

## СОДЕРЖАНИЕ

### I. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ, СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ..... 8

<i>Бондаренко А. Е.</i> Биомеханические параметры движения ноги на опоре при беге на короткие дистанции .....	8
<i>Бондаренко К. К.</i> Биомеханические параметры скоростей движения звеньев тела при выполнении ударов в карате.....	11
<i>Воронин И. Ю., Щербин Д. В.</i> Применение ударного метода в подготовке баскетболистов школьной секции.....	15
<i>Горовой В. А., Павлов В. П., Конопацкий В. А.</i> Особенности организации тренировочного процесса спортсменов, специализирующихся в пауэрлифтинге.....	17
<i>Дойняк И. П., Маслова Е. А.</i> Использование интерактивного подхода в процессе развития двигательной сферы школьников .....	21
<i>Захарова А. С., Немилостивая С. Г., Шиняева В. Б.</i> Особенности тренировочной деятельности в волейболе девочек 9–10 лет .....	24
<i>Захарова А. С., Немилостивая С. Г., Шиняева В. Б.</i> Оценка силовой подготовки девочек 11–12 лет, занимающихся спортивной аэробикой.....	27
<i>Конопацкий В. А., Горовой В. А., Метлушко В. И.</i> Использование упражнений скоростно-силового характера в круговой тренировке юных борцов 12–13 лет.....	30
<i>Лапко Д. Р.</i> Тип саморегуляции кровообращения как один из показателей контроля эффективности учебно-тренировочного процесса и стрессоустойчивости организма.....	33
<i>Метлушко В. И., Конопацкий В. А.</i> Особенности и условия формирования технико-тактической подготовки юных борцов в аспекте современных тенденций развития греко-римской борьбы.....	36
<i>Навицкий И. А., Смольский С. М., Макаревич Ю. И.</i> К вопросу планирования индивидуальной системы соревнований легкоатлетов .....	39
<i>Рослик Ж. П., Фомина Т. В., Мартинчик А. С.</i> Спортивный травматизм и его профилактика.....	43
<i>Саболевский И. Р., Смольский С. М., Сониная Н. В.</i> Копинг-стратегии как способ преодоления стрессов у танцоров .....	46

### II. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ ..... 50

<i>Блоцкая Ю. В.</i> Анализ интересов студентов Мозырского государственного педагогического университета имени И. П. Шамякина в сфере физической культуры и спорта.....	50
<i>Борисок А. А., Шурпач А. М.</i> Фитнес-технологии как средство профессионально-прикладной физической подготовки.....	53
<i>Венскович Д. А.</i> Организация физического воспитания студентов в Витебском государственном университете имени П. М. Машерова .....	57
<i>Григоревич В. В., Жадько Д. Д., Полещук А. М.</i> Физическое развитие студентов Гродненского государственного медицинского университета .....	60
<i>Зинченко Н. А., Таргонский Н. Н.</i> Виды мотивации студентов в формировании интереса к занятиям физической культурой в УВО .....	64
<i>Кондаков В. Л., Богоева М. Д.</i> Особенности методики преподавания планирующей подачи в волейболе на занятиях по физической культуре (элективные дисциплины).....	68
<i>Подскребышева Н. П., Князева Т. Э.</i> Современная физическая культура студентов: проблемы и перспективы развития .....	71
<i>Саидова М. Х., Абдуллоев А. Б., Тошматов Р. Н.</i> Проблемы и особенности функционирования и развития физической культуры и спорта Республики Таджикистан в условиях рыночной экономики .....	73
<i>Сергейчик Н. А.</i> Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы студентов 1-го курса 2018–2019 учебного года .....	76
<i>Сергейчик Н. А.</i> Уровень физического здоровья студентов 1-го курса 2018–2019 учебного года.....	79

<i>Сергейчик Н. А., Жуковец А. А.</i> Оценка функционального состояния респираторной системы студентов .....	81
<i>Сергейчик Н. А., Степанцов В. М.</i> Потребность студентов в систематических занятиях физической культурой и спортом .....	83
<i>Сокорев А. Н., Бутурлин О. А.</i> Дополнительная нагрузка как способ оценки степени утомления у студентов первого курса после урока физической культуры.....	86
<i>Сокорев А. Н., Морозов С. Б.</i> Состав тела и сила мышц-разгибателей спины студентов первого курса .....	88
<i>Сокорев А. Н., Паулец Е. А.</i> Двигательная активность студентов в формировании морфофункциональных показателей здоровья .....	90
<i>Торба Т. Ф., Науменко О. А., Плешкунов Д. А.</i> Динамика и особенности заболеваемости студентов УО «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого».....	94
<i>Тырлова В. А., Торба Т. Ф., Бображ В. В.</i> Изменение уровня физической подготовленности студентов с помощью специальных комплексов физических упражнений.....	97
<i>Шукан С. В., Леонов В. В.</i> К вопросу преимущественного развития силовых способностей курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь в процессе профессионально-прикладной физической подготовки .....	101
<i>Климов О. Е.</i> Процесс организации здорового образа жизни.....	106

### **III. ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ, СРЕДСТВА И ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ .....**

<i>Маркевич О. П., Медведев В. А.</i> Показатели физического здоровья студенток специального учебного отделения .....	110
<i>Маслова Е. А., Дойняк И. П., Федорович В. К.</i> Цифровые технологии в системе подготовки специалистов сферы физической культуры и спорта .....	114
<i>Сергеенко Н. И., Сергеенко А. Н.</i> К вопросу об осознанном отношении студентов учреждения высшего образования к занятиям физической культурой.....	117
<i>Смольский С. М., Свиридов Ю. В., Сониная Н. В.</i> Особенности занятий атлетической гимнастикой у студенческой молодежи.....	120
<i>Фомина Т. В., Рослик Ж. П., Жданович А. Ф.</i> Нетрадиционные формы физического воспитания студентов .....	123
<i>Сыманович П. Г.</i> Инновационная методика контроля общей физической подготовленности студентов-стрелков из лука .....	127

