

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА,  
СПОРТ И ТУРИЗМ:  
ДОСТИЖЕНИЯ  
ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ»**

*сборник научных статей*

УДК

ББК

## РЕКОМЕНДОВАНО

Советом факультета физического воспитания

УО «Белорусский государственный педагогический университет

имени Максима Танка»

(протокол № 3 от 27.11. 2019 г.)

### Редакционная коллегия:

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;

кандидат педагогических наук, доцент В. Л. Алешкевич;

кандидат педагогических наук, профессор О. В. Хижевский

Физическая культура, спорт и туризм: достижения теории и практики / сборник научных статей / редкол.: А.Р.Борисевич (отв.ред.) [и др.]. - Минск: БГПУ, 2019.

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.

Проблема оценки эффективности формирования компетенций, поиск доступных и надежных средств диагностики в области физкультурного образования, требует их дальнейшей разработки. От своевременности и полноты решения этих вопросов во многом зависит эффективность управления учебно-воспитательным процессом в вузах Республики Беларусь и качество подготовки специалистов.

Литература:

1. Беспалько В.П. Природосообразная педагогика. – М.: Народное образование, 2008. – 512 с.
2. Селеменова Т.А. Формирование компетенций в процессе обучения математике в вузах МЧС // М.: Kant. – 2017. – №2. - С. 64-67.
3. Селеменова Т.А. О роли математической культуры в современной образовательной парадигме России // М.: Школа науки. – 2018. – №6. - С. 56-57.
4. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // М.: Народное образование. - 2003. – № 5. - С. 58-64.

## **ВЛИЯНИЕ ЗРИТЕЛЬНОГО КОНТРОЛЯ НА ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ**

*Желнерович В.Г., Холод А.В., Игнатович Д.А.  
г. Минск, Республика Беларусь*

*The aim of this work was to study the influence of visual control limitations and training loads on the latent period of the motor reaction (with irritation of the auditory and tactile analyzers) and on the main parameters of the methods of struggle.*

Из литературы известно, что ограничения деятельности одного анализатора стимулируют или угнетают деятельность других органов чувств. В сложных условиях при затрудненном восприятии каких-то сигналов из внешнего мира другие органы чувств в определенной мере компенсируют утраченные функции.

Аналогичные примеры распространены и в практике спортивной борьбы. Всему миру известно имя глухонемого итальянского борца И.Фарба, чемпиона мира. Многие борцы с ограниченными способностями добиваются неплохих результатов (пример: член сборной команды БГПУ по греко-римской борьбе Лукомский А.В. призёр Универсиады и призёр Чемпиона Мира). Наблюдения показывают, что выключение, например зрения, стимулирует функцию двигательного анализатора. С завязанными глазами борцы быстрее избавляются от укоренившихся ошибок в технике, а находясь в захвате, активнее борются со своими противниками. Большое значение в данной ситуации приобретают двигательные ощущения. Излишнее возбуждение, обычно подавляющееся во время встреч с более сильным противником, исключается, так как спортсмен не знает, с кем ведет поединок. Как ни парадоксально, но глухонемые борцы, ведущие схватки с завязанными глазами, зачастую превосходят зрячих по тонкости дифференцировки двигательных ощущений.

Целью данной работы являлось изучение влияния ограничения зрительного контроля и тренировочных нагрузок на латентный период двигательной реакции (при раздражении слухового и тактильного анализаторов) и на основные параметры приемов борьбы.

Борец, находясь на спортивном ковре, выполнял определенный прием борьбы (бросок прогибом или через спину) вначале с открытыми, а затем с завязанными глазами. Скорость полета манекена отмечалась при помощи электронного

секундомера. При выполнении приемов борьбы с завязанными глазами латентное время реакции на тактильный раздражитель у членов сборной команды БГПУ уменьшается, у борцов второго состава латентная время реакции увеличивается. У спортсменов вольного стиля во всех классификационных группах во время борьбы с завязанными глазами латентный период двигательной реакции на звуковой и тактильный раздражители увеличивается. Эти результаты можно объяснить спецификой борьбы, так как поединки проходят преимущественно на близких дистанциях, что затрудняет ведение зрительного контроля за действиями противника.

