

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Мозырский государственный педагогический университет
имени И. П. Шамякина»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы VIII Международной
научно-практической конференции

Мозырь, 8–10 октября 2020 г.

Мозырь
МГПУ им. И. П. Шамякина
2020

УДК 796
ББК 75
А43

Редакционная коллегия:

С. М. Блоцкий,	кандидат педагогических наук (ответственный редактор);
Е. П. Врублевский,	доктор педагогических наук, профессор;
Г. И. Нарскин,	доктор педагогических наук, профессор;
А. Г. Фурманов,	доктор педагогических наук, профессор;
В. Ю. Давыдов,	доктор биологических наук, профессор;
В. В. Шантарович,	Заслуженный тренер Республики Беларусь, доцент;
С. Б. Кураш,	кандидат филологических наук, доцент;
Э. Е. Гречанников,	кандидат физико-математических наук, доцент;
В. А. Горовой,	кандидат педагогических наук, доцент;
В. А. Черенко,	кандидат педагогических наук;
Н. Н. Ничипорко,	ответственный по учебной работе факультета физической культуры, старший преподаватель

Печатается согласно плану проведения в 2020 году в учреждениях высшего образования и научных организациях, подчиненных Министерству образования Республики Беларусь, научных и научно-технических мероприятий и приказу по университету № 934 от 07.10.2020 г.

А43 **Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма** : материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 8–10 окт. 2020 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: С. М. Блоцкий (отв. ред.) [и др.] – Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2020. – 260 с.
ISBN 978-985-477-737-5.

В сборнике представлены материалы конференции, отражающие результаты научных исследований в области физической культуры, спорта и туризма.
Адресуется научным работникам, преподавателям, методистам по физическому воспитанию, студентам.
Материалы публикуются в авторской редакции.

УДК 796
ББК 75

ISBN 978-985-477-737-5

© УО МГПУ им. И. П. Шамякина, 2020

При этом существенный прогресс выявлен у лиц 21–35 лет, он составил 14,2 балла, у представительниц 36–55 лет – 12,2 балла. Таким образом, проведенное в динамике исследование комплекса показателей физического развития и функционального состояния на основании анализа выявило положительное влияние шейпинг-тренировок на соматическое здоровье женщин как первого, так и второго периода зрелого возраста.

Выводы. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода в тренировочном шейпинг-процессе позволяет оптимизировать подбор средств, методов, параметров физической нагрузки с учетом специфических особенностей морфофункционального состояния женщин разного периода зрелого возраста, что создает объективную возможность управления тренировочным процессом с целью оздоровления.

По результатам педагогического эксперимента установлена эффективность оздоровительной методики построения групповых шейпинг-тренировок женщин 21–55 лет, которая подтверждается статистически достоверными ($p < 0,05$) положительными изменениями всех регистрируемых показателей физического развития и функционального состояния в сравнении с исходными значениями.

Список использованной литературы

1. Гусинец, Е.В. Особенности потребительских предпочтений, занимающихся в фитнес-клубах г. Гомеля / Е.В. Гусинец // Эпоха науки. – 2020. – № 21. – С. 96–108.
2. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б.Х. Ланда. – М. : Советский спорт, 2006. – 208 с.
3. Скидан, А.А. Оздоровительно-кондиционная направленность занятий шейпингом женщин зрелого возраста / А.А. Скидан // Известия Гомельск. гос. ун-та им. Ф. Скорины. – 2018. – № 2 (107). – С. 35–40.
4. Skidan, A. The technigue of applying exercises of various directions in recreational shaping classes with women of 21–35 years / A. Skidan, E. Vrublevskiy, S. Sevdalev // Спортивный вісник придніпров'я. – 2019. – № 4. – С. 187–196.

