

УДК 796.011

ББК 75.01

А 43

Рекомендовано к изданию научно-методическим советом Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

А 43 «Актуальные проблемы физического воспитания и физкультурного образования в Восточной Сибири» материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов и молодых ученых (26 апреля 2013 г.). Том II – Иркутск: Изд-во ООО «Мегапринт», 2013. – 280 с.

ISBN 978-5-905624-10-0

В сборнике опубликованы материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов и молодых ученых. Публикации отражают результаты теоретических и эмпирических исследований отечественных и зарубежных авторов по направлениям работы конференции.

Сборник адресован специалистам сферы «физическая культура и спорт» студентам и преподавателям вузов, тренерам, методистам, а также всем лицам, интересующимся современными проблемами физического воспитания и физкультурного образования.

В материалах сохранено авторское изложение и выполнено лишь необходимое редактирование, в связи с чем, за качество и достоверность представленных материалов ответственность несет автор публикации.

**Ответственные редакторы:**

*Воробьева Е.В.* - д.п.н., доцент, директор Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

*Богданович Н.Г.* - к. психол. н., доцент, зам. директора Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ» по НИР

**Редакционная коллегия:**

*Дулова О.В.* – к.п.н., зав. кафедрой циклических видов спорта и туризма Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

*Иванова М.В.* - к. психол. н., доцент, зав. кафедрой теории и методики физической культуры и спорта Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

*Орлова С.В.* - к.п.н., зав. кафедрой спортивных игр Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

*Садовникова А.М.* – к.б.н., доцент, зав. кафедрой естественных наук с курсом медико-биологических дисциплин Иркутского филиала ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» в г. Иркутске, 2013

ISBN 978-5-905624-10-0

УДК 796.011

ББК 75.01

## СОДЕРЖАНИЕ

### НАПРАВЛЕНИЕ V. СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

<i>Агупова Е.С., Мокеева Л.А.</i> ПСИХОЛОГИЯ ПОБЕДЫ В СПОРТЕ	9
<i>Аксенова А.В., Кулакова О.В.</i> ДИСКУССИИ О СПОРТЕ КАК О СОЦИАЛЬНОМ ИНСТИТУТЕ В ОБЩЕСТВЕ	12
<i>Аустер Б.В.</i> АНАЛИЗ ДИНАМИКИ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕН- ТОВ СПОРТИВНОГО ФАКУЛЬТЕТА НА ОСНОВЕ САМООЦЕНКИ ИХ ЛИЧНО- СТНЫХ КАЧЕСТВ	14
<i>Бакиров А.Б.</i> ВЫБОР ИГРОВОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ КАК ЧАСТЬ УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ФУТБОЛЕ	17
<i>Баранова Е.А., Овчинникова Е.И.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА ЛЕГКОАТЛЕТОВ РАЗНОЙ КВА- ЛИФИКАЦИИ	19
<i>Вабищевич А.В., Гиряков Я.В., Иванова М.В.</i> ВЛИЯНИЕ САМООТНОШЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ТАНЦОРОВ НА РЕЗУЛЬТА- ТЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	21
<i>Васильев Б.Ю., Яковлев Д.С., Володин В.Н.</i> ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕ- СКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИИ И США	24
<i>Венцкайте Я.Ю.</i> ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕС-АЭРОБИКОЙ НА ОБРАЗ «ФИЗИЧЕСКОГО Я» У ДЕВУШЕК 19-21 ГОДА	27
<i>Вязьмина О.</i> ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ФАКТОР ПОД- ГОТОВКИ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН К РОДАМ	29
<i>Гиряков Я.В., Иванова М.В.</i> ОСОБЕННОСТИ ГЕНДЕРНОГО САМОСОЗНАНИЯ СПОРТСМЕНА-ТАНЦОРА	32
<i>Глухова Е.Л.</i> ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА КАК ПРОЦЕСС ФОР- МИРОВАНИЯ СПОРТИВНОГО ХАРАКТЕРА	36
<i>Грекова Ю.В.</i> МЕТОДЫ АКТИВИЗАЦИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ГУОР НА ЗАНЯТИЯХ	38
<i>Девайкин Е.Р., Клименко О.Е.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К ПРОФЕССИИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ШКОЛЬНИКОВ ЧЕРЕЗ ПРОФОРИЕНТАЦИОННУЮ ДЕЯТЕЛЬ- НОСТЬ	41
<i>Дианова Е.И.</i> ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПО- СОБНОСТИ ПОДРОСТКОВ.	44
<i>Ефименко В.А.</i> СПОРТ - ЭТО РЕШЕНИЕ	48