В связи с чем борцы греко-римского стиля способны ещё тоньше анализировать тактильные и двигательные ощущения и эффективно действовать при ограничении зрительного контроля. В вольной борьбе зрительный анализатор играет ещё более значимую роль. Подготовка к атакующим и защитным действиям ведётся преимущественно с дальней дистанции, поэтому раздражителями являются зрительные сигналы. При выключении зрительного контроля нарушается зрительно-двигательная координация. Кроме того, с завязанными глазами боец вольного стиля испытывает определённое чувство неуверенности. Это излишнее возбуждение приводит к тормозным процессам в слуховом и тактильном анализаторах. Проведённые наблюдения показали, что латентное время реакции на звуковой и тактильный сигналы (борцы выполняли приёмы с завязанными глазами) после тренировочных и контрольных поединков и после выполнения теста на выносливость увеличились у борцов как греко-римского, так и вольного стиля. Эти результаты мы склонны объяснять следующим образом.

Доминантное возбуждение любой функциональной системы своего высшего проявления достигает непосредственно в момент деятельности, ради выполнения которой и формируется эта системная связь. В таком динамическом виде спорта, как борьба, в проведении любого технического действия участвует комплекс соединённых между собой временными связями анализаторов. В процессе многократных повторений для этого комплекса выработался оптимальный уровень возбуждения отдельных органов чувств – звеньев функциональной системы. Выключение одного анализатора из комплекса нарушает деятельность всей функциональной системы, сформированной по принципу приспособительного эффекта, т.е. для выполнения того или иного технического действия. Нарушается последовательное включение в работу звеньев цепи, увязывающей этот комплекс анализаторов, что приводит к тормозным процессам. Ограничение деятельности анализаторов даёт отрицательный эффект.

Однако при совершенствовании отдельных сторон технического мастерства данные ограничения зачастую приносят положительные результаты. Результаты исследований эффективности атакующих технических действий показывают, что приёмы борьбы, выполняемые спортсменами высокого класса с открытыми, а также с завязанными глазами, значительно отличаются по силовым и временным параметрам. Кроме того, наблюдаются некоторые различия в их динамической структуре. Так, при выполнении бросков прогибом с завязанными глазами рабочая фаза приёма уменьшается. Время отрыва противника и поворотом его спиной к коврику также имеют ярко выраженную тенденцию к уменьшению. Достоверные различия зарегистрированы и при увеличении усилий во время поворота противника спиной к коврику (с открытыми глазами - 39,2 ± 5,66 кг, с завязанными глазами - 43,5 ± 4,42 кг). Повышается скорость проведения всего приёма. При выполнении броска прогибом с завязанными глазами время, затраченное на организацию движения, сокращается (с открытыми глазами - 230 ± 58,2; с завязанными глазами - 195 ± 50,3). Но наряду с положительными сдвигами при выполнении бросков прогибом с завязанными глазами по сравнению с выполнением их с открытыми глазами было зарегистрировано снижение усилий в фазе отрыв-подбив на 4,3 кг и увеличение инерционной фазы

полёта (с открытыми глазами она равна 150+-23,7, с завязанными -275+-36,79). При выполнении бросков через спину захватом руки и головы уменьшается время, затраченное на организацию движения и полёта. Однако, величина усилия, необходимого для отрыва манекена от ковра, увеличивается на 2,2 кг. Увеличивается также скорость выполнения всего двигательного акта (зарегистрированы сдвиги по всем параметрам). Рост величины усилий при отрыве манекена от ковра, уменьшение времени, затраченного на организацию движения, сокращения латентного времени двигательной реакции и инерционной фазы приёма говорят о целесообразности совершенствования бросков через спину с завязанными глазами.

При совершенствовании техники выполнения бросков прогибом использование методического приёма наложения повязки на глаза наиболее эффективно при работе над уменьшением времени, затрачиваемого на организацию движения, и увеличением усилий, прилагаемых при повороте противника спиной к ковра (во всех случаях при выполнении броска прогибом с завязанными глазами мы наблюдали более мощный разворот противника высоко над ковром). Последнее, как показали настоящие исследования, является одним из важнейших факторов эффективного проведения данного приёма в соревновательных поединках. Таким образом, у спортсменов высокой квалификации во время введения схватки с завязанными глазами сохраняется структура приёмов, уменьшается время их выполнения и наблюдается увеличение усилия в некоторых фазах.