ФОНАВАЯ РУХАЛЬНАЯ ДЗЕЙНАСЦЬ ЯК АДЗІН З ФАКТАРАЎ У ФАРМІРАВАННІ РУХАЛЬНАЙ КУЛЬТУРЫ АСОБЫ Ў СЕЛЬСКАЙ СУПОЛЬНАСЦІ

П.В. Сняжэцкі

УА «Гродзенскі дзяржаўны аграрны ўніверсітэт»

Уводзіны. Апошнія паўстагоддзя навуковаму абгрунтаванню рухальнай культуры суб'екта (індывіда, сацыяльнай групы або грамадства ў цэлым) у сістэме паняццяў тэорыі і практыкі фізічнай культуры ў галіне педагагічнага досведу прысвечаны працы В.Б. Каранберга (1972, 2008), У.М. Выдрына (1977, 1988, 1999 г.), Д.У. Колесава (1983), В.Л. Уткіна (1984, 1989), В.С. Кузняцова (1986, 2003), Г.Г. Наталава (1993), В.А. Косяк (2002), Р.А. Кучарэнка (2005), Н.Ю. Шумакова (2005, 2010), М.П. Олесова (2009), А.В. Фадзеевай (2009), У.І. Сталярова (2015, 2017) [1–6]. Аднак у катэгорыяльна-паняццёвым апарате навукова-тэарэтычных даследаванняў названых аўтараў дадзены феномен разглядаецца пераважна як працэс і вынік заняткаў чалавека спецыяльнымі формамі рухальнай актыўнасці (фізічнымі практыкаваннямі), не надаючы дастатковай увагі разгляду ступені ўплыву суправаджаючай кожнага з нас паўсядзённай (так званай «фонавай») рухальнай дзейнасці як натуральна-прыроднай сістэмаўтваральнай асновы ў фарміраванні рухальнай культуры асобы.

Такім чынам, для больш поўнага ўяўлення аб названай праблеме ў пэўных сацыяльна-дэмаграфічных групах Рэспублікі Беларусь мэтай выдання гэтага артыкула мы вызначылі вывучэнне і навуковы аналіз узаемасувязяў развіцця «фонавай» рухальнай дзейнасці і фарміравання рухальнай культуры асобы ў сельскай супольнасці за апошнія два дзесяцігоддзі з 2000 па 2020 гады.

У адпаведнасці з вышэй прыведзенай мэтай аб'ектам даследавання стаў узровень фізічнага і функцыянальнага стану чалавека як вынік яго адаптацыі да паўсядзённай рухальнай дзейнасці, вызначанай умовамі біягеааццяпенноза сельскай мясцовасці. Для падрыхтоўкі матэрыялу артыкула былі выкарыстаны наступныя **матэрыялы і метады даследавання:**

- педагагічныя (аналіз навукова-метадычнай літаратуры і статыстычных дадзеных (больш за 10 крыніц), сацыялагічнае даследаванне ($n = 1203$), кантрольна-педагагічныя тэсты і функцыянальныя пробы ($n = 4223$));
- інструментальныя (антрапаметрыя, пульсаметрыя, хранаметрыя), якія дазваляюць атрымаць аб'ектыўную ацэнку фізічнага стану чалавека (50676 вымярэнняў);
- матэматыка-статыстычныя метады (статыстычнае апісанне, карэляцыйны аналіз), якія даюць магчымасць выявіць верагоднасць праявы ўласцівасцей і якасцей вывучаемых выбарак генеральнай сукупнасці ($n = 4223$).

Арганізацыя даследавання ставіла на мэце пралангаванае (з 2000 па 2020 гады) вывучэнне паказчыкаў фізічнага і функцыянальнага стану сельскіх жыхароў як адной і той жа групы аб'ектаў на працягу доўгага часу, які паказваў істотныя змены значных прыкмет апошніх.

