

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ОТБОРУ И НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

Врублевский Е.П.^{1,2}, Татарчук Ю.², Асинкевич Р.²

¹Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь ²Зеленогурский университет, Зелёна-Гура, Польша

Введение. В последние годы методика физического воспитания, основанная только на возрастных особенностях «среднего» школьника, оказалась недостаточно эффективной. В связи с этим была выдвинута идея дифференцированного физического воспитания, т.е. использование методики, которая учитывает не только общевозрастные, но и индивидуальные возможности, сходных по уровню физического развития и физической подготовленности групп детей [6, 9, 11].

Особенно, большие сложности возникают при построении учебно-тренировочного процесса на начальном этапе занятий спортом. Дело в том, что возрастной период от 9 до 13 лет характеризуется началом бурного развития двигательных способностей ребят и является чрезвычайно благоприятным для целенаправленных занятий в большинстве видов спорта [3, 4, 10]. В тоже время, интенсивные перестройки в организме занимающихся дают возможность рассматривать спорт как дополнительный раздражитель, который может, однако, как улучшить, так и ухудшить естественное течение биологических процессов [1, 5]. В процессе спортивной подготовки детей следует учитывать значительную вариативность в пределах одного паспортного возраста. У них могут быть заметные различия в размерах тела, пропорциях телосложения, степени полового созревания. Поэтому в связи с гетерохронностью развития различных функциональных систем организма в процессе физического воспитания детей необходимо осуществлять дифференцированный подход [2, 7, 8, 12].

Таким образом, рациональное построение процесса физического воспитания, строгое регламентирование тренировочных и соревновательных нагрузок невозможно осуществлять без учета возрастных особенностей тренированности, развития двигательных способностей занимающихся.

Цель работы – дифференцированное построение тренировочных программ юных спринтеров, направленных на развитие их скоростно-силовых способностей.

Гипотеза – предполагалось, что построение тренировочных программ юных легкоатлетов должно основываться на дифференцированном подходе к занимающимся и оценке их возможности на протяжении ряда лет.

Перед работой были поставлены следующие **задачи**:

1. Определить уровень показателей в упражнениях скоростно-силового характера у юных легкоатлетов 9-11 лет.

2. Изучить динамику скоростно-силовых проявлений юных легкоатлетов на этапе начальной подготовки.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: анализ специальной литературы, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, математико-статистическая обработка полученных результатов.

Организация исследования. В эксперименте приняло участие 32 мальчиков,

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

занимающихся легкой атлетикой и находившихся под наблюдением на протяжении 30 месяцев. Педагогическое тестирование проводилось ежемесячно (в последнюю пятницу) в спортивном зале. Определялось время пробегания дистанции 15м, челночного бега 4×10м и результаты в прыжках в длину и тройном с места.

По итогам первого года эксперимента группа была условно (по показателям прыжка с места) разделена на три подгруппы: «сильные» (А), «средние» (В) и «слабые» (С). Критерием отбора в «среднюю» подгруппу служил показатель среднего

арифметического результата (\bar{X}) и $\pm 0,5$ сигмы (σ). В подгруппу «сильных» попали те, кто показывал средний результат плюс одна сигма ($\bar{X} + 1\sigma$), а в «слабую» - имеющие $\bar{X} - 1\sigma$ показатели

Результаты исследования и их обсуждение. Под влиянием целенаправленной тренировочной работы в сочетании с системой тестирования на начальном этапе подготовки выявлены направленные изменения в уровне скоростно-силовой подготовки школьников 9-12 лет. На протяжении эксперимента наблюдается равномерный прирост средних показателей, характеризующих скоростно-силовую подготовленность. В 10летнем возрасте отобранная группа имела результат в прыжках в длину с места 156 см. Через год тренировочных занятий результат увеличивается на 14 см ($p < 0,05$). На такую же величину он изменился и в последующий год.