Улучшение силовых и временных параметров приемов борьбы при ограничении зрительного контроля по нашему мнению связано с обострением двигательных ощущений и с активизацией вегетативных процессов. Так, в обычных условиях на долю зрения приходится 80% раздражителя, что, естественно, вызывает множество ассоциаций и очагов возбуждения. Это, в свою очередь, сопровождается рассеиванием внимания, потерей концентрации энергии. Выключение зрительного анализатора при двигательной деятельности избавляет спортсмена от сильного раздражителя, позволяет сосредоточиться на тактильно-осязательной и двигательной рецепции. При этом спортсмен в большей степени нацелен на проведение технического действия, происходит мобилизация всей деятельности организма при выполнении двигательной задачи.

Приведённые выше результаты исследования, позволяют заключить, что с ограничением зрительного контроля у борцов греко-римского стиля латентный период двигательной реакции на звуковой и тактильный сигналы в большинстве случаев уменьшается, у борцов же вольного стиля эти показатели всегда увеличиваются. Уменьшается также время выполнения приёмов борьбы и возрастает величина силового компонента.

Таким образом, ограничения зрительного контроля может служить действенным средством для совершенствования технического мастерства борцов. Однако применение этого методического приёма без достаточного отдыха борцов после тренировочных схваток и другой интенсивной специфической работы, не принесёт желаемых результатов.

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Андарало И. А. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ ПО ТУРИЗМУ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И СПЕЦИАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН	3
Асмакович Ж. И., Данилюк В. М. РЕАЛИЗАЦИЯ КОМПЛЕКСНЫХ МЕТОДИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ В ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ СО СТУДЕНТАМИ ОСНОВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ СТРОИТЕЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТА БНТУ	6
Балай А.А., Дворецкий Л.К., Романович А.М. АСНОЎНЫЯ ФОРМЫ І АСАБЛІВАСЦІ ПРАВІЛАЎ ЗАПІСУ АГУЛЬНАРАЗВІВАЮЧЫХ ПРАКТЫКАВАННЯЎ	8
Барановская Д.И., Данилевич Н.В., Парамонова Н.А ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПЛАВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ» СО СТУДЕНТАМИ ФФВ БГПУ	10
Бахмутова Т.А., Сачук Н.В., Поляков Г.В. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С УЧЕТОМ ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНТОВ НА ФАКУЛЬТЕТЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БГПУ	13
Борисевич А.Р., Балай А.А., Врублевская В.И. АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ РАЗРАБОТОК И ВЫЯВЛЕНИЕ ПРОТИВОРЕЧИЙ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	14
Войнило А. В., Огородников С. С., Котловский А.В. СОВРЕМЕННЫЕ ПРИЕМЫ В ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО БАСКЕТБОЛУ	16
Волкова Л.М., Борисевич А.Р., Рябых В.А. ИЗУЧЕНИЕ БАНКА ДАННЫХ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА	19
Гайдук С.А., Новикова Н.В., Хорошилова Т.В. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ – СОСТОЯНИЕ, ПРОБЛЕМЫ, ПРОТИВОРЕЧИЯ	23
Григоревич И.В., Чулкова О.С., Шишкина З.А. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА В БГПУ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ, ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	24
Данилевич Н.В., Игнатович Д.И., Барановская Д.И. АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ПЕРВОГО КУРСА ФФВ БГПУ	27
Дворецкий Л.К., Балай А.А., Романович А.М. СОВРЕМЕННЫЙ ВУЗ: КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	29
Желнерович В.Г., Холод А.В., Игнатович Д.А. ВЛИЯНИЕ ЗРИТЕЛЬНОГО КОНТРОЛЯ НА ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ	31
<i>Котловский А.В., Войнило А.В., Борисевич А.Р.</i> ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЧЕСКОГО УПРАВЛЕНИЯ В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ	34
Круталевич М.М., Вертейко О.В., Борисевич А.Р., Онищук О.Н. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ИЗУЧЕНИЮ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В МИРОВОМ ПРОСТРАНСТВЕ	35
Круталевич О.П.; Кукель А.А. ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТАМИ ФИЛОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ М.ТАНКА	38
Курлович Н.В., Глинский С.А., Осмольская С.В. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ ПО СОХРАНЕНИЮ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ	40
Лаврѐнов А.Н, Ционенко Н.М. СТРУКТУРИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ДИСЦИПЛИНЫ «ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ТУРИЗМА»	42

