



**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
СОЮЗ БИАТЛОНИСТОВ РОССИИ**

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

**МАТЕРИАЛЫ II ВСЕРОССИЙСКОЙ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ НАУЧНО-
ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ**

17 – 18 мая 2018 г.

МАЛАХОВКА, МГАФК

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
СОЮЗ БИАТЛОНИСТОВ РОССИИ

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ
ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

МАТЕРИАЛЫ II ВСЕРОССИЙСКОЙ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

17-18 мая 2018 г.

Малаховка

2. Роменко, И. Г. Некоторые аспекты организации самостоятельной работы студентов по изучению возрастных изменений строения детского организма в курсе «Анатомия» / И. Г. Роменко, Е. А. Рассохина // Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодежи : сборник научных статей / под общ. ред. А. А. Зданевича. – Брест : БрГУ, 2017. – С. 107-110.

3. Щекудова, С. С. Самостоятельная работа студентов : практическое руководство / С. С. Щекудова ; ГГУ им. Ф. Скорины. – Гомель, 2015. – 47 с.

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ

*Ротерс Т.Т., д.п.н., профессор,
ГУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко»,
г. Луганск, ЛНР*

В современных условиях профессионального обучения в высшей школе большое значение имеет укрепление физического здоровья студентов, формирование интереса к ведению здорового образа жизни, где одно из центральных мест занимают физические упражнения и различные виды двигательной деятельности в соответствии с индивидуальными потребностями каждого студента.

Основная роль в этом процессе отводится занятиям физическим воспитанием, которые направлены на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности на основе формирования мотивации к систематическим занятиям физическим воспитанием, конечной целью которых выступает формирование ценностей физической культуры и духовно-нравственного развития личности, стремление к физическому и личностному самосовершенствованию.

Анализ исследований различных авторов (И.П. Подласый, В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Б.М. Шиян, А.С. Макаренко и др.) показал, что современные студенты в недостаточной степени проявляют интерес к занятиям физическим воспитанием, не мотивированны к формированию личностных, духовно-нравственных качеств средствами физической культуры, ведению здорового образа жизни.

Беседы с преподавателями физического воспитания показали, что большинство студентов пропускают занятия физическим воспитанием, не могут использовать знания и умения по физической культуре для формирования своего внешнего вида, организации самостоятельной работы, презентации своей личности через успехи в физкультурно-спортивной деятельности.

Традиционная система физического воспитания студентов сосредотачивает основные усилия на приобретении знаний, двигательных умений и навыков, развитии физических качеств, а то, для чего они нужны и как они влияют на формирование личности студентов остается вне поля зрения.

В связи с этим особую значимость приобретает изучение мотивации студентов к занятиям физическим воспитанием, что и определило основную цель нашей статьи.

В исследовании приняли участие студенты ГУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко» различных направлений профессиональной подготовки в количестве 100 респондентов.

Для достижения поставленной цели использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников и научных данных; беседы с преподавателями; анкетирование студентов.

В результате исследования данной проблемы было установлено, что развитие высшей школы в современных условиях сопровождается дальнейшей интенсификацией труда студентов, возрастанием информационного потока, широким внедрением в учебный процесс технических средств и компьютерных технологий, сильным социально-экономическим прессингом на все стороны студенческой жизни. Так, рабочая нагрузка добросовестного студента в обычные дни достигает 12 часов в сутки, а в период экзаменационной сессии – 15-16 часов.

Работу студентов по «степени тяжести относят» к первой категории, то есть, к легкой, а «по напряжению» – к 4-й, то есть, очень напряженной [5]. В связи с этим, к концу обучения в ВУЗе у студентов наблюдается тенденция к росту числа хронических заболеваний, особенно болезней системы кровообращения.

Одним из основных факторов, который влияет на регулярность занятий физической культурой и спортом, является мотивация. Известно, что мотивация — это энергетический заряд, который определяет активность деятельности человека, это осознанная причина его активности, направленная на достижение цели.