Вынікі даследавання. Фарміраванне рухальнай культуры чалавека ў постнатальным антагенэзе (у працэсе яго самарэалізацыі ў сацыяльнай і прафесійнай дзейнасці) спалучана з рознымі фактарамі сацыяльна-культурна-ясяроднавай прасторы, якія вызначаюць стан яго працаздольнасці і здароўя. У нашым канкрэтным выпадку гэта патэнцыял рухальнай актыўнасці сацыяльна-дэмаграфічнай і прафесійна-галіновай структуры сельскай супольнасці ў Рэспубліцы Беларусь, якая на момант нашага даследавання (у цяперашні час у 2020 годзе) прадстаўлена наступным чынам:

- насельніцтва маладзейшага за працаздольны ўзрост (да 18 гадоў) – 10,49 %;
- насельніцтва старэйшага за працаздольны ўзрост (старэйшыя за 58 гадоў – жанчыны і старэйшыя 63 гадоў – мужчыны) – 38,09 %;
- насельніцтва працаздольнага ўзросту – 51,41 % (18–58 гадоў жанчыны і 18–63 гады мужчыны);

– больш за 2/5 сельскага насельніцтва працаздольнага ўзросту занята пераважна актыўнай прафесійна-працоўнай дзейнасцю ў сельскай, лясной і жыллёва-камунальнай гаспадарках (42,71 %) рэгіёну пражывання, звязанай з улівам прыродна-кліматычных умоў працы;

– каля 1/5 сельскага працаздольнага насельніцтва (18,01 %) складаюць работнікі сферы паслуг (адукацыя, ахова здароўя, культура і інш.) і спецыяльных сілавых службаў (МУС, МНС, ВС і інш.), чыя праца звязана з павышанай маральнай адказнасцю за здароўе і жыццё людзей, а таксама за вялікія грамадскія і матэрыяльныя каштоўнасці;

– менш за 1/5 (13,36 %) складаюць унутраныя і знешнія «гастарбайтары», якія працуюць за межамі адміністрацыйнага раёна ці вобласці, а таксама Рэспублікі Беларусь, чыя праца мае пераважна фізічны складнік;

– астатняя 1/5 частка працаздольнага сельскага насельніцтва ўключае навучэнцаў устаноў сярэдняй спецыяльнай і вышэйшай адукацыі (5,66 %), беспрацоўных (5,87 %), непрацуючых інвалідаў (3,44 %) і іншых (6,27 %).

З прадстаўленай вышэй сацыяльна-дэмаграфічнай структуры відаць, што больш за палову жыхароў сельскай мясцовасці маюць у той ці іншай ступені адносін да фізічнай працы. Гэта павышае іх шанцы на задавальненне мінімальнай патрэбы ў рухальнай актыўнасці, якая забяспечвае захаванне здароўя чалавека ў антагенэзе. Улічваючы той факт, што пераважная большасць (87,42 %) прадстаўнікоў сельскай супольнасці мае разнастайную асабістую прысядзібную гаспадарку, якая ўскладае гэўнае кола абавязкаў па догляду за ёй на кожнага члена сямейнай абшчыны (і павялічвае колькасць рухальна актыўных выскоўцаў), мы можам сказаць, што «сельскі лад жыцця» з'яўляецца для іх асноўным сістэмаўтваральным фактарам. А сам «сельскі лад жыцця» аднесці да больш рухальна актыўнага, чым лад жыцця гараджан.

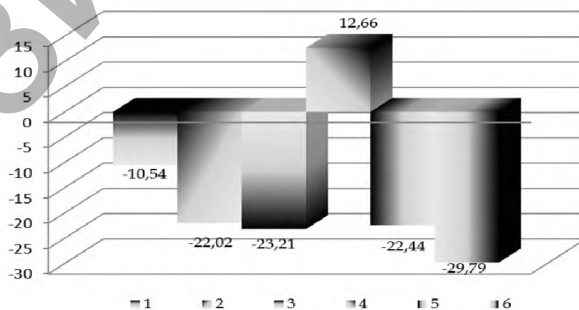
Той факт, што якасць сацыяльнай пайткі ў многіх дзяржавах у сферы здароўя адзначаецца па ўзроўні ўключанасці грамадзян у заняткі фізічнай культурай і спортам, сведчыць аб актуальнасці для здароўя чалавека праблем, звязаных з гіпадынаміяй. Аднак, у сельскай мясцовасці названы паказчык больш чым у два з паловай разы ніжэй, чым у горадзе, прытым, што паказчыкі аб'ёму паўсядзённай рухальнай актыўнасці выскоўцаў амаль у чатыры разы вышэй, чым аналагічныя ў гараджан [7, 8].

