



**БНИУ  
БелГУ**  
BELGOROD STATE  
UNIVERSITY (BSU)



# **СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**



Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования «Белгородский государственный  
национальный исследовательский университет» (НИУ «БелГУ»)

Педагогический институт  
Факультет физической культуры

**СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Сборник научных статей по итогам  
Международной научно-практической конференции

24 ноября 2023 года



г. Белгород, 2023

УДК 378.147:796  
ББК 75p30  
С 56

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом Педагогического института НИУ «БелГУ» (протокол № 3 от 14.11.2023)

Рецензенты:

*А.Н. Кулиничев*, кандидат педагогических наук, доцент,  
заместитель начальника кафедры физической подготовки  
Бел ЮИ МВД РФ им. И.Д. Путилина;

*А.А. Третьяков*, кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры спортивных дисциплин  
Педагогического института НИУ «БелГУ»

С 56

**Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта:** сборник научных статей по итогам международной научно-практической конференции (г. Белгород, 24 ноября 2023 г.) / под общ. ред. И.Н. Никулина. – Белгород: ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2023. – 801 с.

ISBN 978-5-9571-3371-1

В сборнике материалов конференции представлены работы отечественных и зарубежных учёных, а также молодых исследователей, затрагивающие широкий круг проблемных вопросов: современные тенденции развития физкультурного образования, физической культуры и спорта; актуальные вопросы преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» в учебных заведениях; актуальные вопросы теории и практики физкультурно-оздоровительной деятельности; современные технологии в адаптивной физической культуре; современные технологии подготовки спортсменов; современные физкультурно-оздоровительные технологии; медико-биологические аспекты физической культуры и спорта. Статьи опубликованы в авторской редакции.

УДК 378.147:796  
ББК 75p30

ISBN 978-5-9571-3371-1

© НИУ «БелГУ», 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
ИТОГИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НИУ «БЕЛГУ» В 2022-2023 УЧЕБНОМ ГОДУ Никулин И.Н., Кривченков В.В., Руденко В.В., Половнева С.В.	20
<b>ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ Алиева Э.М., Иващенко Ю.В.	32
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И СПОРТА НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА Алтухов С.Н., Оспищев В.П.	35
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ РЕКРЕАЦИОННО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Бабешко А.П.	40
РОЛЬ СПОРТА КАК ИНСТРУМЕНТА РАЗВИТИЯ МИРА И БЕЗОПАСНОСТИ Гусева А.С., Бочарова В.И., Подорванова О.В.	45
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА Дододжанова В.В.	50
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА КАК ОСНОВА ЕГО ЗДОРОВЬЯ И РАБОТОСПОСОБНОСТИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА Емельянова М.К., Коваленко А.А., Жилина Л.В.	53
ИЗУЧЕНИЕ ВАРИАТИВНОСТИ ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ Крамской С.И., Амельченко И.А., Крамской И.С.	57
ДИНАМИКА ИЗМЕНЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН Мельников В.Л., Медресов Б.А.	60
ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА К НЫРЯНИЮ Наумова М.И., Воронков А.В., Зорин Е.А., Наумов Д.А.	63
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В МЕТОДИКЕ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ Пожидаева И.Л., Ташиян В.А.	65
ВОЗМОЖНОСТИ УКРЕПЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ Романькова М.А., Дрогомерецкая М.В., Васюк Д.В.	69

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ПУТЬ К ДОЛГОЛЕТИЮ Соловьева Ю.С., Тарасова Л.В.	72
СООТНОШЕНИЕ ОБЩИХ И СПЕЦИАЛЬНЫХ ПРИНЦИПОВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ Тациян А.А.	75
МЕСТО И РОЛЬ ИНФОРМАТИЗАЦИИ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА Цуканов П.А., Панов С.Ф.	78
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА Чиркина А.Г., Репина Н.В., Жданов В.Н.	81
ПСИХОФИТНЕС: ПОНЯТИЕ, СОДЕРЖАНИЕ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЧЕЛОВЕКА Шаблова С.В., Афтимичук О.Е.	84
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ Шаповалов И.С., Чумило Е.А., Чеботарский А.Г., Воронков А.В.	90
<b>СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ</b>	
МОБИЛЬНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ И УСТРОЙСТВА ДЛЯ МОНИТОРИНГА И УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ С ИНВАЛЬДНОСТЬЮ Архипова Л.В., Гончарук С.В., Гончарук Я.А.	94
ПРИБОЩЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. Бовинова Г.В, Никифорова И.В.	97
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ Власова А.А.	103
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ: ПЕРСПЕКТИВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ Гончарук С.В., Гончарук Я.А., Мкртчян В.С.	106
ОПЫТ ВОВЛЕЧЕНИЯ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К МЕРОПРИЯТИЯМ КОМПЛЕКСА «ВФСК ГТО» В СТАРООСКОЛЬСКОМ ГОРОДСКОМ ОКРУГЕ Давыдова К.А., Воронков А.В., Скирденко А.О., Чумило Е.А.	112
РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ КОНТАКТНЫХ ВИДОВ СПОРТА (СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА) ПОСЛЕ ТРАВМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА Добролович С.К.	116

