

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РФ
УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ
ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА,
ОЦЕНКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ
И ВОССТАНОВЛЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ**

Материалы Всероссийской научно-практической конференции

Том 2

г. Челябинск
2017

УДК 796.015+796:61+796:34+796.5
ББК 75.15+75.09+75:67+75.8

Современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (г. Челябинск, 24-25 октября 2017 г.) : в 2 т. / Под ред. д.м.н. проф. Е. В. Быкова. – Челябинск : УралГУФК, 2017. – Т. 2. – 380 с.

Сборник включает тексты научных статей участников Всероссийской научно-практической конференции «Современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов» (включена в план проведения научных конгрессов и конференций Минспорта РФ, приказ Министерства спорта РФ №1357 от 29.12.2016).

Представлены материалы по актуальным проблемам организации тренировочного процесса, технологиям подготовки высококвалифицированных спортсменов и спортивного резерва. Представлены современные подходы к медико-биологическому сопровождению тренировочного процесса, диагностики функционального состояния, выбору методов реабилитации. Материалы сборника представляют интерес для ученых и практиков в области физической культуры и спорта.

Сборник материалов конференции выпущен при финансовой поддержке Минспорта РФ.

ISBN 978-5-93216-501-0

Редакционная коллегия:

Быков Е. В., д.м.н., профессор
Серигов С. Г., д.п.н., профессор
Коломиец О. И., к.б.н., доцент

© Коллектив авторов, 2017
© УралГУФК, 2017

Продолжение таблицы 1

Своевременность принятия решений	6,0±0,2	6,5±0,4
Четкость плана предстоящих действий	5,7±0,3	6,8±0,4
Свободная ориентировка в обстановке	5,9±0,3	6,2±0,3
Интеллектуальный компонент МГ в целом	5,9±0,2	6,9±0,3
Желание соревноваться	5,8±0,3	6,3±0,4
Целенаправленность на высокий результат	6,6±0,3	7,0±0,4
Направленность на выполнение задач	6,1±0,3	7,2±0,5
Интерес к предстоящему соревнованию	6,5±0,5	7,4±0,3
Мотивационный компонент МГ в целом	6,3±0,3	6,9±0,2
Активизация психических процессов	5,1±0,3	5,8±0,3
Самоуправление	5,8±0,3	6,9±0,5
Высокая сосредоточенность	5,5±0,3	6,5±0,4
Устойчивость внимания	5,3±0,2	6,3±0,3
Регуляторный компонент МГ в целом	5,4±0,2	6,4±0,3
Эмоциональный подъем	6,4±0,2	6,8±0,3
Хорошее настроение	6,2±0,5	6,7±0,4
Эмоциональная устойчивость	6,3±0,4	7,3±0,3
Эмоциональный компонент МГ в целом	6,3±0,2	6,9±0,2
Мобилизационная готовность в целом	5,9±0,3	6,8±0,3

Интеллектуальный компонент мобилизационной готовности: в результате занятий идеомоторной тренировкой у спортсменов повысилась четкость плана предстоящих действий ($t = 2,82$; $p \leq 0,01$) и конкретность задач ($t = 2,47$; $p \leq 0,05$). Мотивационный компонент мобилизационной готовности: у спортсменов возросли способность к самоуправлению ($t = 2,9$; $p \leq 0,01$), сосредоточенность ($t = 2,3$; $p \leq 0,05$) и устойчивость внимания ($t = 2,28$; $p \leq 0,05$). Эмоциональный компонент мобилизационной готовности: у игроков в дартс после трех месяцев занятий идеомоторной тренировкой возрос уровень эмоциональной устойчивости ($t = 2,14$; $p \leq 0,05$).

Результаты исследования свидетельствуют, что обучений игроков в дартс идеомоторной тренировке в начале каждого учебно-тренировочного занятия способствуют улучшению показателей мобилизационной готовности к соревнованиям. Наибольший эффект достигается в формировании высоких значений интеллектуального, регуляторного и двигательного компонентов мобилизационной готовности спортсменов.