Большасць відаў працоўнай дзейнасці, звязаных з вытворчасцю сельскагаспадарчай прадукцыі, у асабістых прысядзібных гаспадарках Рэспублікі Беларусь выконваецца сельскімі жыхарамі ўручную. У сельскагаспадарчых прадпрыемствах у пяперашні час доля фізічнай працы, у параўнанні з 1990 года, (згодна аналізу паказчыкаў выдаткаў працоўнага часу на адзінку прадукцыі), знізілася ў два і больш разоў. У цэлым, на аснове аналізу дадзеных за доследны перыяд, атрыманых намі інструментальнымі метадамі (антрапаметрыі, пульсаметрыі, хранаметрыі), можна канстатаваць зніжэнне паказчыкаў фізічнай падрыхтаванасці і функцыянальнага стану, якія негатыўна адбіваюцца на фармаванні рухальнай культуры сельскай супольнасці.

Сумарная працягласць і інтэнсіўнасць паўсядзённай рухальнай дзейнасці прадстаўнікоў сельскай супольнасці ў 2000 годзе была найбольш высокай у $36,23 \pm 5,8$ гадовым узросце і мела ярка выражаны сезонны характар. У вясенне-летне-асенні перыяд яна складалася з сямейна-бытавой ($4,7 \pm 0,62$ тысяч лакамоўчый; пульсавы кошт рухальнай дзейнасці (ПСДД) – 1,382 тысячы ўдараў), прафесійна-працоўнай (14,4 тысяч лакамоўчый; ПСДД – $5,376 \pm 3,25$ тысяч удараў), культурна-дасугавай ($1,2 \pm 0,97$ тысячы лакамоўчый; ПСДД – $0,74 \pm 0,43$ тысячы удараў).

Найбольш высокая сумарная працягласць і інтэнсіўнасць паўсядзённай рухальнай дзейнасці ў сельскай супольнасці ў 2020 годзе зрушылася да $62,47 \pm 5,8$ гадовага ўзросту. Яна захавала пры гэтым сезонны характар, аднак прэвалюючае становішча сярод відаў дзейнасці ў людзей (пераважна пенсійнага ўзросту) займае сямейна-бытавая дзейнасць, звязаная з доглядам за асабістай прысядзібнай гаспадаркай. У вясенне-летне-асенні перыяд сямейна-бытавая рухальная актыўнасць склала $12,42 \pm 2,36$ тысяч лакамоўчый (ПСДД – 2,976 тысячы удараў), далей у рэйтынгу – культурна-адукацыйная $3,611 \pm 1,73$ тысячы лакамоўчый (ПСДД – $1,536 \pm 1,21$ тысячы удараў), а таксама прафесійна-працоўная з 3,185 тысячамі лакамоўчый (ПСДД – $0,938 \pm 0,714$ тысяч удараў).

Па выніках аналізу дадзеных кантрольна-педагагічнага тэставання 2000 і 2020 гадоў, можна канстатаваць зніжэнне ўзроўню фізічнай падрыхтаванасці па асноўных, найбольш ужывальных у паўсядзённым жыцці лакамоўчых (прысяданні (-10,53 %), падыманне тулава (-22,02 %), адцісканні ад падлогі (-23,21 %)), а таксама па паказчыках функцыянальнага стану: індэкс Руф'е (12,66 %), вестыбулярна-кардынацыйная проба (22,44 %), статычна-сілавая проба (29,79 %) (малонак 1).