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ТРОМБОЦИТОПЕНИЧЕСКОЙ ПУРПУРЕ Загородняя Н.А., Боровенский А.А.	122
ПРИМЕНЕНИЕ ИППОТЕРАПИИ КАК МЕТОДА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ РАБОТЕ С ПОЖИЛЫМИ ЛИЦАМИ Иноземцева Е.Р., Климова В.К.	124
ПЛАВАНИЕ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА Клименко Ю.Г., Кузьменко Т.А., Макоева А.В.	129
РАЗВИТИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ В ЗДОРОВЬЕ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ Колоша А.А., Колоша К.А.	132
ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СПОРТЕ И ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КВЕСТ-ТЕХНОЛОГИИ Коник Е.И.	134
ДИНАМИКА МАССЫ И СОСТАВА ТЕЛА МУЖЧИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА, ТРЕНИРУЮЩИХСЯ В ТРЕНАЖЕРНЫХ ЗАЛАХ Кузнецов К.В., Климова В.К.	140
О НЕКОТОРЫХ АСПЕКТАХ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Кутергина А.Н.	143
АДАПТАЦИЯ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБЛАСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ Мкртчян А.С., Гончарук С.В., Гончарук Я.А.	146
ГИДРОКИНЕЗИОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ ГИПЕРТОНУСА У ДЕТЕЙ ДО ГОДА Наумова М.И., Воронков А.В., Зорин Е.А., Наумов Д.А.	150
РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ Павлова А.А.	152
АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОФИЛАКТИКИ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ Пахомова Л. Э., Чернолых В.М.	157
РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА «ЖИВАЯ ГЛИНА» ПО РАЗВИТИЮ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДЕТЕЙ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ Темерязанцев А.И., Климова В.К.	161

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И РАЗВИТИЕ АДАПТИВНЫХ ВИДОВ СПОРТА (НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС) В БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ Фиронова Р.П., Шин Г.А.	164
<b>СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ НАПАДАЮЩЕМУ УДАРУ ПОДРОСТКОВ 11-12 ЛЕТ В ШКОЛЬНОЙ СЕКЦИИ ВОЛЕЙБОЛА Баева Д.Н., Жилина Л.В., Мережко Г.И.	169
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ 10-14 ЛЕТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА Белов В.К., Кочнев А.В.	171
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ГИРЕВИКОВ Беляев И.С., Бахаева Е.А.	174
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДРОСТКОВОЙ МОЛОДЕЖИ Бойкова А.А., Дыбов В.Е.	178
ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ СВОДНЫХ ОТРЯДОВ ПОЛИЦИИ К ДЕЙСТВИЯМ В ОСОБЫХ УСЛОВИЯХ Брагин В.В.	181
СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ Брынцева Е.С., Третьяков А.А., Холоденко В.В.	184
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ Булавкин Д.Н.	190
СЛУЖЕБНОЕ ДВОЕБОРЬЕ, КАК СРЕДСТВО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА Васильев И.А., Кулиничев А.Н.	194
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕВОЧЕК 11-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЧИР СПОРТОМ Васильева Ю.С., Василенко А.Ю., Луповской М.С., Коник А.А.	197
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА У ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ Воронин И.Ю., Зуборева О.В., Сидякина К.О., Зуборев А.В.	200
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Галкин В.О., Горелкин С.И., Опалев Д.О.	204
РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В АРМРЕСТЛИНГЕ Герасименко А.О.	209

ГЕНЕРАТИВНО-СОСТЯЗАТЕЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ Григорьев В.И.	215
СТРУКТУРА НЕДЕЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ МИКРОЦИКЛОВ У МНОГОБОРЦЕВ И МНОГОБОРОК Грищенко А.С., Кондратенко П.П., Коренева М.С.	223
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ Долженко И.В., Дубровский, В.Ю., Нерубенко А.С., Олейник Д.В.	227
ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ КУРСАНТОВ МВД РОССИИ К СТРЕЛЬБЕ ИЗ ОРУЖИЯ ПИСТОЛЕТ МАКАРОВА Домрачёва Е.Ю.	231
СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА РУКОБОРЦЕВ В ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ Драгнев Ю.В.	234
ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА В КОЛЬЦО В БАСКЕТБОЛЕ Дубинин К.А., Амурская О.В.	238
ПРАКТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ДУЭЛЬНОЙ СТРЕЛЬБЫ Дубровский, В.Ю., Баландин О.С., Нерубенко А.С., Олейник Д.В.	241
МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА ЮНОШЕЙ 11-12 ЛЕТ Жилина Л.В., Баева Д.Н., Мережко Е.И., Шевченко О.В.	244
ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ СПОРТСМЕНОВ В ПЛАВАНИИ Загной Т.В., Капустина Е.Н.	247
ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ ТРЕБОВАНИЙ И УСЛОВИЙ ПРИСВОЕНИЯ СПОРТИВНЫХ РАЗРЯДОВ И ЗВАНИЙ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В 2023 ГОДУ Звягинцева Н.А., Никулин И.Н., Соколов В.В.	251
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ Ильин А.В., Чуканова Е.К., Белокопытов Д.И.	255
РОЛЬ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ В СТРУКТУРЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ Иляхина О.Ю.	258
МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У БОКСЁРОВ Кадуцкая Л.А., Шодиев М.С.	261