Список литературы

1. Изотов Е.А. Психологическое профессиональное обучение дартсменов / Е.А. Изотов. - СПб. : СПб ГУ, 2016.
2. Орлов Г.С. Формирование мобилизационной готовности высококвалифицированных футболистов к соревнованиям: Дис. ... канд. пед. наук / Г.С. Орлов. – СПб. : СПб ГУФК, 2006. – 144 с.
3. Теория и практика дартса: методическое пособие / Сост. Сидоренко А.С., Сидоренко В.С., Плотникова С.С., Анцыферов А.Н. – СПб. : СПб ГУАП. – 2015. – 20 с.
4. Пуни А.Ц. Полифункциональность – полимодальность представления движений и произвольная регуляция двигательной деятельности / А.Ц. Пуни // Психологические вопросы тренировки и готовности спортсмена к соревнованию. – М. : Физкультура и спорт, 1969. – С. 123-131.

Бегидова Т.П., Бегидов М.В.
Россия, г. Воронеж

Воронежский государственный институт физической культуры
begidova@yandex.ru

ПРИМЕРНАЯ ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ И СОЦИАЛЬНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация: На основе теоретических и практических исследований авторами предлагается развитие адаптивной физической культуры и спорта с использованием программно-целевого программирования для решения важной социальной задачи - реабилитации и интеграции в обществе инвалидов, лиц с ограниченными возможностями.

Ключевые слова: инвалиды, адаптивная физическая культура и спорт, программно-целевое планирование, управление, иерархическая структура.

Begidova T.P., Begidov M.V.
Russia, Voronezh
Voronezh State Institute of Physical Culture

SAMPLE PROGRAM OF REHABILITATION AND SOCIAL INTEGRATION OF PERSONS WITH DISABILITIES BY MEANS OF SPORTS TRAINING

Abstract: On the basis of theoretical and practical research the authors propose the development of adaptive physical culture and sports using program-targeted programming in order to solve an important social task of rehabilitation and integration of disabled people and persons with disabilities in the society.

Key words: disabled, adaptive physical culture and sport, program-target planning, management, hierarchical structure.

Исследование проводится в соответствии с госзаданием Министерства спорта РФ на 2015-2017 г.г. на выполнение научно-исследовательской работы «Совершенствование системы управления и механизмов правового регулирования в адаптивной физической культуре и спорте для создания условий комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами спортивной подготовки». Приоритет государственной политики РФ в направлении комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов средствами адаптивной физической культуры (АФК) и спорта, подтверждает ее актуальность. Для эффективно-го развития АФК и спорта систему управления следует строить на основе программно-целевого планирования, уделяя особое внимание разработке научно обоснованных программ физкультурно-оздоровительных занятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов [4, 9]. Привлечение к систематическим занятиям адаптивной физической культурой и спортом лиц с инвалидностью должно осуществляться в системе активного взаимодействия государственных и общественных организаций.

Звенья системы управления АФК и спортом должны быть иерархически взаимосвязаны между собой, развивая максимальную доступность и массовость АФК и спорта, улучшая качество физкультурно-спортивной работы для повышения социального благополучия и качества жизни инвалидов. Примерная программа разработана с учетом ФЗ от 4.12.2007 г. №329-ФЗ (ред. от 26.07.2017) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 г.г.», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 21.01.2015 г. №30, Стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020 г., утвержденной распоряжением Правительства РФ от 7.08.2009 г. №1101-р.

Цель программы: создание условий для комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки.

Задачи программы: - совершенствование системы управления и механизмов правового регулирования АФК и спорта для комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки, и достижения высоких спортивных результатов;

- создание эффективной системы комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки;
- привлечение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья к занятиям адаптивной физической культурой и спортом;
- создание условий для развития адаптивных видов спорта и достижения высоких спортивных результатов.

Важнейшие целевые показатели: - создание нормативно-правовых, научно-методических, организационных, информационных, материальных и других условий для эффективной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки;

- создание нормативно-правовых, научно-методических, организационных, информационных, материальных и других условий для эффективной подготовки сборных команд по адаптивному спорту к соревнованиям различного уровня;

- участие в реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 г. и содействие органам исполнительной власти субъектов РФ и региональным спортивным федерациям в развитии адаптивной физической культуры и спорта.