Установлено, что важнейшей особенностью жизни людей развитых стран нового тысячелетия, является их борьба за свое здоровье в условиях постоянного стресса, гиподинамии и постоянно ухудшающейся экологии. Так, оздоровительными тренировками в Японии занимается около 80%

взрослого населения, в США – 70%, в Канаде – 65%. В России введен физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» для всех категорий населения. Популярность данного комплекса возрастает с каждым годом, что ставит каждого гражданина РФ перед необходимостью регулярных занятий для сдачи нормативов комплекса ГТО, где доминирующее место имеет мотивация.

Как известно, дефицит двигательной активности (т. е. гипокинезия) и нервные перегрузки (стрессы) – первопричина негативных изменений в состоянии здоровья населения и в Луганской Народной Республики. Следствием этого являются так называемые “болезни века”: атеросклероз и ишемическая болезнь сердца, гипертонические болезни, ожирение и диабет, остеохондроз, невралгии и др. Характерной чертой этого является значительное “омоложение болезней”, в том числе и болезней у студентов.

В исследованиях последних лет получены данные, свидетельствующие о положительном влиянии физических упражнений на физическое и, в том числе, на морфо - функциональное состояние студентов, уровень развития двигательных способностей [1].

Анкетирование, проведенное С. М. Кирильченко и А. А. Аркушей [3], свидетельствует о том, что большинство студентов знают о положительном влиянии физической культуры и спорта на индивидуальное здоровье и физическую подготовленность человека, однако эти знания еще не являются для них стимулом к активным занятиям различными формами физических упражнений.

Выявлено, что 44,1 % студентов считают, что современная система физического воспитания в высших учебных заведениях является недостаточно эффективной; 78,6 % студентов не устраивает материально-техническая база; 63,4 % не удовлетворены гигиеническими нормами условий, в которых проводятся занятия по физическому воспитанию. Выявленные причины обуславливают снижение уровня мотивации студентов к систематическим занятиям физическим воспитанием. На занятиях по физическому воспитанию преобладают не внутренние положительные мотивы, а внешняя принудительность. Исходя из этого лишь 15 % студентов посещают занятия для получения удовольствия от занятий физическими упражнениями; для 28,3 % студентов единственным устойчивым мотивом для занятий является получение положительной оценки; 16,4 % студентов посещают занятия для улучшения здоровья; 17,6 % – для совершенствования физических качеств; 21,6 % – через заботу о красивой фигуре.

Большинство студентов (88,2 %) в процессе физического воспитания проявляют интерес к современным физкультурно-оздоровительным программам. По мнению студентов, современные фитнес-технологии являются более интересными, имеют более эмоциональный характер, улучшают настроение, обеспечивают современной информацией относительно здоровья, увеличивают энергозатраты организма. Кроме того, студенты

считают, что такие занятия способствуют сплоченности студенческого коллектива.

Определено, что главными факторами, которые препятствуют регулярным занятиям физическими упражнениями выступают: особенности эмоционально-волевой сферы личности; отсутствие ответственности за свое здоровье; низкий уровень знаний о положительном влиянии занятий физическими упражнениями; переоценка значения обычной двигательной активности для здоровья; неудовлетворенность профессиональным и культурным уровнем преподавателей; нерациональное использование свободного времени; наличие вредных привычек; недостаток материально-технического обеспечения занятий; дискомфорт от мест проведения занятий.

Анализ результатов диссертационной работы Н.П. Мартыновой [4] показал, что студентки-девушки отдают предпочтение следующим видам двигательной активности: предпочтение аэробике отдали 50% респондентов, плаванию –15%, волейболу –10%, гимнастике – 9%, настольному теннису –5%, легкой атлетике–4%, баскетболу–3%, 2% – футболу, по 1% – бадминтону и атлетической гимнастике.

Как видим, аэробика – наиболее востребованный вид двигательной активности. Автор отмечает, что из всех видов оздоровительной аэробики студентам наиболее интересны танцевальная аэробика (32,7%), с незначительным отставанием – степ-аэробика (29,3%), базовая (10%) и силовая (9,3%), аэробика и фитбол-аэробика – 2,6%.