<i>Зиганшин Н.С.</i> МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ	52
<i>Иванова А.</i> ЛИЧНОСТЬ ТРЕНЕРА, КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗА- НЯТИЯМ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	54
<i>Иванова М.В.</i> ГЕНДЕРНЫЙ ПОДХОД И ГУМАНИТАРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ	57
<i>Ильина М. В., Таюрская М. Н.</i> ЭМОЦИИ И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	60
<i>Кабанов А.Е., Богданов В.В.</i> ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬ- ТУРЫ И СПОРТА В РЕГИОНЕ	62
<i>Казанова Е.П.</i> ФОРМИРОВАНИЕ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ МЕ- НЕДЖЕРОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	65
<i>Киселева И.Н.</i> ИЗУЧЕНИЕ НРАВСТВЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТА- ЦИИ	68
<i>Копылова Н.С.</i> ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВОВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	72
<i>Осипов А.Ю.</i> ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	74
<i>Перич Е.С.</i> ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ СПОРТСМЕНОВ	77
<i>Рабинович Я. В.</i> ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ	80
<i>Решетников А.Ф.</i> ХРИСТИАНСКАЯ АЛЬТЕРНАТИВА СОВРЕМЕННЫМ «ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ СИСТЕМАМ»	83
<i>Рудякова И.В.</i> АЭРОБИКА – КАК ЭСТЕТИЧЕСКИЙ ВИД ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕ- СКОЙ КУЛЬТУРЫ	87
<i>Рукоусев Э.Ж.</i> ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА В СПОРТЕ	90
<i>Садовников Ф.В.</i> ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ В ЖИЗНЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЕ СПОРТСМЕНОВ- ЮНИОРОВ КАК ОСНОВА ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ ЛИЧНОСТИ	93
<i>Садыков И.Ф., Бомин В.А.</i> МОТИВАЦИЯ ЗАНЯТИЙ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ	96
<i>Серик А.С., Шамсутдинова А.А.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ	98
<i>Стрельбина Е.А., Паклёва М.В., Иванова Е.С.</i> ОЦЕНКА УРОВНЯ ЗНАНИЙ СТУДЕНТОК ТГМА И ТМК ПО ВОПРОСАМ ОБ- РАЗА ЖИЗНИ, СПОСОБСТВУЮЩЕГО ПРАВИЛЬНОМУ ФОРМИРОВАНИЮ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА	100

Томилов А.С. ФОРМИРОВАНИЕ ОСОЗНАНОГО ОТНОШЕНИЯ К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ У ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	103
Фаттахов Р.В., Денисенко Д.Ю. УПРАВЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМИ ДЕЙСТВИЯМИ В ФУТБОЛЕ НА ОСНОВЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ГРУППОВЫХ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ	108
Фомин Г. В. ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЦЕННОСТЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	111
Хорт И.А. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ОБЩЕГО ИНТЕЛЛЕКТА	114
Черкашин К.В. ГЕНДЕРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ «Я-КОНЦЕПЦИИ» ЧЛЕНОВ ЖЕНСКОЙ ФУТБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ-ЮНИОРОВ	117
Черных А.А. ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ КИНЕСТЕТИЧЕСКОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ВУЗА	120
Шайхутдинов Д.Г. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ С ЮНЫМИ ВОЛЕЙБОЛИСТАМИ	123
Шангин Е. Н. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ	127

**НАПРАВЛЕНИЕ VI.  
ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ КАК СРЕДСТВО НРАВСТВЕННОГО  
И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ**

Базаржапова Н.Б., Струганов С.М. ИСТОРИЧЕСКОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ БОРЬБЫ САМБО	130
Белькова В.Е., Пружинин К.Н. ВОЛОНТЕРСТВО КАК ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ	133
Бриллиантова О.О. ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СТУДЕНТОВ	137
Бутузова М.В., Пружинина М.В. ИСТОРИЯ ПАРАЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ	140
Гуринова А. В., Колосова Т.А. ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ КАК СРЕДСТВО НРАВСТВЕННОГО И ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ	143
Липина К.В. ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КУРСАНТОВ, СЛУШАТЕЛЕЙ И СТУДЕНТОВ НА ПРИМЕРЕ ВОСТОЧНО-СИБИРСКОГО ИНСТИТУТА МВД РОССИИ	146
Лыженкова Р.С., Андреева С.И. РАЗВИТИЕ ФИТНЕС-АЭРОБИКИ КАК ВИДА СПОРТА В РОССИИ	148
Лыженкова Р.С., Асапина И.Ф. ВЛИЯНИЕ ПАТРИОТИЗМА ОЛИМПИЙСКИХ ИГР НА РАЗВИТИЕ СПОРТА В СИБИРСКОМ РЕГИОНЕ	152
Раздобреева А. В., Захарова Н.М. РОЛЬ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В НРАВСТВЕННОМ И ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МОЛОДЕЖИ	154

