понятие «фитнес» трактуется по-разному. Его понимают как: «образ жизни, позволяющий сохранить и укрепить здоровье, уравнивать эмоциональное состояние, совершенствовать физическую форму, вести активный образ жизни» (Н. Н. Венгерова) [1, с. 72], как: «многофакторные компоненты интересов личности: планирование жизненной карьеры, личная гигиена, физическая тренировка, рациональное питание, профилактика заболеваний, социальная активность, психоэмоциональная регуляция, в том числе борьба со стрессами и вредными привычками, факторы здорового образа жизни» (В. А. Товт, И. И. Марионда, Е. М. Сивохоп, В. Я. Сусла) [4, с. 22], как: «система занятий физической культурой, включающая не только поддержание хорошей физической формы, но и интеллектуальное, эмоциональное, социальное и духовное начало» (О. В. Сапожникова) [3, с. 7].

На рисунке 1 представлена классификация видов фитнеса и их сущность, установленная в ходе анализа и обобщения научно-методической литературы [5, 2].

•Общий. Используется на начальном этапе занятий и подразумевает оптимальное качество жизнедеятельности, охватывающее социальные, умственные, духовные и физические компоненты, определяющие «положительное здоровье».

Физический. Используются упражнения силового и аэробного характера, нормальное реагирование на психические нагрузки за счет формирования способностей переносить напряжения; подразумевает рациональное питание, здоровые нормы поведения, разнообразие деятельности и эмоциональный комфорт.

Спортивно-ориентированный. Используется соотношение условий конкретного вида спортивной деятельности и требований к проявлению соответствующих способностей с возможностями реализации их в процессе занятий, характеризуется наиболее высокой степенью двигательной активности, направленной на развитие двигательных способностей и физических качеств для решения спортивных задач.

Рисунок 1 – Содержание видов фитнеса

Анализ, проведённый Н. В. Южаковой и Е. П. Удаловой, свидетельствует о том, что «специфика фитнеса состоит в подборе разных видов спортивных упражнений и других мер по улучшению здоровья, укреплению систем организма и коррекции» [6].

Для нашего исследования было важным из всего разнообразия силовых программ выбрать оптимальный метод тренировок с использованием силовых упражнений для женщин 25–30 лет, которые посещали спортивно-оздоровительный комплекс «Дельфин» на протяжении 3 месяцев. ABL (Abdominal–buttocks–legs) – силовой класс для тренировки мышц живота, нижней части спины и ног. Step-Interval – это тип занятия, направленный на развитие основных групп мышц тела при чередовании фрагментов аэробной и силовой нагрузки.

Результаты педагогического наблюдения и сравнительный анализ показателей уровня развития физической подготовленности женщин 25–30 лет под воздействием занятий фитнесом – ABL и Step-Interval, представлены в таблице 1. Достоверных различий в показателях, характеризующих уровень физической подготовленности женщин 25–30 лет, посещающих занятия фитнесом по различным программам не выявлено в связи с небольшим промежутком времени для поведения данного исследования. Однако наблюдается тенденция улучшения данных показателей во всех показателях для женщин как группы ABL, так и группы Step-Interval.

Таблица – Показатели уровня развития физической подготовленности женщин 25–30 лет на различных этапах исследования (M±m)

Контрольные упражнения (тесты)	Начальный этап		Заключительный этап	
	ABL	Step-Interval	ABL	Step-Interval
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	13,30±1,67	12,70±2,21	14,50±1,34	14,60±3,62
Поднимание туловища за 1 минуту (раз)	27,40±1,80	32,70±2,22	32,40±1,66	38,30±2,70