С ростом скоростно-силовой подготовленности в значительной степени совершенствуется способность к ее реализации в технически сложных упражнениях, в частности, в тройном прыжке с места. Если в течение первых двух лет показатели, оценивающие способности, проявлялись относительно равномерно, то в течение третьего года они резко возрастают.

Начальный этап подготовки характеризуется неравномерными темпами прироста в основных соревновательных упражнениях (прыжки в длину, в высоту). Из года в год результаты увеличиваются, но темпы прироста различны. Так, если в течение первого года в прыжках в длину с разбега прирост составил 18 см, то в течение последующего года он увеличивается в два раза, и более чем в четыре раза за последние 7 месяцев эксперимента, то есть на 90 см. Аналогичная картина отмечается и в прыжках в высоту с разбега – 10 см прироста в первый год, 18см - во второй и 37 см – в третьем году.

На начальном этапе подготовки объем выполненной работа имеет существенное значение. Из года в год ее статистические характеристики увеличивались, хотя отдельные средства имели незначительный прирост (от 5 до 10%). Немаловажное значение в увеличении объема играет общее количество занятий, отводимых на тренировочную работу в течение года, месяца, недели.

Из анализируемых нами трех групп самые большие темпы прироста за период эксперимента были в группе В. Как в прыжках в длину, так и высоту с разбега эти спортсмены приблизились, а в некоторых случаях и сравнялись по результатам с группой А. Это свидетельствует о том, что спортсмены, имеющие средний уровень одаренности и продолжающие развивать скоростно-силовые показатели, только через 2,5 года реализуют свои возможности в отдельных упражнениях. Группа С по уровню скоростно-силовых

проявлений как в начале, так и на протяжении всего времени педагогических наблюдений занимала последнее место.

Условное деление группы по уровню спортивной одаренности, проведенное на основе начального результата, является правомерным, так как занимающиеся демонстрируют различный характер прироста результатов при освоении планируемых объемов. При этом, группа более «одаренных» спортсменов имеет значительные темпы роста в исследуемых упражнениях. «Средняя» группа, несколько отстающая по скоростно-силовым показателям и результатам в основном соревновательном упражнении, является таковой только на протяжении первых двух лет тренировки. В последующем, из числа этой группы выделяется часть спортсменов, достигающих показателей, иногда превосходящих представителей группы «сильнейших».

Наименее одаренные в двигательном отношении занимающиеся относительно равномерно увеличивают свои результаты, а в течение третьего года у них наблюдается даже некоторое снижение роста показателей и часть из них перестает заниматься легкой атлетикой.

Выводы. Таким образом, тренеру нельзя на начальном этапе ориентироваться только на группу спортсменов, которые в первые годы занятий показывают более высокие спортивные результаты. Большие резервы следует искать и в группе спортсменов, не выделяющихся в течение первых двух лет по своим физическим качествам и результатам в основном соревновательном упражнении. Этот факт должен нацелить тренера на организацию пролонгированного предварительного отбора, который не всегда может быть завершен даже после двух лет тренировочных занятий. Литература:

1. Алабин А.В. Основные направления и результаты решения проблемы индивидуализации скоростно-силовой подготовки девушек-легкоатлеток: автореф. дис... канд. пед. наук / А.В. Алабин. – М., 1983. – 21 с.
2. Бальсевич В.К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1997. - № 6. – С. 15-25.
3. Бахрах И.И. Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма. / И.И. Бахрах. - Смоленск, 1975. - 39с.
4. Волков Л.В. Система направленного развития физических способностей учащихся в разные возрастные периоды: автореф. дис... д-ра пед. наук / Л.В. Волков. – М.: ГЦОЛИФК, 1993. – 38 с.
5. Гужаловский А.А. Этапность развития физических качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: автореф. дис... канд. пед. наук / А.А. Гужаловский. – М., 1979. – 40 с.
6. Леонова В.А. Дифференцированный подход к выбору методов совершенствования двигательных качеств школьников: автореф. дис... канд. пед. наук / В.А. Леонова. – М.: ВНИИФК, 1999. – 18 с.
7. Лях В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития / В.И. Лях. – М.: Терраспорт, 2000. – 192 с.
8. Никитушкин В.Г. Методология программно-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов: автореф. дис... д-ра пед. наук / В.Г. Никитушкин. – М., 1995. – 88 с.
9. Огановская Н.А. Дифференциация тренировочных нагрузок в физической подготовке юных легкоатлетов 10-12 лет с учетом уровня биологического