1 – прысяданні, 2 – падыманне тулава, 3 – адцісканні ад падлогі, 4 – індэкс Руф'е, 5 – вестыбулярна-кардынацыйная проба, 6 – статычна-сілавая проба
Малонак 1. – Змена паказчыкаў (X2020 - X2000) фізічнай падрыхтаванасці і функцыянальнага стану сельскіх жыхароў з 2000 па 2020 гг. (%)

У цэлым, найбольш высокіх паказчыкаў у 2000 годзе, якія характарызуюць узровень рухальнай культуры асобы, прадстаўнікі сельскай супольнасці ў антагенэзе дасягалі да 17 гадовага ўзросту ($17,31 \pm 2,6$) пры найвышэйшым узроўні фізічнай працаздольнасці (Індэкс Руф'е – $7,6 \pm 3,8$ балаў), пасля чаго, з павелічэннем зросту адбывалася іх зніжэнне кожнае дваццацігоддзе прыкладна на 10 %.

У 2020 годзе «пік формы» фізічнай працаздольнасці, на аснове дадзеных індэкса Руф'е, у прадстаўнікоў сельскай супольнасці зрушыўся ў адносінах да 2000 на два гады ($19,18 \pm 3,1$ гадоў) і склаў $8,13 \pm 4,1$ балаў. Пры гэтым адрозненні гэтага паказчыка з прычыны ўзроставага зніжэння рухальных і функцыянальных магчымасцяў чалавека за кожныя 20 гадоў зніжаліся да 5 %, а ў цэлым за 55-гадовы перыяд (20–75 гадоў) склалі каля 20%. Гэта сведчыць аб захаванні тэндэнцыі зніжэння функцыянальных паказчыкаў як у 2000, так і ў 2020 гадах. Аднак у другім выпадку адрозненні ў паказчыках фізічнай працаздольнасці індывіда на піку сваёй фізічнай формы ($19,18 \pm 3,1$ гадоў) і ў 75 гадоў значна менш ($3,76$ бала), чым у першым выпадку ($4,58$ бала). Дадзены феномен характэрны тым, што ён з'явіўся вынікам зніжэння ўзрочно фізічнай працаздольнасці на піку фізічнай формы прадстаўнікоў сельскай супольнасці ў параўнанні з 2000 годам і захаваннем больш высокіх паказчыкаў да 75-гадовага ўзросту. Гэта, на наш погляд, сведчыць калі не аб паліяпшэнні, то аб бяспрэчным захаванні рухальнай і функцыянальнай актыўнасці сучаснага пакалення ў сталым і пажылым узросце на працягу апошніх 20 гадоў. І наадварот – аб іх зніжэнні ў дзіцячым, падлеткавым і юнацкім узростах.

Высновы. У сувязі з вышэй сказаным мы бачым, што фонавая рухальная дзейнасць з'яўляецца адным з асноўных фактараў у фарміраванні рухальнай культуры асобы ў сельскай супольнасці. А апошнія два дзесяцігоддзі на фоне інфарматызацыі і механізацыі большасці вытворчых працэсаў у сельскай гаспадарцы адбываецца відавочнае яе згортванне. Для захавання рухальнага мінімуму, здольнага забяспечыць здаровае ўмовы існавання чалавека ў сельскай мясцовасці, неабходна ўкараненне альтэрнатыўных культурна-рухальных алгарытмаў на аснове выкарыстання сацыяльнага і педагогічнага патэнцыялаў сельскай супольнасці.