# **НАПРАВЛЕНИЕ VII.** **СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

<i>Абдумин Р.Р., Гиниатуллин А.З., Садриев А.Р.</i> ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ В ХОККЕИСТОВ	157
<i>Аксенов М.О.</i> НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКО- КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ ШКОЛЫ ВЫСШЕГО СПОРТИВ- НОГО МАСТЕРСТВА РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ	159
<i>Ацута А.Д., Шохирев В.В.</i> МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-МНОГОБОРЦЕВ В СО- РЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД	163
<i>Беломестных И.В. Михашенко А.А.</i> СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЮНИОРОВ ПАУЭРЛИФТЕРОВ В ПОДГОТОВИ- ТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА	166
<i>Бобровская О., Бобровская А., Горбунов В.А.</i> СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В АЭРОБИКЕ	170
<i>Васильев Д.Н.</i> ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ВО- ЛЕЙБОЛИСТОВ 11-12 ЛЕТ	175
<i>Войнова О.</i> РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ СРЕДСТВАМИ УШУ	179
<i>Гедров А.В.</i> ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПО- СОБНОСТЕЙ ЮНЫХ БОРЦОВ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	181
<i>Гейнц Ю.В., Якимов К. В.</i> ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ ТЕХНИКИ ВЕРХНЕЙ ПРЯМОЙ ПОДА- ЧИ В ВОЛЕЙБОЛЕ	185
<i>Головнев Е.В.</i> ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ БОРЦОВ НА ПРЕДВАРИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ	188
<i>Дмитриева О. А.</i> ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	191
<i>Донец Н.Б., Абдумин Р.Р., Садриев А.Р.</i> ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ С УЧЕТОМ ИГРОВОГО АМПЛУА	196
<i>Займенцев Е.А., Рипкович</i> ИНТЕГРАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА В ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	198
<i>Зыбайло Н.А.</i> КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ОБЩЕФИЗИ- ЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ	201
<i>Крицков П.Е.</i> СТРУКТУРА ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК НА ЭТАПЕ ПРЕДСОРЕВНОВА- ТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНОВ-ЮНИОРОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ	204

Кузнецов А.В., Синьков А.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЗЮДОИСТОВ ДЮСШ	208
Мальцев А.Ю., Федорова М.Ю., Овчинникова Е.И. ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ БАС- КЕТБОЛИСТОВ 15-16 ЛЕТ С УЧЕТОМ ИГРОВОГО АМПЛУА	211
Минаков М.В. КОНТРОЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕ- СКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ	214
Минаков М. В. ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТА ПО ВОСПИТАНИЮ ФИЗИЧЕСКИХ КА- ЧЕСТВ У ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГО- ДИЧНОГО ЦИКЛА	216
Михашенко А.А. МОДЕЛЬ ПО ВОСПИТАНИЮ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЛЯ ОПТИ- МИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЛЫЖНИКОВ- СПРИНТЕРОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ	219
Панасенко Е. Н. МЕТОДИКА СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЁННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	223
Панасенко А.Н., Уманец В.А., Ацута А.Д. АНАЛИЗ ЦИКЛИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНА	228
Перевалова Л.В. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ КОНЬКОБЕЖЦЕВ 13-15 ЛЕТ	233
Преин В.С., Михашенко А.А. ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ	236
Силинская Ю.А. ОСНОВЫ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ И КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕ- НИЯ У ЮНЫХ ГИМНАСТОК	240
Силинская Ю.А. ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ НА УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРАХ	243
Соснин Р.Д. МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ СКРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ПЛОВЦОВ 14-15 ЛЕТ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ	245
Старцев И.Е., Сагиров Р.Р. СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	250
Урвачёва А.С., Якимов К.В. ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ПРЫГУЧЕСТИ НА ЭФФЕКТИВНЫЕ БЛОКИ- РУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ	252
Усов К.Ю., Астафьев В.С. ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ БОРЦОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ	255
Филиппов А.И., Федорова М.Ю. СОПРЯЖЕННЫЙ МЕТОД ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ	259
Хамин А.А., Астафьев В.С. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СКОРОСТИ УДАРНОГО ДВИЖЕНИЯ В БОКСЕ	261
Цуккер Л.Г. МЕТОДИКА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ТРАВМАТИЗМА НА ЗАНЯТИЯХ ПО БОКСУ В ВУЗЕ	266

<i>Якимов К.В., Кирик А.С.</i> СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАРАТИСТОВ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ	269
<i>Якимчик Е.С., Шохирев В.В.</i> ХАРАКТЕРИСТИКА СРЕДСТВ И МЕТОДОВ БЕГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ В ПЕРИОД НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ	272
<i>Яковлева Н.В., Доржиева О.С.</i> РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ШОРТТРЕКОВИКОВ	275