Автор определила актуальные мотивы, которые побуждают студентов посещать занятия по физическому воспитанию, а именно: 27% студентов считают, что посещение занятий по физическому воспитанию нужно лишь для того, чтобы выполнить учебную программу и своевременно получить зачет, 23% ответили, что это важно для здоровья, 21% девушек желают за счет занятий по физическому воспитанию улучшить фигуру, 20% респондентов видят мотивом посещения занятий развитие двигательных качеств и 9% респондентов посещают занятия для дальнейшего участия в соревнованиях.

Анализ результатов анкетирования, (по данным Н.П. Мартыновой) показал, что значительная часть студентов - 64,3% оценивают свой уровень физической подготовленности как "средний", 19,3% – считают, что уровень их физической подготовленности соответствует "ниже среднего", 11,4% студентов ответили, что уровень их физической подготовленности соответствует "выше среднего". И только 2% студентов считают свой уровень "высокий". Вместе с тем 62% студенток нравятся занятия по физическому воспитанию.

Экспериментальные исследования Е.А.Захариной [2] показали, что ведущими мотивами, способствующими занятиям физическими упражнениями у студентов экспериментальной группы являются оздоровительные

(55,5%), личностные (20%), процессуальные (8,9%) и эстетические (7,8%), что может свидетельствовать о высокой вероятности участия в физкультурно-оздоровительных занятиях после прекращения обязательных занятий физическим воспитанием в вузе.

Анализ состояния формирования личности студентов в практике физического воспитания ГУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко» показал, что 46,8% студентов связывают занятия физическими упражнениями с формированием своей личности. При этом в формировании красоты тела заинтересованы 75,6%; формировании осанки 56,6%, стремлении к победе 54,8%, воспитании дисциплинированности - 47,5%.

Для формирования своей личности 65,1% студентов определили учебные занятия физическим воспитанием в ВУЗе. При этом 41,5% не отметили важность и самостоятельных занятий по интересам в фитнес центрах, залах атлетической гимнастики.

Наиболее значимой причиной привлекательности к занятиям физическим воспитанием является личность преподавателя, который проводит занятия (56,5%), методика преподавания и эмоциональный фон занятий (51%), а также подбор упражнений и содержание учебных занятий (42,1%).

Определено, что 60,8% студентов важное значение отводят мотивации к занятиям физическим воспитанием как побудительной причине формирования профессионально – прикладных качеств.

Таким образом, в результате проведенного исследования было выявлено, что значительное количество студентов имеют положительные мотивы занятий физическим воспитанием, к которым относятся, укрепление здоровья, физическое развитие, улучшение телосложения и др. Студенты проявляют интерес к различным видам двигательной активности, среди которых студентки отдают предпочтение фитнес-технологиям, а юноши – игровым видам спорта. Следовательно, для привлечения студентов к занятиям по физическому воспитанию в высших учебных заведениях, формирования личностных и профессиональных качеств важное значение имеет повышение мотивационного потенциала занятий физическим воспитанием.

Список использованных источников

1. Булатова, М. Здоровья і фізична підготовленість населення України / М. Булатова, О. Літвін // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. - № 1. – С. 3-9.
2. Захарина, Е. А. Мотивация к физкультурно-спортивной деятельности студентов [Электронный ресурс] / Е. А. Захарина. – Режим доступа : www.nbuv.gov.ua

3. Кірільченко, С. М. Дослідження у студентів індивідуальних мотивів і потреб до занять фізичною культурою та спортом / С. М. Кірільченко, А. О. Аркуша // Теорія і методика фізичного виховання. – 2007. – № 12. – С. 35-41.

4. Мартынова, Н. П. Результаты экспериментальной проверки развития двигательных качеств студенток вузов на занятиях по аэробике / Н. П. Мартынова // Физическое воспитание студентов. – 2015. – № 5. – С. 46-50.

5. Романенко, В. А. Двигательные способности человека / В. А. Романенко. – Донецк : Новый мир : УКЦентр, 1999. – 336 с.

ОСВЕЩЕНИЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕМ НЕКОТОРЫХ ИСТОРИЧЕСКИХ ФАКТОВ, КАК В ПОЛИТИКЕ, ТАК И В СПОРТЕ

*Рыбалкин В.П., к.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Московская государственная академия
физической культуры»,
п. Малаховка, Россия*

Актуальность. Освещение достоверных исторических фактов будь то в политике, экономике, будь то в спорте имеет огромное значение для истории каждого государства, любой отрасли, (экономики, культуры, спорта и т.п.) их развития, накапливания теоретического потенциала, знаний, и т.п. В данной статье рассмотрим события, исторические факты, которые имели место, как в политике, так и в спортивной жизни нашего государства.

Ключевые слова. *Сериал, фильм, события, матч, победа, чемпион.*

Нередко, когда смотришь даже очень хорошие художественные фильмы, в которых показаны реально происходившие события или исторические личности, хочется, перефразируя известное изречение, воскликнуть: «Хоть это и шедевр, но истина дороже».

В сериале «Царь», рассказывающего об Иване Грозном утверждается, что Полоцк был сдан русскими без боя. В действительности город был взят неприятелем после 20-тидневной осады. В фильме говорится, что митрополит Филипп был другом детства царя. Этого никак не могло быть: Филипп родился в 1507 году, а Иван – в 1530. Архиепископ Пимен показан единомышленником и сподвижником Филиппа. Однако хорошо известно, что Пимен был одним из обвинителей митрополита на Соборе 1568 года.

В фильме «Сны» сообщается, что в 1893 году императором России

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

<i>Агальцов И.И., п. Малаховка, Россия, Юдин С.В., г. Москва, Россия, Портнов А.В., п. Малаховка, Россия</i>	
Изменение скоростно-силовых способностей футболистов 16-17 лет различного соматического развития в годичном цикле подготовки.....	3
<i>Алексашин Д.Я., г. Москва, Россия</i>	
Российский женский биатлон в кубке наций с 2009 года.....	8
<i>Анисимов В.Ю., Силаев М.Е., Вагин В.В., г. Москва, Россия</i>	
Направленность подготовки в гиревом спорте в подготовительном периоде тренировки.....	13
<i>Анюхин Р.Б., г. Москва, Россия Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия</i>	
Преимственность и значимость юношеских соревнований по пневматическому биатлону.....	16
<i>Багин Н.А., г. Великие Луки, Россия</i>	
Подготовка студентов – спортсменов высокой квалификации в вузе	20
<i>Баранова Л.А., г. Петропавловск-Камчатский, Россия</i>	
Двигательная активность - спортивный стиль жизни студентов.....	23
<i>Беликов П.А., Пампура Н.А., г. Москва, Россия</i>	
Профессионально-прикладная лыжная подготовка и её значение в исторических параллелях при экстремальных условиях.....	30
<i>Беляева Н.А., п. Малаховка, Россия, Сиверкина Т.Е., г. Москва, Россия</i>	
Анализ тактических действий лыжниц-гонщиц в спринтерской гонке на Олимпийских играх 2018 г.....	36
<i>Буторин В.В., п. Малаховка, Россия</i>	
Особенности социо-культурной анимации средствами физической культуры подростков от 14-16 лет.....	42