ОСОБЕННОСТИ РЕГУЛИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БОКСЕРОВ Кадуцкий А.А., Васюк Д.В., Цветов В.И.	265
ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В СЛУЖЕБНОМ БИАТЛОНЕ Кандабар А.Н., Ленёва Ю.Б.	267
РАЗВИТИЕ БЫСТРОТЫ У ЗАНИМАЮЩИХСЯ АРМРЕСТЛИНГОМ Кандауров М.С.	270
СОБЛЮДЕНИЕ ШАХМАТНОЙ ЭТИКИ – ОСНОВА БУДУЩИХ УСПЕХОВ НАЧИНАЮЩИХ ИГРОКОВ Коровянский А.Г., Куликов И.А., Манин О.Ю.	272
ФАЗОВЫЙ СОСТАВ И КИНЕМАТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА УДАРА НЕРИО ЧАГИ В ТХЭКВОНДО Коршиков В.М., Лобанова Е.В.	276
МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ЦЕЛЯХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ В УСЛОВИЯ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ Костюкова Е.В.	280
ЭВОЛЮЦИЯ ПЯТИ ОЛИМПИАД 1920-1936 Круглик И.И.	284
ПРОЦЕСС ОРГАНИЗАЦИИ И ПЛАНИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ ТРЕНИРОВКИ СПОРТСМЕНА ПО ВИДУ СПОРТА «ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ» Крыжановская Л.С., Стрелкова Я.А.	290
ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДОВ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ СТАТИСТИКИ В СПОРТЕ Лазарев А.А., Лазарев А.Н., Лазарева А.И.	293
АНАЛИЗ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ В ПОДГОТОВКЕ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ Левченкова Н.В., Пономаренко С.В.	298
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКОГО ТРЕНИНГА В БАСКЕТБОЛЕ Лобанова Д.С., Коник А.А.	303
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЧИР СПОРТСМЕНОВ Луповской М.С., Николаева Е.С., Миронова Т.А., Шатохина Н.Е.	306
АНАЛИЗ ДИНАМИКИ СИЛЫ ТЯГИ В ВОДЕ У ПЛОВЦОВ Луценко Г.В., Синкевич М.А., Брынцева Е.С.	310

ОСОБЕННОСТИ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ Макушкин А.С., Агафонов И.В., Луценко Г.В.	315
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ Маликов А.Ю., Унгуряну Е.В.	319
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ АКТИВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ КАРАТЭ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ Марченко А.В., Костюкова Е.В.	323
ОСОБЕННОСТИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ САМБИСТОВ В ХОДЕ СПОРТИВНОГО ОТБОРА Минакова Ю.А.	328
ВЛИЯНИЕ ПЛИОМЕТРИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА РЕЗУЛЬТАТЫ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В БЕГЕ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ Нерубенко Е.Е., Посохов А.В.	331
О ПРИМЕНЕНИИ БИОМЕХАНИЧЕСКОГО ТРЕНАЖЕРА АГАШИНА В СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Никифоров А.А., Подопригора Ф.Н., Толмачев Г.Ю.	333
РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТИ К РАВНОВЕСИЮ У ДЕВОЧЕК 8-9 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ Николаева Е.С., Осоргина М.Э., Шинкарук А.О., Пушкина А.В.	336
РАЗВИТИЕ ЮНИОРСКОГО АРМРЕСТЛИНГА В РОССИИ В 2018-2022 ГОДЫ Никулин И.Н., Орлов М.В., Малахов Р.Е., Плотников В.А.	341
СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ КУЧНОСТИ И МЕТКОСТИ СТРЕЛЬБЫ Олейник Д.В., Нерубенко А.С., Баландин О.С., Дубровский В.Ю.	345
СПОРТ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА Оспищев В.П., Летина Д.А.	348
ЗНАЧИМОСТЬ ОТСЛЕЖИВАНИЯ ЗОН МОЩНОСТИ НАГРУЗКИ В ГИРЕВОМ СПОРТЕ Поляков М.Ю., Воронков А.В.	353
РОЛЬ ОПЕРАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ СОТРУДНИКА ПОЛИЦИИ В БЫСТРОДЕЙСТВИИ ПРИ ПРЕСЕЧЕНИИ ПРАВОНАРУШЕНИЙ В УСЛОВИЯХ ОГРАНИЧЕННОГО ПРОСТРАНСТВА Полянский А.С., Алексеев Н.А., Клименко Б.А.	355
РАЗВИТИЕ СИЛЫ И ПОСТРОЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В АРМРЕСТЛИНГЕ Разиньков Е.С., Драгнев Ю.В.	360

ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА ТРЕНЕРА В УПРАВЛЕНИИ КОЛЛЕКТИВОМ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ Руцкой И. А. , Лутай Д.Ю.	367
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛИСТОВ 7-9 ЛЕТ Саласин А.Ю., Чефранов Б.Н., Никулин С.Ю.	370
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ЗУБЦОВЫМ МНОГООБОРОТНЫМ ПРЫЖКАМ ФИГУРИСТОК ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА ПОДГОТОВКИ Самсоненко К.В., Волыхина Н.А.	375
НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ПЛОВЦОВ Синкевич М.А., Нестерова М.В., Красников С.И.	381
ЗНАЧЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ КАК ОСНОВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО КАЧЕСТВА ВОСПИТАННИКОВ, ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ТУРИСТСКОГО ПОХОДА Соколов Р.А., Соколова Е.В., Чепенко Н.В., Клестов А.И.	384
ПРИМЕНЕНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ Статинов Н.М., Крамаровский А.Ю.	388
ЗНАЧЕНИЕ АРМРЕСТЛИНГА КАК ВИДА ЕДИНОБОРСТВА В СТАНОВЛЕНИИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ Столяров Л. Ю.	392
О НЕКОТОРЫХ ПОДХОДАХ ПО РАЗВИТИЮ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ НА ПЕРВОНАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ Съедин С.И.	396
АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ РАБОТЫ ТРЕНЕРА Тациян А.А., Панов Е.В.	399
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА КАК ВИД СПОРТА Тимофеева Л.В., Константинова Е.Д.	401
ТВОРЧЕСКИЕ ИТОГИ МАТЧА НА ПЕРВЕНСТВО МИРА ПО ШАХМАТАМ Тулинова Н.А., Коровянский А.Г., Манин О.Ю.	406
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ДЗЮДОИСТОВ 11-13 ЛЕТ Хван М.Л., Кадуцкая Л.А., Миронова Т.А., Коник А.А.	409
ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ОРИЕНТИРОВЩИКОВ В МАКРОЦИКЛЕ Черкашина Т.А., Нестеренко Г.Л., Черкашин А.В.	413