Шляхі выхаду з гэтай сітуацыі (якая характарызуецца прагрэсіруючай гіпадэнаміяй сучаснай сельскай супольнасці) мы бачым толькі ў пошуку інавацыйных тэхналогій і метадык арганізацыі рухальнага рэжыму чалавека на аснове распрацоўкі эталонных прыродагодных алгарытмаў усіх відаў паўсядзённай рухальнай дзейнасці, накіраваных на стварэнне здоравага чалавечага цела як адной з найвышэйшых каштоўнасцей агульначалавечай культуры. А ў аснову аптымізацыі паўсядзённай «фонавай» рухальнай дзейнасці прадстаўнікоў сельскай супольнасці павінен быць пакладзены асноўны прынцып рухальнай культуры асобы, які выдзе да здароўеўтварэння, такі як прыродагоднасць.

Такім чынам, улічваючы той факт, што ў сельскай супольнасці практычна адзіным і рэальна здольным да прадастаўлення педагогічна арганізаванай спецыяльнай рухальнай актыўнасці (фізічных практыкаванняў) і фарміраванні асноўных каштоўнасцяў здароўя валодае толькі сельская школа, то на яе і павінна ўскладацца дадзенае місія па насычэнні жыццядзейнасці сельскіх жыхароў (пачынаючы ўжо з 3 гадоў) рацыянальнай і прыродагоднай рухальнай дзейнасцю.

Гэта даць магчымасць павысіць эфектыўнасць і супрацьстаяць згортванню рухальнай сферы чалавека ў сучасных сацыяльна-эканамічных умовах развіцця вёскі. Такая сітуацыя патрабуе ад сістэмы адукацыі, у пераважна сельскагаспадарчых рэгіёнах, стварэння пмаатпрофільных сацыяльна-педагогічных умоў адукацыйнай прасторы сельскіх школ (як адзіных у сельскай мясцовасці культурна-адукацыйных цэнтраў) для дыферэнцыраванага фарміравання рухальнай культуры асобы ў дачыненні для кожнай сацыяльна-ўзроставай катэгорыі.