Буторин В.В., п. Малаховка, Россия Психолого-педагогический аспект влияния подвижных игр на развитие личности детей и подростков.....	45
Бучельникова М.В., Усков И.В., Морозов А.П., п. Малаховка, Россия Характеристика планирования физической нагрузки в подготовительном периоде в скоростно-силовых видах легкой атлетики.....	52
Валуев В.А., Буланова Е.В., г. Москва, Россия Индивидуальная программа коррекции физической подготовленности.....	54
Валуев В.А., Моросанова Н.В., Тремпольцев А.Г., г. Москва, Россия Особенности планирования тренировочной нагрузки в зимнем ориентировании на лыжах с учетом специального биологического цикла.....	61
Герасевич А.Н., г. Минск, г. Брест, Республика Беларусь, Пархоц Е.Г., Олексюк А.П., г. Брест, Республика Беларусь, Титаренко Я.В., г. Минск, Республика Беларусь Динамика показателей физического развития и физической подготовленности современных учащихся старшего школьного возраста.	68
Горлова С.Н., Соболев Д.В., Дерганов Ю.П., г. Воронеж, Россия Характеристика контингента спортивных арбитров по баскетболу в режиме предсезонного регионального семинара.....	74
Горюнов В.М., Полуянова О.А., г. Арзамас, Россия Ценностные ориентации студентов на двигательную активность как важная цель теоретического курса вузовской физической культуры..	78
Григорян А.Л., Аванесян Г.М., г. Ереван, Армения, Научно-прикладные основы организации и управления физическим воспитанием студентов.....	84
Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия Публикационная активность преподавателей кафедры ТМФКиС МГАФК с апреля 2017 года.....	89
Ежов П.Ф., Шергин А.В., п. Малаховка, Россия, Кукало Е.В., г. Москва, Россия Соотношение тренировочных нагрузок по видам подготовки в студенческой команде по мини-футболу на обще подготовительном этапе подготовительного периода.....	94

<i>Ежова А.В., г. Воронеж, Россия, Лукьяненко А.В., г. Тольятти, Россия</i>	
Методика тренировки мышц бедра у женщин, занимающихся фитнесом.....	98
<i>Ежова А.В., г. Воронеж, Россия, Ильичева О.В., п. Малаховка, Россия</i>	
Методика начальной силовой подготовки студентов.....	103
<i>Ермаков В.В., Гурский А.В., г. Смоленск, Россия</i>	
Инновационная этапно - компонентная технология обучения и совершенствования техники движений коньковым лыжным ходом....	107
<i>Завьялов А.В., г. Москва, Россия, Завьялова В.Д., п. Малаховка, Россия</i>	
Анализ уровня силовой подготовленности студентов ВГУЮ (РПА Минюста России).....	116
<i>Зайцев А.А., г. Москва, Россия, п. Малаховка, Россия</i>	
Соматический тип и скоростная выносливость футболистов групп совершенствования спортивного мастерства в годичном цикле подготовки.....	119
<i>Зуева Н.А., Маланичева Т.В., г. Москва, Россия</i>	
Физическая культура в семейном образовании.....	124
<i>Иванов О.Н., п. Малаховка, Россия</i>	
Этапы многолетней подготовки спортивного резерва в женском футболе.....	127
<i>Камаев О.И., г. Харьков, Украина, Кривенцов А.Л., п. Малаховка, Россия</i>	
Особенности и пути реализации системного подхода в профессиональной деятельности тренера.....	133
<i>Киргизова Л.В., г. Люберцы, Россия</i>	
Особенности оздоровительного туризма в школе.....	142
<i>Кирьяш Н.С., Мухина М.П., г. Омск, Россия</i>	
Физическая подготовка девочек 4-6 лет, занимающихся спортивной гимнастикой.....	146

Колдашов И.А., г. Москва, Россия Студенческий биатлон МГТУ им. Н.Э. Баумана на московских студенческих играх с 2010 года.....	150
Колдашов И.А., г. Москва, Россия Студенческий спорт и патриотизм на примере занятия биатлоном..	156
Кондрашов А.В., г. Москва, Россия, Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия, Миссина С.С., г. Москва, Россия Сравнение динамических характеристик отталкивания «кривыми» и обычными лыжными палками при использовании различных лыжных ходов в биатлоне.....	160
Кононова Е.Э., г. Петропавловск-Камчатский, Россия, Булыгин А.В., п. Малаховка, Россия Силовая подготовка студентов вуза – актуальность, перспектива, внедрение в учебный процесс.....	166
Корнеева М.А., Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия История развития индейского биатлона.....	170
Корнеева М.А., Дунаев К.С., п. Малаховка, Россия Психологическая подготовка в ачери-биатлоне.....	173
Кочанов Д.Л., г. Москва, Россия Совершенствование индивидуальных технико-тактических действий волейболистов в защите.....	178
Кошкарёв Л.Т., г. Великие Луки, Россия Особенности педагогического тестирования на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям в лыжных гонках.....	181
Красавина В.Ф., Дешевых С.В; Сагиев Т.А., г. Омск, Россия Особенности планирования физической нагрузки в подготовке студентов-лыжников технического вуза.....	186
Кривенцов А.Л., п. Малаховка, Россия, Камаев О.И., г. Харьков, Украина, Процесс многолетней подготовки спортсменов как динамический сложноорганизованный объект (система) управления.....	190