РОЛЬ РАЗМИНКИ ПЕРЕД ТРЕНИРОВКОЙ И СОРЕВНОВАНИЯМИ В ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКЕ Шамраева К.В.	419
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОКСЁРОВ Шодиев М.С., Кадуцкая Л.А.	422
<b>ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ</b>	
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ Афонин Р.Е., Беляев И.С., Новомлинская М.С.	427
МОДЕЛЬ ВОСПИТАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ФИТНЕС ТРЕНЕРА Афтимичук О.Е., Полякова В.П.	430
РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В РАМКАХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ Бауэр К.Е., Афонин Р.Е.	435
ВИДЫ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ Борисова Е.В., Борисов П.А., Глобин К.М.	439
К ВОПРОСУ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ФУТБОЛИСТОВ ГРУПП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ Булавкин Д.Н.	443
ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СРЕДНЕЙ И ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ Венгерова Н.Н., Люйк Л.В.	447
МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ Вергейчик Е.В.	453
ОПТИМИЗАЦИЯ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Волкова Л.М., Сокарева Г.В.	458
РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ПРИМЕРЕ СКИППИНГА Волынская Е.В., Ливенцев Н.В., Жеманов К.А.	462
ОБУЧЕНИЕ ШКОЛЬНИКОВ ТЕХНИКЕ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ Воронин И.Ю., Зуборева О.В., Чешев А.Р.	466

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО КАЧЕСТВА ВЫНОСЛИВОСТЬ У КУРСАНТОВ ВО ВРЕМЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ Воротник А.Н., Копытова А.А., Родин В.В.	470
ОСНОВЫ ПРИКЛАДНОГО ПЛАВАНИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ Галкин В.О., Агошков В.В., Третьяков А.А.	474
МЕТОДЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ ПОДРОСТКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Голубь А.Ю.	481
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТА-ПЕРВОКУРСНИКА В ВУЗЕ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА Гомзякова И.П., Крафт Н.Н.	483
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ В СИСТЕМЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ Горбатенко А.В., Забнин С.В., Кузуб С.В.	488
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К РАЗВИТИЮ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В СТАРШИХ КЛАССАХ Гордеев К.Ю., Петренко О. В., Башлыков А.Д., Бурдин А.С., Василенко А.Ю., Хватова С.А.	491
ФИДЖИТАЛ-СПОРТ, КАК НОВЫЙ ТРЕНД ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ Грачев А.С.	495
МЕТОДИКА СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЭЛЕКТИВНЫМИ ВИДАМИ АТЛЕТИЗМА Григоров Д.В., Евдокимов Е.В., Кадуцкий А.А.	501
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ, КАК ОДИН ИЗ УРОВНЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Гудникова С.В., Мальцева Ж.В.	504
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СПОСОБ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ Дододжанова В.В.	508
РОЛЬ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД Домрачёва Е.Ю.	512
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ Дубровский, В.Ю., Решетникова А.И., Рязанова Е.С.	515

СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ И ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ Жданова Я.С., Рыльский С.В., Бородкин А.А., Жиликова К.А., Рыльский Н.С.	519
ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММ АЭРОБНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ Жован Г.Ф., Куликова И.В.	522
ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭИОС В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ Иванова Д.С., Тарасова Е.Н., Апальков А.В.	527
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И МЕТОДИКИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СТРЕЛЬБЫ КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД Иляхина О.Ю.	530
СТАНОВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ АРМЕЙСКОГО РУКОПАШНОГО БОЯ КАК ПРЕДМЕТ ИСТОРИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ Ирхин В.Н., Ольденбургер Р.Ф.	535
К ВОПРОСУ ПРИМЕНЕНИЯ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ СОТРУДНИКАМИ ТРАНСПОРТНОЙ ПОЛИЦИИ Кандабар А.Н., Леонова Е.Р.	539
РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ ПО СРЕДСТВАМ ПРИМЕНЕНИЯ ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА УМЕНЬШЕННОЙ ОПОРЕ Киреева Г.С.	542
К ВОПРОСУ ОБ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЯХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ Кириллова Д.Ф., Дыбов В.Е., Дыбова Н.И.	548
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: ЗАДАЧИ, СРЕДСТВА И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ Клышникова Е.И., Амурская О.В.	552
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ Колесник Г.А., Амурская О.В.	555
К ВОПРОСУ ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМАМ САМОЗАЩИТЫ СОТРУДНИКОВ ОВД ЖЕНСКОГО ПОЛА Копытова А.А., Воротник А.Н., Рощупкина Ю.Н.	559
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО АРМРЕСТЛИНГУ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Корнилов А.Н., Федоров А.В.	562