Срок реализации программы включает 2 этапа. Первый этап (2 года) направлен на: - разработку, формирование организационной основы комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки;

- разработку, формирование организационной основы управления развитием АФК и спорта и совершенствование взаимодействия субъектов физической культуры и спорта в регионах и в России в целом;

- разработку системы подготовки, научно-методического, медико-биологического, психологического обеспечения АФК и спорта;

- создание системы непрерывного образования, включая подготовку и повышение квалификации специалистов физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, социальной защиты по вопросам АФК и спорта.

Второй этап (2 года) направлен на: - мониторинг исполнения программы, внесение необходимых корректировок;

- совершенствование системы подготовки, научно-методического, медико-биологического, психологического обеспечения АФК и спорта;

- совершенствование системы подготовки и повышение квалификации специалистов физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, социальной защиты в сфере адаптивной физической культуры и спорта;

- корректировка и реализация программ развития АФК и спорта для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с инвалидностью, совершенствование системы отбора и подготовки спортивного резерва для участия в крупных международных соревнованиях;

- участие в антидопинговой системе информирования, пропаганды, обучения и выполнения правил;

- пропаганду адаптивного спорта с использованием средств массовой информации (СМИ) и интернет-ресурсов.

Финансовое обеспечение развития адаптивной физической культуры и спорта, их экономический потенциал для реализации мероприятий Программы должно осуществляться на основе принципа консолидации средств организаций, федерального и бюджетов субъектов РФ, иных привлеченных источников, не противоречащих законодательству Российской Федерации.

Необходимо создать межведомственную комиссию из представителей государственных и общественных организаций и учреждений всех уровней управления в различных сферах деятельности – физическая культура и спорт, образование, здравоохранение, труд и занятость, социальная защита населения, культура, строительство и жилищно-коммунальное хозяйство, информация и связь, в соответствии с проектом предлагаемой Министерством труда и социальной защиты РФ «Примерной модели межведомственного взаимодействия организаций, предоставляющих реабилитационные и абилитационные услуги, обеспечивающие реализацию принципа ранней помощи, преемственность в работе с инвалидами, в том числе детьми-инвалидами, и их сопровождение в субъекте РФ» [5] и пилотным проектом на 2017 – 2018 г.г., проводимом в Пермском крае и Свердловской области [6, 7, 8].

Важнейшими целевыми показателями и индикаторами эффективности Программы являются количество завоеванных медалей на крупнейших международных соревнованиях и численность спортсменов с инвалидностью; количество отделений и учреждений спортивно-адаптивной направленности; численность спортивных сооружений, соответствующих параметрам «безбарьерной среды»; число специалистов (учителей, тренеров-преподавателей, инструкторов) по адаптивной физической культуре и спорту.

Основные программные мероприятия затрагивают все направления развития АФК и спорта – от рекреационно-реабилитационного до спорта высших достижений, и включают спортивно-массовые мероприятия, фестивали и соревнования различного уровня; мониторинг и организацию работы с инвалидами; подготовку судей; подготовку, переподготовку и повышение квалификации кадров; популяризацию и развитие инфраструктуры; научно-методическое обеспечение АФК и спорта на период до 2020 г.

Исполнителями являются органы управления физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, социальной защиты, учреждения спортивно-адаптивной направленности субъекта РФ, ВУЗы и СМИ.

Проблемы комплексной реабилитации и социальной интеграции средствами спортивной подготовки: - недостаток материально-технической базы (отсутствие собственных спортивных сооружений, недостаток средств для аренды, недостаток спортивного инвентаря, оборудования, экипировки и транспорта);

- низкий уровень квалификации специалистов по АФК и спорту;
- недостаточный уровень финансирования для командирования спортсменов и тренеров;
- недостаточный уровень пропаганды АФК и спорта.

АФК и спорт особенно активно развиваются в Москве, Московской, Нижегородской, Саратовской, Свердловской, Омской, Челябинской области, Красноярском и Краснодарском краях и в Ханты-Мансийском АО [4]. Модель управления АФК и спортом довольно подробно рассмотрена [2, 3], но, по данным статистичности Минспорта, лишь в 69 субъектах РФ (без данных по Крыму и Севастополю) созданы отделы адаптивной физической культуры и спорта в региональных органах исполнительной власти в области спорта; либо в отделах физкультурно-массовой и спортивной работы определены специалисты, функциональной обязанностью которых является координация деятельности по работе с инвалидами, что не содействует эффективному развитию данного направления [1].