Крылов В.М., Германова А.И., г. Стерлитамак, Республика Башкортостан Питание как актуальная проблема повышения эффективности студенческого спорта в формировании здорового образа жизни и сохранения здоровья.....	205
Куракин А.Н., Московская область, Россия Особенности подготовки биатлонистов в условиях среднегорья.....	207
Лисицын А.А., п. Малаховка, Россия Стрелковая подготовка юных биатлонистов.....	212
Логонов О.Н, Михальченко Е.Г., Стадник Е.Г., Сысоева Е.Ю., г. Москва, Россия Динамика развития двигательных способностей средствами плавания у студентов на основе дифференцированного подхода.....	217
Малофеева О.В., Бельц В.Э., г. Томск, Россия Проектирование образовательной деятельности на основе исследования внешних и внутренних субъектов образования.....	222
Монгуш Ч.Ю., п. Малаховка, Россия Стрельба из лука и его история.....	230
Низаметдинова З.Х., г. Москва, Россия Физическое воспитание как компонент патриотического воспитания молодежи.....	235
Носова Я.В., Филина И.А., г. Великие Луки, Россия Комплекс готов к труду и обороне в вузе (ГТО).....	238
Онищенко А.Н., г. Саратов, Россия Системный подход к оптимизации деятельности кафедры физической культуры и спорта.....	242
Роменко И.Г., Рассохина Е.А., Головач М.В., г. Брест, Республика Беларусь К вопросу об организации самостоятельной работы студентов факультета физического воспитания при изучении отдельных разделов в курсе «Анатомия».....	247

Ротерс Т.Т., г. Луганск, ЛНР Исследование мотивации студентов высших учебных заведений к занятиям физическим воспитанием.....	251
Рыбалкин В.П., п. Малаховка, Россия Освещение телевидением некоторых исторических фактов, как в политике, так и в спорте.....	256
Сабанина В.Н., Хайруллин Р.Т., г. Альметьевск, Россия Преемственность и непрерывность в образовательном процессе как определяющее условие процесса физической подготовки к успешной сдаче норм ГТО.....	262
Салмин К.О., Матвиенко О.В., г. Казань, Республика Татарстан Применение специально разработанного комплекса упражнений баскетболистов 15-16 лет для совершенствования защиты зонным прессингом.....	265
Селифонов А.А., г. Москва, Россия Итоги выступления российской мужской сборной команды по биатлону в Кубке Наций с 2009 года.....	271
Сидоров Р.В., г. Екатеринбург, Россия Особенности мотивационной сферы студентов, занимающихся физической культурой в непрофильном вузе.....	275
Сими́на Т.В., Залыгина Т.А., г. Москва, Россия Формирование основ безопасной жизнедеятельности на основе элементов прикладного плавания у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	281
Сираковская Я.В., Ильичева О.В., Кужелева М.С., п. Малаховка, Россия Основная гимнастика как средство формирования культуры движений школьников средних классов.....	285
Сираковская Я.В., п. Малаховка, Россия, Зайцев М.И., село Верхняя Хава, Воронежская область, Россия Особенности влияния подвижных игр на развитие системы кровообращения, общую физическую работоспособность, быстроты и ловкости детей младшего школьного возраста.....	289