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ НЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» Королева Е.Ю., Ирхин В.Н., Евдокимов Е.В.	567
ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ВОЛЕЙБОЛОМ В ПЕРИОД ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ Коруковец А.П., Кутергин Н.Б., Лаврова М.В.	571
НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ЖЕНСКОГО ПОЛА Костромицкая В.Г., Брагин В.В.	575
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФОНОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ (2018 и 2023 гг) Крамской С.И., Бондарь Е.А., Амельченко И.А.	578
ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ Кузьмин И.А., Горбатенко А.В.	582
ПРИМЕНЕНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ КУРСАНТОВ МВД Лазарев А.А., Цветов В.И., Романькова М.А.	586
ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ 12-13 ЛЕТ НА УРОКАХ БАСКЕТБОЛА Лапкин Д.Н., Посохов А.В., Буханов В.Д.	590
РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 15-16 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ Лучин Д.И., Рыльский С.В., Рыльский Н.С., Бородкин А.А., Шеркевич А.Н.	592
БРЕНДИНГ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА Мавропуло О.С., Демьянова Л.М.	596
КОМПЬЮТЕРНЫЙ СПОРТ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ИНТЕРНЕТ- ПРОСТРАНСТВЕ Макаров А.А.	599
ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА Маликов А.Ю., Потапова П.В.	604
СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ «НАСТАВНИКОВ» О СОПРОВОЖДЕНИИ И ПОМОЩИ В АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ- ПЕРВОКУРСНИКОВ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ Марьин И.С., Селютина Е.Ю., Загородникова А.Ю., Машков К.Ю.	607

ВЛИЯНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОДРОСТКОВ 13-14 ЛЕТ В ИНКЛЮЗИВНОМ ПРОСТРАНСТВЕ Мищенко И.А.	611
РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ 13-14 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДЗЮДО Николаева Е.С., Шинкарук А.О., Осоргина М.Э., Пушкина А.В.	622
РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ Павлова А.А.	626
РОЛЬ КРОССФИТА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ Панов Е.В.	629
АНАЛИЗ РАЗЛИЧНЫХ ПОДХОДОВ К СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ СИСТЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ У КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ Першин А.Ю., Воронин И.Ю.	633
ИССЛЕДОВАНИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ И ПРОГНОЗИРОВАНИЕ Петренко О. В., Башлыков А.Д., Гордеев К.Ю., Бурдин А.С., Василенко А.Ю.	637
К ВОПРОСУ О ПРИКЛАДНОМ ЗНАЧЕНИИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ Погребняк С.А., Малахов В.А., Каплун И.И.	639
КОМПЬЮТЕРНЫЙ СПОРТ И ГЕЙМИФИКАЦИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ШКОЛЬНИКОВ Половинкин В.В., Макаров А.А.	643
МОДЕЛЬ ВОСПИТАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ФИТНЕС ТРЕНЕРА Полякова В.П.	647
ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ МВД НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ: ПРОБЛЕМЫ И ОСОБЕННОСТИ Попов А.В.	652
АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА КАК ЭФФЕКТИВНАЯ СИСТЕМА РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНОШЕЙ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА Рогоза Д.С., Стрелкова Я.А.	655
ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ ПО ПРАВОМЕРНОМУ ПРИМЕНЕНИЮ ОГНЕСТРЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ У КУРСАНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ Родин В.В., Никулина А.С., Лопатин И.И.	659

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ НИУ «БелГУ», ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ Руцкой И. А. , Лутай Д.Ю.	664
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПРЫГУЧЕСТИ В ВОЛЕЙБОЛЕ У ШКОЛЬНИКОВ 8-9 ЛЕТ Саласин А.Ю., Калмыков М.Л., Лукашевич В.В.	671
ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ОТДЕЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОГАПОУ «БПК» В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО РЫНКА ТРУДА Сиденко О.С., Трушинская Ю.Н., Ткач Е.П., Добромирова Е.Г.	675
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ДОУ Сокорев В.В., Аббясова Н.Н., Сокорева Е.М.	681
КИБЕРСПОРТ – СОВРЕМЕННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ОБУЧЕНИИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ Солдатенко О.А., Кулиничев А.Н.	685
УРОК, КАК ОСНОВНАЯ ФОРМА ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ Стрелкова Я.А., Ямпольская Б.В.	689
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ МВД РОССИИ: ИСТОРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ Таран Я.А., Тарасов В.А., Ломанов Е.А., Лопатин И.И.	691
ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ЛЫЖНИКОВ Таранов Н.А., Посохов А.В., Буханов В.Д.	694
ПРИМЕНЕНИЕ ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ Тарасова Е.Н., Апальков А.В., Шилакин Б.В.	696
ХАРАКТЕРИСТИКА ТРАДИЦИОННЫХ И НОВЫХ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, ИХ КЛАССИФИКАЦИЯ Тациян В.А., Пожидаева И.Л.	699
АНАЛИЗ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ Тимофеев В.К., Руцкой И.А., Лутай Д.Ю.	702
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ НА ЭТАПЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ Томашук Я.Ю., Подорванова О.В., Трусова Д.Д., Барсова Е.Р.	706
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ДЕВУШЕК ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ Уварова Д.С., Омелина О.С., Апальков А.В.	709

МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИГРОВОГО МЕТОДА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В МЛАДШИХ КЛАССАХ Федоров А.В., Корнилов А.Н.	712
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОПЕРАТИВНО-РОЗЫСКНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ МВД РОССИИ Чернявский Д.Р., Першин А.Ю.	717
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МОБИЛЬНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ Чиркина А.Г., Репина Н.В., Жданов В.Н.	721
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ ПЛАВАНИЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ Чумило Е.А., Воронков А.В., Чеботарский А.Г., Шаповалов И.С.	728
ВЛИЯНИЕ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ НА ФИЗИЧЕСКУЮ И ФУНКЦИОНАЛЬНУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ Шевченко О.Н., Рыльский С.В., Клестов А.И., Рыльский Н.С., Жилиякова К.А.	733
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Шумилов А.Ю.	740
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СПОСОБ ПРОФИЛАКТИКИ СТРЕССА У МОЛОДЕЖИ Щербин Д.В., Егоров Д.Е., Посохова Т.В.	746
ВИДЫ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ Ямпольская Б.В.	749
<b>РЕАБИЛИТАЦИЯ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА</b>	
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ УЧАСТНИКОВ СВО Горелкин С.И., Галкин О.В., Колесникова А.А.	755
ЗНАЧЕНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РЕАБИЛИТАЦИИ УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ Моренко И.М., Носова Е.В.	757
К ВОПРОСУ ОБ АДРЕСНОМ СОПРОВОЖДЕНИИ РЕАБИЛИТАЦИИ ВЕТЕРАНОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ СРЕДСТВАМИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА Стрижакова Е.В., Будюков Р.Н., Никулин И.Н., Никулина Т.В.	763
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Хорошева Е.Д., Иващенко Н.Ю.	767

## МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ХАРАКТЕР ВОЗДЕЙСТВИЯ АКВААЭРОБИКИ НА ОРГАНИЗМ БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ, ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА ЕЕ ФИЗИЧЕСКОЕ, ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ, ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ Артюшенко А.А., Комарова И.Г.	772
ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ – НАШЕ БУДУЩЕЕ Вереитина А.М., Репина Н.В., Жданов В.Н., Колесник М.П.	778
К ВОПРОСУ О ВЛИЯНИИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА УРОВЕНЬ ТЕСТОСТЕРОНА У МУЖЧИН СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА Герасимова Е.А., Кондаков В.Л., Колесниченко П.Д., Михайлик Т.А.	780
ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ УЧАЩИХСЯ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА Капустина Е.Н., Загной Т.В.	785
ГОРМОНАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ТРЕНИРОВКИ: РОЛЬ ГОРМОНОВ В АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА К ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКЕ Козаченко М.Э., Ильин А.В., Ильина А.С.	790
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ОБЩЕЕ ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ПРИ ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНОЙ АНЕМИИ Хилькевич Н.Д., Кондаков В.Л.	794
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ НА СОН И СОНЛИВОСТЬ Шибяева Ю.В., Ильин А.В., Ильина А.С.	797

### Литература

1. Приказ МВД России от 11.02.2010 года № 80 “О морально – психологическом обеспечении оперативно – служебной деятельности органов внутренних дел Российской Федерации” // Российская газета. - №5405. – С.4.
2. Приказ МВД России от 23.11.2017 года № 880 “Об утверждении Наставления по организации огневой подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации”.
3. Таран А.М. Морально – психологическая устойчивость курсантов учебных заведений МВД России в процессе огневой подготовки / А.М. Таран // Общество и право. – 2013. - №3 (45). – С. 251 – 255.
4. Таран А.М. Техника выстрела из пистолета / А.Н. Таран, Ю.А. Напалков // Вестник Краснодарского университета МВД России. – 2016. - №1 (31). – С. 183 – 187.
5. Бронников С.В. Индивидуальная работа с курсантами на начальном этапе обучения стрельбе из пистолета / С.В. Бронников, М.С. Десятков // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2008. - №3 (34). – С. 62 – 64.
6. Сибирко М.А. Формирование морально – психологической устойчивости курсантов образовательных учреждений МВД России в экстремальных ситуациях [Текст]: автореферат на соискание ученой степени кандидата педагогических наук (13.00.08) / Михаил Фнатовлевич Сибирко. – Воронежский институт МВД России. – Елец, 2012. – 24 с.

## СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА РУКОБОРЦЕВ В ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ

**Драгнев Ю.В.**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Луганский государственный педагогический университет»  
(ФГБОУ «ЛГПУ»), Россия, г. Луганск  
dragnev@bk.ru

**Аннотация:** материал посвящен спортивной подготовке рукоборцев в Луганской Народной Республике. Раскрываются занятые места спортсменами ЛНР в Кубке России по армрестлингу в 2023 году.

**Ключевые слова:** спорт, спортивная подготовка, рукоборцы.

При поддержке Министерства спорта России и Министерства спорта Луганской Народной Республики в 25 августа 2023 году было аккредитовано региональное отделение общероссийской общественной организации «Федерация армрестлинга России» – «Федерация армрестлинга Луганской Народной Республики».

Спортивная подготовка рукоборцев в Луганской Народной Республике началась задолго до официальной аккредитации. На протяжении 8 лет в ЛНР проводились соревнования и учебно-тренировочные занятия по армрестлингу в различных городах ЛНР: Антрацит, Алчевск, Краснодон, Луганск и т.д. Это позволило сформировать сборную команду для участия в Кубке России по армрестлингу в городе Севастополь в 2023 году (см. табл 1.).