Спіс выкарыстанай літаратуры

1. Столяров, В.И. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта [Электронный ресурс] : учеб. / В.И. Столяров, А.А. Передельский, М.М. Башаева. – М. : Советский спорт, 2015. – 464 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/69838>. – Дата доступа: 01.08.2018.
2. Столяров, В.И. Инновационная концепция модернизации теории и практики физического воспитания [Электронный ресурс] / В.И. Столяров. – Litres, 2017. – 1036 с. – Режим доступа : <https://play.google.com/store/books/details?id=7rQODgAAQBAJ&source=ge-web-app&writeReview>. – Дата доступа: 04.06.2018.
3. Визитей, Н.Н. Теория физической культуры: к коррективке базовых представлений. Философские очерки [Электронный ресурс] / Н.Н. Визитей. – Электрон. дан. – М. : Советский спорт, 2009. – 184 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/11815>. – Дата доступа: 01.08.2018. Дата доступа: 04.06.2018.
4. Курамшин, Ю.Ф. Об объекте и предмете теории физической культуры как научно-учебной дисциплины: историко-сравнительный анализ / Ю.Ф. Курамшин // Учен. зап. ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2006. – № 22. – С. 20–32.
5. Николаев, Ю.М. Теория физической культуры: базовые концепции и основополагающий категориальный аппарат [Электронный ресурс] / Ю.М. Николаев // Журнал: теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/03127913-6365-4cac-b27c-4409ca54cdff>. – Дата доступа: 31.07.2017.
6. Выдрин, В. М. Физическая культура вид культуры личности и общества (опыт историко-методологического анализа проблемы): монография / В. М. Выдрин. – Омск : СибАДИ, 2003. – 141 с.
7. Снежицкий, П.В. К вопросу о формировании двигательной культуры как основы здорового образа жизни населения Республики Беларусь в социальных и профессиональных сообществах / П.В. Снежицкий / Ученые записки : сб. рец. науч. тр. / редкол.: С. Б. Репкин (гл. ред.) [и др.] ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – С. 184–189.
8. Снежицкий, П.В. Социально-экономические аспекты физического состояния представителей сельского сообщества Республики Беларусь / П.В. Снежицкий / Физическая культура и спорт в современном мире : к 70-летию факультета физической культуры [Электронный ресурс] : сб. науч. ст. / Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины ; редкол.: Г. И. Нарский (гл. ред.) [и др.]. – С. 550–559.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Апанасевич С.С., Каложин В.Г., Еншина А.Н. Адаптивная физическая культура у лиц с тяжелыми нарушениями речи	3
Блоцкий С.М., Сурнин Д.А., Никитенко И.Ю. Анализ методики локального похудения под действием физических упражнений	5
Блоцкий С.М., Яблонская И.В., Щур С.Н. Особенности формирования специальных медицинских групп для студентов, проживающих в условиях повышенных экологических нагрузок	7
Борисок А.А., Шурпач А.М. Современные фитнес-технологии в домашних условиях для специалистов дошкольного образования	9
Брановицкая А.А. Анализ скаутинга как формы повышения физической и духовной культуры студентов	11
Бутько А.В. Использование инновационных технологий оздоровительной физической культуры в работе со студентами	12
Волков В.К., Кленин Н.Н. О значении конструктивной физической культуры в профилактике и лечении заболеваний	14
Володкович С.Л., Володкович Е.В., Ярчак Е.Н. Результаты анкетирования студентов по вопросам здоровья и навыкам здорового образа жизни	16
Гордеева И.В. Антропологический подход к профессиональной подготовке будущего учителя физической культуры и здоровья	17
Евтухова Л.А. Оценка показателей состояния дыхательной системы студентов	18
Загrevский В.И. Математический алгоритм управления заданной программной позицией биомеханической системы изменением обобщенной координаты первого звена	20
Зинченко Н.А., Таргонский Н.Н., Пугач А.В. Влияние оздоровительных упражнений на физическое состояние студентов	22
Кветинский С.С., Осянин В.Н. Эффективность формирования здорового образа жизни студентов	24
Маркевич О.П., Медведев В.А. Анализ физической подготовленности и работоспособности студенток специального учебного отделения	25
Милашук Н.С., Лис М.С. Развитие мест массового оздоровительного и спортивного отдыха в г. Бресте и Брестской области	27
Милашук Н.С. Спорт в период пандемии	29
Путилова К.П. Методические основы обучения детей старшего дошкольного возраста элементам спортивной игры водное поло	30
Скидан А.А. Шейпинг как средство изменения соматического здоровья женщин зрелого возраста	33
Сняжыцкі П.В. Фонавая рухальная дзейнасць як адзін з фактараў у фарміраванні рухальнай культуры асобы ў сельскай супольнасці	36

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ, СТУДЕНТОВ И ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Абрамович В.Л. Состояние здоровья студентов первого курса в УО МГПУ им. И.П. Шамякина и некоторые пути оптимизации двигательной активности в течение учебного года	39
Абрамович П.А. Проблема организации деятельности студентов специальной медицинской группы в процессе физического воспитания в вузе	40
Альбаркайи Д.А., Хоршидахмед А.Х. Организация проведения занятий легкоатлетической направленности со школьниками	42
Андреенова Г.Н., Митусов В.В. Инновационная модель стимулирования двигательной активности детей дошкольного возраста	44
Арутюнян Т.Г. Миниволей как вид спорта для всех	45

Научное издание

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Материалы VIII Международной
научно-практической конференции

Мозырь, 8–10 октября 2020 г.

Корректоры: *Е. В. Сузько, Т. И. Татарина*
Оригинал-макет: *Л. Н. Добрянская, М. С. Галеня*

Подписано в печать 07.12.2020. Формат 60x90 1/8. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 32,5. Уч.-изд. л. 36,47.
Тираж 32 экз. Заказ 32.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования «Мозырский государственный
педагогический университет имени И. П. Шамякина».
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий N 1/306 от 22 апреля 2014 г.
Ул. Студенческая, 28, 247777, Мозырь, Гомельская обл.
Тел. (0236) 24-61-29