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

развития: автореф. дис... канд. пед. наук / Н.А. Огановская. – Киев, 1995. – 24 с. 10. Тимакова Т.С. Типологические особенности юных спортсменов как критерий индивидуализации спортивной подготовки / Т.С. Тимакова// Управление тренировочным процессом на основе учета индивидуальных особенностей юных спортсменов: тез. докл. XIII Всес. науч.-практ. конф. – Харьков, 1991. – С. 120-121. 11. Унт И. Индивидуализация и дифференциация обучения / И. Унт. – М.: Педагогика, 1990. – 192 с. 12. Kusnierz C. Praca z dziećmi i młodzieżą jako misja i powołanie życiowe w opinii nauczycieli wychowania fizycznego, [w:]Nowe – bliższe zdrowiu wychowanie fizyczne (poszukiwania). Pańczyk W., Warchoł K. (red). Uniwersytet Rzeszowski, 2011. - S. 124-140.

Предисловие
3

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНЫХ И
ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Айрапетьянц Л.Р. Научно-методическое обеспечение подготовки сборных команд Узбекистана по игровым видам спорта к ответственным соревнованиям 5

Акимова Е.Ю. Специфика обучения в спортивных играх леворуких детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры 6

Антипов А.В. Особенности дозирования тренировочной нагрузки юных футболистов 9

Барков В.А., Баркова В.В., Сошко Н.И. Спортивные игры в физическом воспитании студентов специального учебного отделения 10

Батенко Е.М. Подготовка студентов ОГИС, занимающихся баскетболом на отделении спортивного совершенствования 13

Быков А.В., Трухин Н.А. Техника выполнения удара во флорболе 14

Высочин Ю.В., Денисенко Ю.П. Миорелаксационные процессы в механизмах физической работоспособности и повышении эффективности тренировочного процесса в спортивных играх 16

Герасев А.В., Ермаков В.А., Ларин О.С., Шашков К.А. Физической и технической подготовки юных футболистов на этапе начальной спортивной специализации 20

Гераськин А.А., Серкин К.Ю., Бобёр И.Г. Педагогические подходы к формированию тактических умений волейболисток 11-12 лет к групповым действиям в защите 22

Гивер Н.Е., Калита Д.В., Кириллов С.К. Эффективность начального обучения технике гандбола на основе применения современных информационных технологий 25

Гилев Г.А., Ожерельев С.Ю., Романовский С.К. Совершенствование специальной физической подготовленности спортсменов-игровиков 27

Григорович И.Н. О необходимости дифференцированного подхода в процессе преподавания спортивных игр с учетом темперамента студентов ФФК 29

Данков С.В. Активные формы защиты – будущее современного баскетбола 31

Данков С.В., Горячев С.В. Скорость ответной реакции, как фактор, влияющий на эффективность защитных действий в баскетболе 32

Демин А.А., Губа Д.В. Обоснование дифференцированного подхода при развитии физических способностей квалифицированных спортсменов в игровых видах спорта 33

Денисенко Ю.П., Высочин Ю.В. К вопросу о современной системе подготовки в спортивных играх 36

Duda H., Stula A. The use of programmed instruction in women as supporting the process of learning techniques of football 39