**Таблица 1 – Сборная команда Луганской Народной Республики для участия в Кубке России по армрестлингу в городе Севастополь**

№	Фамилия, имя, отчество участника	Дата рождения	Разряд, звание	Весовая категория	Спортивная организация	Фамилия, имя, отчество тренера
1	Абалов Максим Олегович	22.03.1988	1	90	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Ю.В.
2	Агафонов Александр Павлович	10.08.2003	3	80	ФАЛНР. Луганск	Павлов Илья Александрович
3	Агафонов Станислав Павлович	02.03.2005	3	80	ФАЛНР. Луганск	Павлов Илья Александрович
4	Гребенюк Сергей Игоревич	22.09.1995	1	75	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
5	Драгнев Юрий Владимирович	10.03.1978	1	90	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
6	Зверев Данил Алексеевич	17.01.2004	3	80	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
7	Калинкин Артем Юрьевич	05.05.1990	3	65	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
8	Кокошко Артем Александрович	21.07.1986	1	80	ФАЛНР. Луганск	Харьковский Руслан Геннадьевич
9	Косенкин Никита Андреевич	24.09.1996	1	100	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
10	Куркина Анастасия Ивановна	27.02.2005	3	55	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
11	Кушнерев Даниил Сергеевич	21.09.2006	3	90	ФАЛНР. Луганск	Павлов Илья Александрович
12	Малашенков Михаил Владимирович	03.02.2006	3	60	ФАЛНР. Луганск	Павлов Илья Александрович
13	Павлов Илья Александрович	17.09.2002	1	70	ФАЛНР. Луганск	Шинкарев Николай Владимирович
14	Рындин Прохор Юрьевич	27.01.2003	2	70	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович
15	Шаманский Богдан Сергеевич	18.04.2002	2	70	ФАЛНР. Луганск	Драгнев Юрий Владимирович

Сборная ЛНР достойно выступила на Кубке России по армрестлингу: Никита Косенкин в категории 100 кг занял 3 место; Артем Кокошко в категории 80 занял 2 место; Рындин Прохор в категории 70 занял 2 место; Илья Павлов в категории 70 занял 3 место. Данные спортсмены имеют своих тренеров, благодаря советам которых уровень их спортивных достижений повышается под педагогическим контролем.

В. Иссурин [11] выделяет основные составляющие спортивной подготовки (см. табл 2).

**Таблица 2 – Основные составляющие спортивной подготовки**

Составляющая спортивной подготовки	Цель
Физическая подготовка	Улучшение физических (двигательных) способностей и повышение физиологических возможностей спортсменов

Техническая подготовка	Приобретение когнитивных технических навыков и достижение желаемого уровня технического мастерства
Тактическая подготовка	Овладение когнитивными тактическими навыками в конкретном виде спорта, позволяющими наиболее эффективно использовать двигательные и технические способности спортсменов на соревнованиях
Психологическая подготовка	Развитие личности спортсмена до уровня гармоничной, высоко мотивированной и морально устойчивой. Привитие навыков когнитивной саморегуляции эмоционального состояния спортсменов для содействия максимальной реализации их психофизиологического потенциала
Интеллектуальная подготовка	Расширение общих и конкретных для вида спорта знаний спортсменов с целью эффективного выполнения их тренировочной и соревновательной программ

В. Иссурин указывает, что в отличие от так называемых метаболических видов спорта, в которых энергообеспечение играет решающую роль при выполнении соревновательного упражнения, сложнокоординационные виды предъявляют специфические требования к накоплению утомления. И нервно мышечная специфика этих видов спорта, и существенные проявления взрывной силы предполагают выполнение соответствующей предварительной работы перед развивающими тренировочными занятиями [11].

Следует указать, что решением различных проблем профессиональной подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности будущих в области физической культуры, спорта и армрестлинга занимались такие ученые как: Ю. Драгнев [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10], А. Черноштан [17; 18] и др. Большое внимание развитию армрестлинга в России в своих научных исследованиях уделяли внимание такие ученые: А. Антонов, А. Воронков, М. Васильев, Ю. Гладких, И. Матюшенко, И. Никулин, А. Посохов и др. [12; 13; 14; 15; 16].

Спортивная подготовка рукоборцев в Луганской Народной Республике продолжается, основываясь на данных современной спортивной науки и физической культуры.

### Литература

1. Драгнев Ю. В. Достижения научной школы Ю.В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга» в 2021–2022 гг. / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского государственного педагогического университета : сб. науч. тр. / гл. ред. Т.Т. Ротерс; вып.

ред. Г.Г. Калинина; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2022. – № 1() : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 10–19.

2. Драгнев Ю. В. Использование принципа цикличности процесса подготовки армспортсменов в армрестлинге при организации работы спортивной секции «Армрестлинг» в общеобразовательной школе во внеклассной работе со старшеклассниками / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского национального университета имени Владимира Даля». – № 8 (62). – Луганск, 2022. – С. 27–30.

3. Драгнев Ю. В. Тактическая подготовка в армрестлинге / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского государственного педагогического университета : сб. науч. тр. / гл. ред. Т.Т. Ротерс; вып. ред. Г.Г. Калинина; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2021. – № 4(73) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 62–70.

4. Драгнев Ю.В. Методика физической подготовки ученической молодежи. Часть 1. «Армспорт» : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. физич. воспитания и спорта / пер. с укр. / Юрий Владимирович Драгнев ; Гос. учр. «Луган. нац. ун-т имени Тараса Шевченко». – Луганск : Изд-во ДЗ «ЛНУ имени Тараса Шевченко», Элтон-2, 2011. – 428 с.