СОДЕРЖАНИЕ

Каспяровіч А. М. СУЧАСНЫ СТАН І ТЭНДЭНЦЫІ РАЗВІЦЦЯ ШАХМАТНАЙ АДУКАЦЫІ Ў БЕЛАРУСІ	3
Асмаковіч Ж. И., Данилюк В. М. ПРИКЛАДНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ СТРОИТЕЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТА БНТУ	8
Алешкевич В.Л., Глинский С.А., Коптев С.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ КООРДИНАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРИ ОБУЧЕНИИ ТЕХНИКЕ БЕГА НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ	11
Аринович И.С. СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ ТУРИЗМА	13
Балай А.А., Дворецкий Л.К., Поплавский Н.Н. АСАБЛІВАСЦІ ВЫКАРЫСТАННЯ ГІМНАСТЫЧНАЙ ТЭРМІНАЛОГІІ АГУЛЬНАРАЗВІВАЮЧЫХ ПРАКТЫКАВАННЯЎ У АДУКАЦЫЙНЫМ ПРАЦЭСЕ	15
Барановская Д.И., Борщ М.К., Фомочкина Г.И. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФУНКЦИИ ВНЕШНЕГО ДЫХАНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ БНТУ	17
Башлакова Г.И., Гайдук С.А., Юдина В.В. ЗНАЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	19
Безыпа Е.А., Остапенко Г.А. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ ЖЕНЩИН 25–30 ЛЕТ	21
Бродяк О.П. АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТАРТОВОЙ РЕАКЦИИ ЮНЫХ ПЛОВЦОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ	24
Белоус П.А., Давыдов М.В. ОПРЕДЕЛЕНИЕ КАЧЕСТВА ЛЬДА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ	26
Брускова И.В., Ерёмов Н.Г. ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ НА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ КАК КОМПОНЕНТА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	29
Бутько А. В., Абрамович П. А. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ У СТУДЕНТОВ	31
Быков Д.Ю., Парамонова Н.А ВАЛИДАЦИЯ ТЕНЗОМЕТРИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ СИЛЫ ОТТАЛКИВАНИЯ В КОНЬКОБЕЖНОМ СПОРТЕ	34
Василена А.А., Борисевич А.Р., Круталевич М.М., Макаренко В.А. ДИДАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	36
Вербицкий О.В., Бродяк О.П. МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СТАРТОВОЙ РЕАКЦИИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОЦОВ	40
Витковский А.В., Шкулева Н.В. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ НА ОСНОВЕ СТРЕТЧИНГА	42
Войнило А. В., Огородников С. С., Касьяник К. В. СОВРЕМЕННЫЕ ПРИЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ СО СТУДЕНТАМИ	45
Гайсенкович Е.Н., Хижевский О.В., Машкевич О.Н. СТРУКТУРА ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНТОК В ВЫБОРЕ СРЕДСТВ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ КОМПЛЕКСНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ	48
Глазко М.И. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	49
Глазырин А.А., Шоцкий П.П. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ СОХРАНЕНИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА ЧЕЛОВЕКА	52
Глазырина Л. Д., Лопатик Т. А. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЗРАБОТКИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ	54
Григоревич И.В., Салыщ А.Ф., Тереня В.А. РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫСТУПЛЕНИЯ КОМАНД БГПУ В РЕСПУБЛИКАНСКОЙ УНИВЕРСИАДЕ	56
Григоревич И.В., Кукель А.А., Шалимо И.А. ОЦЕНКА И УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ БГПУ	59
Данилевич Н.В., Резвицкая Л.В., Алешкевич В.Л. АКТУАЛЬНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ ПРИКЛАДНОГО ПЛАВАНИЯ	61
Дрыгін А.В. ЭФЕКТЫЎНАСЦЬ ВЫКАРЫСТАННЯ НАРОДНЫХ ГУЛЬНЯЎ У ВЫХАВАЎЧАЙ РАБОЦЕ СА ШКОЛЬНІКАМІ: ПРЫЁМЫ ТРАНСФАРМАЦЫІ	64
Дятлов В.Ю. ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОБЛАЧНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ G SUITE FOR EDUCATION В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	68