Скалиуш В.И., Афанасьева И.В., г. Малаховка, Россия Специальные физические упражнения на основе футбола, применяемые на занятиях по «прикладной физической культуре» со студентами профиля физкультурно-оздоровительных технологий.....	295
Слободянов Р. М., Шишков С.В., г. Волгоград, Россия Особенности работы спортивных волонтеров.....	301
Сорокин Д.А., г. Малаховка, Россия. Егоров С.Н., г. Москва, Россия. Портнов А.В., г. Малаховка, Россия Отдельные скоростные перемещения и комплексное их проявление у футболистов тренировочных групп различного игрового амплуа...	305
Тарасов А.Ю., Морозов А.П., г. Малаховка, Россия Особенности физической подготовки юных футболистов на начальном этапе.....	310
Тимерова И.И., Салахиев Р.Р. Меркулов А.Н., г. Казань, Республика Татарстан Актуальные вопросы внедрения нового комплекса ГТО в вузах РФ.	312
Тихомиров А.К., г. Малаховка, Россия К вопросу о многолетнем контроле на этапах спортивной подготовки.....	315
Тихомиров А.К., г. Малаховка, Россия Оценка физической подготовленности юных спортсменов.....	321
Трушкин В.А., Матвиенко О.В., г. Казань, Республика Татарстан Исследование специальной (кондиционной) подготовки баскетболистов 16-17 лет.....	327
Фарбей В.В., Жевлаков Е.Г., Климушин К. Г., Курочкин М.В., г. Санкт-Петербург, Россия Применение дыхательных технологий в стрельбе биатлона.....	332
Фарбей В.В., Фарбей В.Вл., г. Санкт-Петербург, Россия Контроль за развитием двигательных способностей лыжников-многоборцев.....	337

Федосеев А.М., г. Москва, Россия Организация мероприятия по популяризации комплекса ГТО в общеобразовательной школе (начальные классы).....	341
Федотов С.И., г. Москва Юношеский биатлон с пневматической винтовкой.....	345
Федотова В.Г., Федотов В.Н., п. Малаховка, Россия Современные подходы к контролю и оценке технической подготов- ленности спортсменов в видах и дисциплинах лыжного спорта (обзор).....	349
Федотова Е.В., г. Москва, Россия, Федотова В.Г., п. Малаховка, Россия Методы квантификации (количественной оценки) выполняемой спортсменом тренировочной нагрузки.....	359
Фоменко А.А., г. Омск, Россия Модельные характеристики психофизиологических параметров ква- лифицированных борцов-средневесов греко-римского стиля.....	366
Хабаров Н.С., Семенов Д.В., г. Великие Луки, Россия Сравнительная эффективность классического лыжного хода и даб- лполлинга на средне-пересеченной местности.....	370
Цховребова Р.Д., г. Москва, Россия Основы методики самостоятельных занятий физическими упражне- ниями.....	373
Черепанова И.О., п. Малаховка, Россия Методика развития координационных способностей фигуристок в возрасте 6-7 лет с помощью применения элементов хореографиче- ской подготовки на начальном этапе обучения.....	377
Черепанова И.О., Осадченко И.В., п. Малаховка, Россия Методика развития координационных способностей фигуристок в возрасте 6-7 лет на начальном этапе подготовки.....	384
Щапов Е.В., Реуцкая Е.А., г. Омск, Россия Показатели устойчивости и постурального баланса у юных и высо- коквалифицированных биатлонистов.....	389

Швецов А.В., г. Москва, Россия, Булыгин А.В., п. Малаховка, Россия	
ГТО и семья.....	394
Швецов А.В., г. Москва, Россия	
Тактическая подготовленность и ее реализация в лыжных гонках и биатлоне.....	398
Шергин А.В., Ежов П.Ф., п. Малаховка, Россия, Филенков К.А., г. Москва, Россия	
Особенности распределения тренировочных нагрузок по видам подготовки в студенческой команде по мини-футболу на специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода.....	405
Шмелева Г.А., Зубарев С.Н., п. Малаховка, Россия	
Метод проектов в подготовке бакалавров вузов физической культуры и спорта.....	409
СОДЕРЖАНИЕ	412