5. Драгнев Ю.В. Дидактические принципы спортивной тренировки в армспорте / Ю.В. Драгнев // Вестник Луганского государственного педагогического университета : сб. науч. тр. / гл. ред. Т.Т. Ротерс; вып. ред. Г.Г. Калинина; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книта, 2021. – № 1(60) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 13–18.

6. Драгнев Ю.В. Научная школа Ю. В. Драгнева «Теория и практика армрестлинга»: концептуальные основы / Ю. В. Драгнев // Рец. научно-метод. и теор. журнал «Социосфера», ООО Науч.-изд. центр «Социосфера», 2021. – №4. – С. 70–74.

7. Драгнев Ю.В. Организация учебно-тренировочного процесса в секции «Армрестлинг» в Луганском национальном университете имени Владимира Даля / Ю. В. Драгнев // Vědecký časopis Aktuální pedagogika. – № 3. – 2019. – С. 40–44.

8. Драгнев Ю.В. Психологическая готовность армспортсменов к поединкам: развитие концентрации внимания / Ю. В. Драгнев // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко : сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко; вып. ред. Е.Н. Дятлова; ред. сер. О.Г. Сущенко. – № 1(3) : Серия 1, пед. науки. Образование. – Луганск : Книта, 2020. – С. 22–26.

9. Драгнев Ю.В. Средства восстановления армспортсменов после соревновательного поединка и соревнований / Ю. В. Драгнев // Рец. научно-метод. и теор. журнал «Социосфера», ООО Науч.-изд. центр «Социосфера», 2022. – №1. – С. 89–94.

10. Драгнев Ю.В. Повышение уровня спортивных достижений студенческой молодежи в армспорте: рациональное питание / Ю. В. Драгнев // Инновации и современные педагогические технологии в системе образования: материалы Междунар. науч.-практ. конф. (20–21 февр.). – Прага: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2022. – С. 15–17.

11. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин – М. : Спорт, 2016. – 464 с

12. Матюшенко И.А. Модельные характеристики силовых показателей отдельных мышечных групп армрестлеров различной квалификации / И.А. Матюшенко, И.Н. Никулин, А.В. Антонов, Э.И. Никулин // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 8. – С. 19–21.

13. Матюшенко И.А. Особенности проявления специальной пиковой силы у начинающих армрестлеров различной массы тела / И. А. Матюшенко, И. Н. Никулин, А. В. Посохов, Ю.П. Гладких // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 3. – С. 17–19.

14. Никулин И.Н. Сравнительная характеристика показателей специальной силовой подготовленности армрестлеров различных весовых категорий и уровня

спортивного мастерства / И.Н. Никулин, И.А. Матюшенко, А.В. Антонов, А.В. Посохов // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 5. – С. 9–11.

15. Никулин И.Н. Успешность выступления национальных команд на чемпионатах Европы по армрестлингу / И.Н. Никулин, А.В. Посохов, А.В. Воронков, М.Д. Васильев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 7. – С. 78–81.

16. Силовые способности в армрестлинге: основные тенденции, оценка, особенности проявления: монография / И.Н. Никулин, И.А. Матюшенко, А.В. Посохов, А.В. Воронков. – Москва : Советский спорт, 2022. – 121 с.

17. Черноштан А. Г. Исследование критериев сформированности готовности к профессиональной деятельности будущих специалистов по физической культуре / А. Г. Черноштан, М. С. Щербак // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко – Луганск : «Книга», 2016. – № 1 (2) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 17–24.

18. Черноштан А. Г. Теоретические основы рейтингового оценивания спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по физическому воспитанию в условиях кредитно-модульной системы обучения / А. Г. Черноштан // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко : сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко; вып. ред. Н.В. Вострякова; ред. сер. Н.А. Павлова. – Луганск : Книга, 2018. – № 1 (18) : Серия 2, Физическое воспитание и спорт. – С. 34–40.

## ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА В КОЛЬЦО В БАСКЕТБОЛЕ

**Дубинин К.А., Амурская О.В.**

Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет, Россия, г. Белгород  
1371192@bsu.edu.ru, amurskaya@bsu.edu.ru

**Аннотация:** бросковые упражнения в баскетболе должны включаться в план каждой тренировки, так как бросок — это ключевой элемент игры, который рекомендуется совершенствовать и развивать изо дня в день. Необходимо корректировать правильность техники броска при выполнении упражнений, чтобы игрок сразу исправлял ошибки и не вырабатывал неправильную технику. Во всех упражнениях следует строго соблюдать структуру броска. В данной статье раскрывается техника выполнения бросков в баскетболе, методические основы обучения броскам, что может быть полезным при организации тренировочных занятий с юными баскетболистами.

**Ключевые слова:** баскетбол, бросок в корзину, техника броска, виды бросков.

Баскетбол — спортивная игра с мячом, которая требует высокого уровня технического, физического и тактического мастерства спортсменов для того, чтобы добиться высоких спортивных достижений. Каждый игрок должен знать и четко понимать, что главная цель команды — это выполнить качественный результативный бросок. Заброшенный мяч — это лучшее мгновение в игре, потому что результат виден сразу. А для того, чтобы таких моментов было, как можно больше в игре всей команде нужно хорошо постараться организовать нападение правильно [1].