Жмуровский С.А. КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ НОРМАТИВНЫХ ТЕСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ВУЗОВ	70
Елсаков И.В. РОЛЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ЦЕНТРА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ РУКОВОДЯЩИХ РАБОТНИКОВ И СПЕЦИАЛИСТОВ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ В ОСВОЕНИИ НАВЫКОВ ЗАДЕРЖАНИЯ ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ	72
Елсаков И.В. АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ КАНДИДАТОВ ДЛЯ ПРИЕМА НА ОБУЧЕНИЕ В ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ РУКОВОДЯЩИХ РАБОТНИКОВ И СПЕЦИАЛИСТОВ МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ	74
Знатнова Е.В., Поляков Г.В., Мицкевич Т.А. ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ СТОПЫ ПЛОВЦОВ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	76
Игонина Е.Н. ВРЕМЕННЫЕ ПАРАМЕТРЫ ВАРИАбельНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА	78
Каплюг Ю.Ф., Кузьмина Л.И. ФОРМИРОВАНИЕ КЛЮЧЕВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РЕЗУЛЬТАТЕ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»	81
Каранец Е.М., Власенко Н.Э. СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОБСЛЕДОВАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	84
Касько В. А., Соловьёва Н. Г., Петрович М. Н. ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ КОМПЛЕКСЫ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ	87
Квятковская Н.А., Раковец Е. В., Казакова Л. В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ОФК НА ЗАНЯТИЯХ СО СТУДЕНТАМИ СУО	91
Квятковская Н.А., Раковец Е. В., Казакова Л. В. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ СТУДЕНТОВ СУО БНТУ	94
Козлова Т. В. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ	96
Кондаков В.Л., Копейкина Е.Н., Кадуцкая Л.А. ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СОВРЕМЕННОМ РЕГИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ	98
Котлювский А.В., Круталевич М.М., Онищук О.Н. ВОЗМОЖНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ НА ЛЬЖАХ С ДЕТЬМИ 5-6 ЛЕТ	102
Кравцов А.П., Листопад И.В., Азарова Е.А. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 56 ЛЕТ ПРИ ВКЛЮЧЕНИИ В ПРОГРАММУ ПОДГОТОВКИ ЗАНЯТИЙ НА ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СТЕНКЕ	105
Кравченко А. А. АТТЕСТАЦИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	108
Крыштанович С. В. МЕНЕДЖМЕНТ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ	110
Кузьмина Л.И., Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О. ИССЛЕДОВАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЮНЫХ КАРАТИСТОВ	113
Лаврёнов А.Н., Абрагимович Т.И. ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ ПРИ ПРЕПОДАВАНИИ КУРСА «ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ»	117
Листопад И.В., Байрамкулыев Б.Б. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В АРМРЕСТЛИНГЕ	120
Лукашевич Д.А., Гусейнов Д.И. НОРМИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК В ГРЕБЛЕ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ	122
Малуха Р.В., Кобзев В.Ф. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЮНЫХ БИАТЛОНИСТОВ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ ТЕСТИРОВАНИЯ	125
Мацкевич О.Н., Мацкевич В.Н. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО САМБО В НЕСПЕЦИАЛИЗИРОВАННОМ ВУЗЕ	128
Машницкий И.В. ОБ ОБЪЕКТИВНОСТИ БЕЛОРУССКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО РЕЙТИНГА ТЕННИСИСТОВ-ЮНИОРОВ	131
Михаль А. П. АНАЛИЗ ТУРИСТИЧЕСКИХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ БНТУ	134
Мурзинков В.Н. НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ ТАКТИЧЕСКОГО ПЛАНА СХВАТКИ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ	136
Мухлядо В.К., Треско С.А. МОТИВАЦИОННЫЕ УСТАНОВКИ ТРЕНЕРА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ МИНИ-ФУТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ В УНИВЕРСИТЕТЕ	138

Навойчик А.А., Навойчик В.П., Волоткович В.А. ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО БАСКЕТБОЛУ В ГРОДНЕНСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЫ	140
Новик А.Ю. Хижевский О.В., Новичков П.О. СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	143
Огородников С.С., Сак В.И., Касьяник К.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО МЕТОДА В ОБУЧЕНИИ ПРИЕМАМ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ	144
Пархимович Т.В., Остапенко Г.А., Дорошенко В.В. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЗАНЯТИЯХ С УЧАЩИМИСЯ 13–14 ЛЕТ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП	147
Пенкрат В.И., Самусева Н.В. МОДЕЛЬ «ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК» В СОВРЕМЕННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЯХ МОЛОДЕЖИ: БЛИЦ-ИССЛЕДОВАНИЕ	150
Подoliaкина М.С., Жукова И.А., Пунчик В.Н. ПОТЕНЦИАЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРУШЕНИЙ ФОРМЫ СТОПЫ И ОСАНКИ У ШКОЛЬНИКОВ	153
Полешук Ю.А., Игнатюк Д.А., Моисеенко Г.Н. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ У БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	155
Поликарпова Л.С., Моргун А.М., Чулкова О.С. СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ИНСТИТУТА ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	157
Punchik V.N., Semenova E.P., Khlopkov Y.A. USING OF MEDICAL EQUIPMENT FOR RENABILITATION OF SPORTSMEN	160
Савицкая Е.В., Кузьмина Л.И. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ ПО ТУРИЗМУ	161
Самусева Н.В., Борисевич А.Р. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО СТАНОВЛЕНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ХОДЕ ОБУЧЕНИЯ В МАГИСТРАТУРЕ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»	164
Самусевич Е.В. Мацкевич О.Н. ВЛИЯНИЕ МУЗЫКОТЕРАПИИ НА МОЛОДЫХ ИНВАЛИДОВ, СТРАДАЮЩИХ ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ	167
Семенов М.С. Хроменков Л.Я. ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПОДГОТОВКА МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ	169
Семенюк А.А., Парамонова Н.А., Борщ М.К. КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВНЕШНЕЙ ФОРМЫ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ У СПОРТСМЕНОВ	171
Середин А.А., Середина И.А. ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ НАРУШЕНИЯМ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛ: ТЕНДЕНЦИИ И ПРОТИВОРЕЧИЯ	174
Соловцов В.В., Готто И.И., Юранов С.Я. РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПРАКТИКООРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ СУВОРОВЦЕВ	177
Соловьёва Н.Г., Смородская Т.Л., Наапетян Ю.Г. АНАЛИЗ УРОВНЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ С СИНДРОМОМ ГИПЕРАКТИВНОСТИ	180
Сушенко Л.П., Базильчук О.В. ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ УКРАИНЫ	183
Татариневич К.К., Каплюг Ю.Ф., Кобзев В.Ф. ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРОГРАММ ДЛЯ ЭКСПРЕСС-ОЦЕНКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И УРОВНЯ ТРЕНИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ- СПОРТСМЕНОВ	186
Тимофеев А.А., Холод А.В. СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В УСЛОВИЯХ ВУЗА	190
Тихонова В.И., Соловьёва Н.Г., Смородская Т.Л. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ЭФФЕКТИВНОСТИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ	192
Федорцова Т.Д., Воробьева Н.Ю., Дехтяр Е. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ – АКТУАЛЬНАЯ ЗАДАЧА ОБЕСПЕЧЕНИЯ КАЧЕСТВА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	195
Хижевский О.В., Ярец Г.Г., Хаба О.О. ОСОБЕННОСТИ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОК ПО ДАННЫМ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ	198
Хроменков Л.Я., Врублевская В.И., Борисевич А.Р. ПРОВЕДЕНИЕ ИНТЕРАКТИВНОГО СЕМИНАРА «БЕЗВИЗОВЫЙ ВЪЕЗД В РЕСПУБЛИКУ БЕЛАРУСЬ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА»	201
Хроменкова Е.В., Борщ М.К., Парамонова Н.А. КРИТЕРИИ КОНТРОЛЯ И АЛГОРИТМ ОЦЕНКИ МОРФОЛОГИЧЕСКОГО СТАТУСА ПЛОВЦОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ	203