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	
Ежов П.Ф. Управление тренировочным процессом квалифицированных спортсменов в игровых видах на основе комплексного педагогического контроля	44
Ионов А.А., Софронов Н.Н., Азиуллин Р.Р., Денисенко Д.Ю. Ведущая роль подвижных игр учебном процессе и в физическом воспитании школьников	46
Исроилов Ш.Х. Изучение опыта развития прыгучести и прыжковой работоспособности у юных волейболистов, занимающихся в ДЮСШ	48
Квашук П.В., Семаева Г.Н., Панков М.В. Факторный анализ структуры функциональных возможностей высококвалифицированных хоккеистов	52
Kwilecki K. Safety of pilgrims in transport tourist traffic	55
Кириллов С.К., Павлють О.В., Обелевский А.Г. Основы авторитета тренерапреподавателя в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	60
Кириллова Н.А. Развитие скоростно-силовых способностей и повышение эффективности защитных действий у баскетболисток студенческой команды	64
Киселев А.В., Кулишенко И.В., Киселева И.В. Значение дисциплины педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в формировании профессиональных компетенций у будущих бакалавров педагогического образования по физической культуре на материале спортивных игр «Волейбол»	67
Козлов А.А. Перспективы развития женского баскетбола в Смоленской области	69
Кондак Н.Н., Гаврилко И.В. Особенности физической подготовленности и динамика физического развития волейболисток 13 – 14 лет	70
Конеева Е.В., Ишбулдина И.В., Бекаури М.В. Подготовка юных арбитров по баскетболу в условиях спортивного класса	73
Конеева Е.В., Фомин С.Г. Совершенствование системы подготовки арбитров по баскетболу в России	75
Корольков А.Н. Половые различия координационных способностей в видах спорта, связанных с проявлением целевой меткости	77
Корольков А.Н., Никитушкин В.Г. Проблемы методов контроля различных видов подготовки в гольфе	79
Костюнин А. В. Контроль за тренировочной и соревновательной деятельностью в футзале	83
Князева Т.И. Анализ и коррекция техники и тактики в теннисе: проблемы и перспективы	85
Кудина Л.В. Инновационный подход к организации повышения квалификации тренеров по спортивным играм в Высшей школе тренеров Республики Беларусь	89
Кузнецов Р.Р. Морфологическая и педагогическая характеристика квалифицированных спортсменов, занимающихся футболом и мини-футболом	91
Кузьмин Е.Б., Азиуллин Р.Р., Ионов А.А., Денисенко Д.Ю. Педагогические условия формирования спортивной мотивации в спортивных играх	93
Кулишенко И.В., Киселев А.В., Киселева И.В. Учебная дисциплина педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в формирование профессиональных компетенций будущих бакалавров на материале спортивных игр «Волейбол»	96

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	
Купреенкова М.В., Семенова С.Н. Подготовка связующего игрока в студенческих волейбольных командах	98
Лазарева Е.А., Гарник В.С. Спортивные игры как средство профессиональной психофизической подготовки инженеров-строителей	101
Легоньков С.В., Комарова Т.К. Прыжковая подготовка волейболистов массовых разрядов	103
Лис М.И., Обелевский А.Г., Павлють О.В. Эффективность совершенствования методической подготовки на степень овладения двигательными умениями и навыками у студентов при изучении волейбола	106
Лихачев О.Е., Фомин С.Г., Ганиев Р.Г. Современный спортивные игры в условиях глобальной профессионализации	108
Логвина Т.Ю. Игры с элементами спорта в физическом воспитании детей 5-7 лет	110
Луннова О.О., Тарасов С.В., Кокорев А.В. Использование подвижных игр в учебных и тренировочных занятиях спортивными играми	112
Луткова Н.В. Информативные показатели комплексной методики отбора девочек 10-12 лет для занятий волейболом	115
Луткова Н.В., Макаров Ю.М., Соломенина К.С. Содержание заданий, направленных на подготовку квалифицированных волейболисток к экстремальным игровым ситуациям	118
Маджед Самер Дмор. Особенности отбора младших школьников для занятий футболом	121
Максименко И.Г. Исследование уровня физической подготовленности юных игроков, специализирующихся в футзале	124
Маринич В.В., Маринич Т.В. Распределение аллелей генов ACE, PPARA, PPARGC1A у юных спортсменов-хоккеистов	127
Маслова Е.В. Влияние уровня биологического созревания юных баскетболисток на функциональное состояние их организма	128
Минина Л.Н. Особенности формирования лидерских качеств при подготовке юных баскетболистов.....	131
Никифоров К. А. Тренажерные и тренировочные устройства в обучении технике выполнения нападающего удара в волейболе	132
Нургатина О.Н., Халиков Г.З. Комплексное аппаратно-тестовое обследование функционального состояния спортсменов игровых видов спорта	134
Орешкова Е.В. Формирование сводчатости и укрепление мышечно-связочного аппарата стоп у дошкольников посредством подвижных игр	136
Павлють О.В., Обелевский. А.Г. Закономерности футбольного травматизма в женском футболе и его профилактика	140
Пасюкова И.Ю., Вериго Л.Н., Моор М.Ю. Силовая тренировка в волейболе	