Лебедько А.В., Касько В.А. ВНЕДРЕНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ СО СКОЛИОЗОМ	45
Листопад И.В., Алешкевич В.Л., Азарова Е.А. ВЛИЯНИЕ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК НА СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	47
Мурзинков В.Н. УСТАНОВКА И РЕФЛЕКСИЯ В ТАКТИКЕ БОРЦОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ	50
Полещук Ю.А., Сальчиц А.Ф., Игнатович Д.А. РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ В КОНТЕКСТЕ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ	52
Поликарпова Л.С., Стебаков А.И. ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ИНСТИТУТА ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	54
Поплавский Н. Н.; Балай А. А., Романович А. М. ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СПОРТСМЕНОВ	56
Прокофьев С.А., Огородников С.С., Малышева Н.Л. РЕЗУЛЬТАТЫ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ С ПОМОЩЬЮ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ	59
Резвицкая Л.В., Данилевич Н.В., Алешкевич В.Л. ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ БРАССОМ И ВАРИАНТЫ ИХ ИСПРАВЛЕНИЯ	61
Романович А.М., Балай А.А., Поплавский Н.Н. УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ УЧАЩИХСЯ К СЛУЖБЕ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	63
Сачук Н.В., Бахмутова Т.А., Осмольская С.В. МОНИТОРИНГ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	66
Сизова Н.В., Шкулева Н.В. РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	68
Соловцов В.В., Бусыгина О.В., Юранов С.Я. ФАКТОРЫ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ В СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОФИЦЕРА	70
Филиппов Н.Н. ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	72
Филиппов Н.Н. АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ	74
Хижевский О.В. Гайсенкович Е.Н. ФАКТОРЫ, СНИЖАЮЩИЕ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОК НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ПРЕИМУЩЕСТВЕННО СИЛОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ	76
Новичков П.О., Хижевский О.В., Новик А.Ю. РАЗНОСТОРОННЯЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ	79
Шкулева Н.В. ЗНАЧЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОТЕНЦИАЛА ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ (НА ПРИМЕРЕ ИЗУЧЕНИЯ БУДУЩИМИ УЧИТЕЛЯМИ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»)	81
Шкулева Н.В., Шкулева А.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА В СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ	83
Шуманская М. М. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПОДВИЖНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР В ЗАНЯТИЯХ СО СТУДЕНТАМИ СУО	85
Arschtein N.A., Chlapak E.N., Volkova L.M. FEATURES OF REALIZATION OF SURVEY EXCURSION ON BERLIN	87

Dejlik S., Chlapak E.N., Borisevich A.R. ORGANIZATION OF PEDESTRIAN EXCURSION "EVENING PARIS" FOR A STUDENT TOURIST GROUP	88
Аманов Г.Б., Борисевич А.Р. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ПОДХОД В ИЗУЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ И ТУРКМЕНИСТАНЕ	89
<i>Гурбанов Б.С., Борисевич А.Р.</i> ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ТУРКМЕНСКОЙ БОРЬБЫ	91
Нурджанов Ш.Н., Борисевич А.Р. ИЗУЧЕНИЕ СУЩНОСТИ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР	92
Коптева С.И., Волкова Л.М. Тьюторское сопровождение студентов-иностранцев на факультете физической культуры воспитания	94
<i>Андарало И. А</i> САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ МЕНЕДЖЕРОВ ТУРИСТСКОЙ ИНДУСТРИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ САМООБРАЗОВАНИЮ	96
<i>Волкова Л.М.</i> УЧЕТ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	98
EFFECT OF A PROPOSED THERAPEUTIC EXERCISE PROGRAM FOR REHABILITATION OF PEOPLE WITH HERNIATED DISC AND IMPROVEMENT OF SOME PHYSICAL TRAITS AND PHYSIOLOGICAL VARIABLES Dr. Fatih Mazari : University of Bouira – Algeria Dr. Fathi Al-Bashini: University of Tripoli Akrm Banour : University of Bouira – Algeria	101
COMPARING TWO TYPES OF THERAPY TECHNIQUES IN THE TREATMENT OF LOW BACK PAIN 228(CONVENTIONAL UPPER TRUNK FLEXION VS MULLIGAN'S FLEXMOBILIZATION) d-saleh basher sad	103