Цейко К.С. Касью В.А. ВЛИЯНИЕ ИЗОМЕТРИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ГИМНАСТОК	205
Целуйко Д.В., Кобзев В.Ф. СТАБИЛОМЕТРИЯ – ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ И РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ	207
Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О., Кузьмина Л.И. ОБОСНОВАНИЕ ОЦЕНКИ ЭКСПРЕСС-КОНТРОЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	210
Чурай А.У., Язерская Ж.І. ФАРМАРАВАННЕ ЗДРАЎЎЭЗБЕРАГАЛЬНАЙ КАМПЕТЭНТНАСЦІ СТУДЭНТАЎ НА ЗАНЯТКАХ ПА ЗАМЕЖНАЙ МОВЕ	214
Шагин А.Б. ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГОВ	217
Шлег Д.И., Тихонова В.И. СПОРТИВНЫЙ ТРАВМАТИЗМ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК МЕДИКО-СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА	220
Штаревичус Э., Мечковскис А., Котловский А.В. ЗНАЧЕНИЕ БОРЬБЫ САМБО В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ	222
Шуманская М. М. ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНТОВ СУО В БНТУ	223
Шунайко О.В. СОЗДАНИЕ ПОЗИТИВНОГО ОБРАЗА БЕЛАРУСИ НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА КАК ИНОСТРАННОГО	226
Шкулева Н.В., Шкулева А.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА В СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ	228
Юранов С.Я., Грачева О.С., Молчан М.А. МЕТОД КЕЙСОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ МЕТОДИКАМ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ	230
Dosin Y.M., Fathi Ali Al-Bsheni, Yagur V.E., Igonina E.N. KNEE JOINTS FUNCTION STUDY AT THE CLASSES OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS	232
РЕЗОЛЮЦИЯ	236

Научное издание

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ТУРИЗМ: ДОСТИЖЕНИЯ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

*Сборник материалов
Международной XI научно-практической конференции,
г. Минск, 15–16 ноября 2019 года*

*Ответственный за выпуск А. Р. Борисевич
Компьютерная верстка А. А. Покало
Дизайн обложки Е. С. Выдрицкой*

Подписано в печать 30.12.19. Формат 60 x 84 $\frac{1}{16}$. Бумага офсетная. Ризография.
Усл. печ. л. 13,95. Уч.-изд. л. 16,20. Тираж 100 экз. Заказ 787.

Издатель и полиграфическое исполнение: Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя, распространителя печатных изданий № 1/236 от 24.03.14.
Ул. Советская, 18, 220030, Минск.