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	
на разных этапах подготовки	143
Першин В.В., Данков С.В. Игра защитника в настольном теннисе	145
Погорельый М.В., Родин А.В. Уровень простой зрительно-моторной реакции у волейболистов 16-18 лет	146
Pozdniak N., Jerončić Z., Zadraznik M. Razlike med moško in žensko odbojko	146
Поплавский Л.Ю., Бузовский А.А. Эволюция правил игры баскетбол и их сравнительная характеристика с историческими этапами развития баскетбола как вида спорта	150
Пулатов А.А. Игровая методика развития прыжковых качеств у юных волейболистов 15-16 лет	152
Пулатов Ш.А. Методика оценки скоростной выносливости у волейболистов при перемещениях по кругу справа налево и слева направо	155
Пустошило П.В., Богданов Н.Н. Characteristics of the major methods of inspection at estimating psychophysiological features of volleyballers	157
Родин А.В., Павлов Е.А. Эффективность индивидуальной тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта	158
Романчук И.В. Влияние экспериментальной программы подготовки на показатели техничко-тактической подготовленности юных баскетболисток	160
Самойлов А.Б. Особенности проведения занятий с юными теннисистами старшего дошкольного возраста	162
Самойлов А.Б., Коренков К.А. Подготовка юных футболистов 10-12 лет на этапе начальной специализации как многосторонний педагогический процесс	164
Самойлов А.Б., Першин В.В. Методика формирования координационных способностей юных теннисистов 5-6 лет	166
Серебряков О.Ю. Определение критериев оценки видов подготовки хоккеистов высокой квалификации	169
Скорович С.Л., Губа В.П. Уровень развития специальной выносливости у высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе	172
Skripko A., Biczysko G. Aktywność fizyczna oraz formy spędzania czasu wolnego dzieci i młodzieży	174
Соколова О.В. Оптимизация функционального состояния кардиореспираторной системы школьников 14-15 лет средствами спортивных игр	178
Солнышко А.В. Формирование позитивного отношения к занятиям баскетболом детей 8-9 лет на основе работы с родителями	181
Soroka A., Stuła A. Działania wyróżniające najlepsze zespoły podczas Mistrzostw Europy w 2012 roku	183
Старовойтова Т.Е., Мискевич Т.В. Подвижные игры – одна из форм вовлечения студентов специального учебного отделения в оздоровительный процесс	187
Stuła A., Duda H., Soroka A. Elementy szkolenia młodych piłkarzy nożnych w wybranych wiodących klubach sportowych	189
Султанова Н.Д., Хабибулина А.Р. Психологические технологии организации работы со спортсменами, меняющими команду	194