## CONTENTS

### I. IMPROVEMENT OF THE TRAINING PROCESS IN YOUTH SPORTS, TOP SPORT ..... 8

<i>Bondarenko A.</i> Biomechanical parameters of leg movement on a support when running for short distances .....	8
<i>Bondarenko K.</i> Biomechanical parameters of the speed of movement of the links of the body when performing strokes in karate .....	11
<i>Voronin I., Shcherbin D.</i> Application of impact method in training of basketball players at school sports clubs .....	15
<i>Gorovoy V., Pavlov V., Konopatsky V.</i> Peculiarities of organization of training process of athletes specializing in powerlifting .....	17
<i>Doynyak I., Maslova E.</i> Using an interactive approach in the development of the motor sphere of primary school .....	21
<i>Zakharova A., Nemilostivaya S., Shinyaeva V.</i> Features of training activities in volleyball girls 9–10 years old .....	24
<i>Zakharova A., Nemilostivaya S., Shinyaeva V.</i> Assessment of strength training of girls 11–12 years old, engaged in sports aerobics .....	27
<i>Konopatsky V., Gorovoy V., Metlushko V.</i> Use of speed and strength exercises in the round-Robin training of young wrestlers 12–13 years old .....	30
<i>Lapko D.</i> Type of self-regulation of blood circulation as one of the indicators of monitoring the efficiency of the educational-training process and stress resistance of the organism .....	33
<i>Metlushko V., Konopatsky V.</i> Features and conditions for the formation of technical and tactical training of young wrestlers in the aspect of modern trends in the development of Greco-Roman wrestling .....	36
<i>Navitsky I., Smolsky S., Makarevich Y.</i> On the issue of planning an individual athletics competition system .....	39
<i>Roslik Z., Fomina T., Martinchik A.</i> Sports injuries and their prevention .....	43
<i>Sabolevsky I., Smolsky S., Sonina N.</i> Coping strategies as a way to overcome stress in dancers .....	46

### II. MODERN PROBLEM AND PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION ..... 50

<i>Blotskaya Y.</i> Analysis of the interests of students of the Mozyr State Pedagogical University named after I. P. Shamyakin in the field of physical education .....	50
<i>Borisok A., Shurpach A.</i> Fitness-technologies as means professionally-applied physical preparations .....	53
<i>Venskovich D.</i> The organization of physical education of students at the Vitebsk State University named after P. M. Masherova .....	57
<i>Grigorevich V., Zhadko D., Paliashchuk A.</i> Physical development of students of the Grodno State Medical University .....	60
<i>Zinchenko N., Targonsky N.</i> Types of motivation of students in the formation of interest in physical education in higher education .....	64
<i>Kondakov V., Bogoeva M.</i> Peculiarities of methodology of training planning pitch in volleyball at physical education classes (elective disciplines) .....	68
<i>Podskrebysheva N., Knyazeva T.</i> Competitive students' physical culture: problems and perspectives of development .....	71
<i>Saidova M., Abdulloev A., Toshmatov R.</i> Problems and features of the functioning and development of physical culture and sports of the Republic of Tajikistan in a market economy ...	73
<i>Sergeychik N.</i> The level of physical health of students I course of the 2018–2019 school year .....	76
<i>Sergeychik N.</i> Assessment of the functional state of the cardiovascular system of students I course of the 2018–2019 school year .....	79
<i>Sergeychik N., Zhukovets A.</i> Assessment of the functional state of the respiratory system of students .....	81
<i>Sergeychik N., Stepantsov V.</i> Students' need for systematic physical education and sports .....	83
<i>Sokorev A., Buturlin O.</i> Additional load as a way to assess the degree of fatigue in first-year students after a lesson in physical culture .....	86

<b>Sokorev A., Morozov S.</b> Body composition and strength of the back extensor muscles of first-year students .....	88
<b>Sokorev A., Paulec E.</b> Motor activity of students in the formation of morphofunctional health indicators .....	90
<b>Torba T., Nazmenko O., Pleshcunov D.</b> Dynamics and peculiarities of morbidity of students of U. O. “Gomel State Technical University named after P. O. Sukhogo” .....	94
<b>Tyrlova V., Torba T., Bobra V.</b> Changes in the level of physical fitness of students using special complexes of physical exercises .....	97
<b>Shukan S., Leonov V.</b> On the issue of the predominant development of strength abilities of cadets of educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Belarus in the process of professionally applied physical training.....	101
<b>Klimov O.</b> The process of organizing a healthy lifestyle .....	106

### **III. INNOVATIVE FORMS, FACILITIES AND TECHNOLOGIES IN EDUCATIONAL SPACE OF STUDENT YOUTH .....**

<b>Markevich O., Medvedev V.</b> Physical health indicators of students of a special educational department .....	110
<b>Maslova E., Doynyak I., Fedorovich V.</b> Digital technologies in the system of training of specialists in the field of physical culture and sports.....	114
<b>Sergeenko N., Sergeenko A.</b> To the question about the understand attitude of university students to the performance of physical culture .....	117
<b>Smolsky S., Sviridov Y., Sonina N.</b> Features of athletic gymnastics for students.....	120
<b>Fomina T., Roslik Z., Zhdanovich A.</b> Unconventional methods of physical education of students .....	123
<b>Symanovich P.</b> Innovative method of control of general physical preparedness of archived students .....	127