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	
Сысова О.К. Педагогический контроль специальной физической подготовленности (СФП) волейболистов	197
Тихонова Т.К., Черенкова М.В. Конфликтные ситуации в спортивных играх.....	198
Тищенко В.А. Использование тренажерных устройств в микроцикле подготовительного периода в гандболе	200
Фатгахов Р.В., Денисенко Д.Ю. Формирование ориентировочной основы совершенствования технико-тактической подготовки в футболе	203
Хрусталеv Г.А. Результативность игровых действий у высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе	207
Чекан Ю.В., Рахматов Ю.К., Марчук А.Н. Некоторые особенности организации и проведения учебно-тренировочных занятий по футболу в условиях вуза не физкультурного профиля	208
Чернышова О.А. Влияние подвижных игр на развитие физических качеств детей младшего школьного возраста	211
Чернышова О.А. Физическое воспитание младших школьников средствами гандбола	214
Читаева Ю.А. Формирование удара с лета у теннисистов на тренировочных занятиях с использованием подвижных игр	217
Шаманский В.В. Исследование профессионально важных качеств и умений тренеров в баскетболе	219
Шашков К.А. Теоретические предпосылки интеграции отдельных видов подготовки юных игроков в мини-футбол	221
Шленская О.Л., Гамалий В.В. Эффективность нападающих технико-тактических действий квалифицированных волейболистов	224
Jerončič Z. Faza organizacij i igri v jdbojke po začetnem udarcu ali "break point"	227
Jerončič Z., Pozdniak N. Kaj se dogaja na odbojcarske tekmi? Trening z analitično-sintetičnimi vajami	228

ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Аратов В.Е. Подготовка спортивного резерва в системе училищ олимпийского резерва.....	230
Батукаев А.А. Физическая рекреация как средство оптимизации физического здоровья человека	233
Вершинин М.А., Новиков Д.Л. Анализ программно-методического обеспечения по технико-тактической подготовке юных дзюдоистов	238
Врублевский Е.П., Татарчук Ю., Асинкевич Р. Дифференцированный подход к отбору и начальной подготовке юных легкоатлетов	242
Гамалий В.В., Бакум АВ. Особенности техники соревновательных действий фехтовальщиков-рапиристов разной квалификации	244
Гамалий В.В., Шевчук Е.Н. Информационные технологии в технико-тактической подготовке фехтовальщиков высокой квалификации	248
Гончаров Ю.С. Научно-методический подход к организации	

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	
тренировочного процесса в женских единоборствах	251
Даулетшин И.И. Особенности пальцевой дерматоглифики как критерии перспективности юных гимнастов	253
Домнина А.В. Оптимальная физическая активность как фактор полноценной жизнедеятельности студентов вуза	256
Дунаев К.Ш. Сущность физической рекреации	258
Егорова Э.С., Габбасов Р.Т., Ахметов И.И. Полиморфизм +294t/c гена PPARD у гребцов-академистов	262
Зарудний В.Ю. Характеристика соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов, специализирующиеся в восточных единоборствах	264
Исмиянов В.В., Новгородов Д.А., Загородников М.В., Литвинцев Р.Д. Физическая подготовленность студентов в процессе патриотического воспитания	266
Калита Д.В., Кириллов С.К., Гивер Н.Е. Социальная адаптация спортсменов, завершивших профессиональную карьеру	268
Карпович А. М. Хаос как педагогическая категория	269
Кириллов С.К., Гивер Н.Е., Калита Д.В. Моделирование профессиональной подготовки специалиста в физкультурном ВУЗе	271
Кокарев Б.В. Эффективность использования психокоррекции в спортивной аэробике	272
Коновалов В.В. К проблеме развития специфических координационных способностей у юных легкоатлетов 13 – 15 лет специализирующихся в беге на средние дистанции	276
Кудашова Л.Т., Люйк Л.В. Средства оздоровительной аэробики в физическом воспитании студенток медицинского вуза	278
Куделин А.Б., Быков В.А. Хрустально чистые воды «Евгеники»	281
Леонтьев А.А. Эргометрические показатели специальной работоспособности высококвалифицированных велосипедистов-спринтеров	283
Литвиненко Ю.В., Зарудний В.Ю. Техника ударных действий спортсменов различной квалификации, специализирующихся в восточных единоборствах	285
Мазурина А.В., Семенов А.А. Уровень здоровья современного студента-первокурсника	287
Максименко Г.Н. Контроль величины тренировочных воздействий у студентов-метателей, перенесших детский церебральный паралич	289
Марков Д.Л., Цымбалов М. Ю. Применение лечебной физкультуры при нарушениях опорно-двигательного аппарата	292
Морозов А.И. Нормобарическая гипоксия как фактор повышения аэробной производительности организма легкоатлетов	293

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	
Насонов В.В., Мальцев А.А. Анализ стартовой реакции пловцов высокого класса в условиях короткого бассейна	295
Неьматов Б.И. Исследование развития двигательных качеств, в группах начальной подготовки по легкой атлетике в ДЮСШ	298
Неьматов Б.И., Неьматова С. Возрастные особенности развития двигательных качеств у детей и подростков	302
Николаев А.А., Леонтьев А.А. Применение автоматизированной системы, для оценки двигательных действий велосипедиста во время стартового ускорения	306
Николаичева А.С., Мазурина А.В. Интересы и потребности студенток младших курсов педагогического факультета к занятиям физической культурой в условиях вуза	309
Осадчая Т. Ю., Максименко И. Г. Сравнительная характеристика принципов построения школьных программ по физическому воспитанию в США, Украине и России	311
Прудникова Н.Л. Реализация индивидуальных программ двигательной активности студентами специальной медицинской группы	313
Самойлов А.Б., Балаева Ю.Н. Фитнес как современная оздоровительная технология для молодёжи	316
Сахарова М.В., Аратов В.Е. Педагогическое проектирование в формировании профессиональной компетентности специалиста в условиях УОР	318
Сахарова М.В., Обивалина М.С. Интерактивные технологии в образовательном процессе студентов спортивно-педагогических кафедр	322
Семенов В.Г., Усачева С.Ю. Особенности формирования максимальной скорости в беге у девочек-школьниц 9-15 лет различных соматических типов	324
Скляр М. С. Повышение двигательной активности старшеклассников на внеклассных занятиях по каратэ	327
Солодников А.В. Технологии использования средств оздоровительной гимнастики при профилактике нарушения зрения у детей 8 – 16 лет в сельских общеобразовательных школах	329
Татаринцева Р. Я., Татаринцева Г.Ю., Панов Г.А., Ежова Н.М. Представление об эмоциях в традиционной китайской медицине и их современная интерпретация	331
Федулова Н.П. Анализ эффективности процессов подготовки и прохождения студентами физкультурного вуза педагогической практики	335
Халиков Г.З. Комплексный контроль функционального состояния легкоатлетов	336
Хорунжий А.А. Особенности построения многолетней спортивной подготовки в дзюдо	338
Хорунжий А.Н., Хорунжий А.А. Роль федеральных училищ олимпийского резерва в системе подготовки спортсменов высокого класса.....	339
Хорунжий К.А. Основные тенденции развития современных юношей	339
Хорунжий К.А. Эффективность методики начальной подготовки в пауэрлифтинге	

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма		
на основе сочетания разных режимов упражнения		341
Чернов С.С., Петров С.В. Особенности развития выносливости у юных бегунов в процессе спортивной тренировки		343
Чернов С.С., Петров С.В. Прикладные аспекты формирования системы многолетней подготовки юных спортсменов, специализирующихся в беге на средние дистанции		344
Чумаков А.А. Рекомендации к применению балльно-рейтинговой системы для дисциплины «физическое воспитание» в непрофильных вузах		345
Шантарович В.В., Деркач Ю.Н., Каллаур Е.Г., Маринич В.В. Вариант патологической трансформации сердца у гребцов на байдарках и каноэ		347
Шепелевич Е.В. Здоровый образ жизни и полноценная жизнедеятельность студентов гуманитарного вуза		355
Якушев Д.С. Характеристика психофизиологических показателей у юных ориентировщиков		358
	<i>Авторские</i>	<i>справки</i>
.....		360