Ожидаемые конечные результаты реализации Программы и показатели социально-экономической эффективности: - создание научно-обоснованной системы комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки, а также содействие созданию условий для их участия в крупнейших международных соревнованиях;

- реализация государственной политики в области физической культуры и спорта, направленной на укрепление здоровья населения РФ (включая инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья), формирования у него потребности в физическом совершенствовании и гармоничном развитии личности путем занятий физической культурой и спортом;

- комплексная реабилитация и социальная интеграция инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;

- увеличение количества занимающихся АФК и спортом;

- рост спортивных результатов членов сборных команд РФ по адаптивному спорту.

Для реформирования системы комплексной реабилитации, развития АФК и спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья необходимо:

- разработка методических рекомендаций по выполнению индивидуальной программы реабилитации/абилитации в разделе «физкультурно-оздоровительные мероприятия, занятия спортом»;

- создание сети учреждений и организаций различных форм собственности для занятий всеми видами АФК с совмещением ими функций консультативных пунктов для детей-инвалидов и членов их семей;

- организация единого информационно-аналитического банка данных об инвалидах, особенно, детях, с параметрами их состояния здоровья, развития и подготовленности, потребностей и интересов;

- разработка комплексного тестирования детей-инвалидов для спортивной ориентации и отбора;

- создание системы межведомственного взаимодействия по профессиональной подготовке / переподготовке / повышению квалификации специалистов в области АФК и спорта;

- освещение в СМИ результатов комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов средствами спортивной подготовки, что несет в себе воспитательный потенциал для населения, особенно, подростков и молодежи.

Практическая значимость разработанной программы реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами спортивной подготовки состоит в корректировке программ для специальных медицинских групп учреждений высшего и среднего образования, специальных (коррекционных) учреждений дошкольного, школьного и профессионального образования, а также дополнительного образования спортивно-адаптивной направленности.

Заключение. Дети с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в регулярном использовании средств АФК и спорта, обращенных на совершенствование системы адаптивного физического воспитания, комплексной реабилитации и социальной интеграции в современном обществе. Для этого необходимо: - анализ, коррекция и совершенствование, а также внедрение программ по адаптивному физическому воспитанию для специальных медицинских групп учреждений сред-

него и высшего образования, специальных (коррекционных) учреждений дошкольного, школьного и профессионального образования, а также учреждений дополнительного образования спортивно-адаптивной направленности;

- разработка и внедрение региональных программ по адаптивному физическому воспитанию для детей, обучающихся на дому;

- разработка и внедрение региональных программ по адаптивному физическому воспитанию учреждений здравоохранения и социальной защиты;

- создание отделов АФК и спорта в региональных и муниципальных органах исполнительной власти в области спорта, либо введение в штат структурных единиц для координации, методического сопровождения и мониторинга физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов [1];

- создание «зон активного отдыха» для детей с инвалидностью в рекреационно-оздоровительных зонах (парках, стадионах, бассейнах, детских площадках) с оснащением их специальным инвентарем и оборудованием;

- подготовка и распространение информационных материалов по развитию АФК и спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья;

- подготовка, переподготовка и повышение квалификации кадров по АФК для специалистов физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, социальной защиты и культуры;

- подготовка методических материалов по составлению индивидуальных программ реабилитации лиц с инвалидностью средствами АФК и спорта;

- укрепление материально-технической базы АФК и спорта;

- создание безбарьерной среды на всех спортивных объектах.

Список литературы

1. Бегидов М.В. Правовое регулирование управления адаптивной физической культурой и спортом / М.В.Бегидов, Т.П.Бегидова // *Congres Științific Internațional* / Кишинев, 2016. - С. 141-148.

2. Махов А.С. Концепция управления развитием адаптивного спорта в России / А.С.Махов // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. - 2013. - № 2 (96). - С. 96-101.

3. Махов А. С. Организационная структура управления адаптивным спортом в России / А. С. Махов, О.Н. Степанова // *Адаптивная физическая культура*. – 2013. - №3 (55). – С. 3–8.

4. Методические рекомендации. Применение новых форм работы по привлечению к массовому спорту лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов [Электронный ресурс]: URL: <http://www.minsport.gov.ru/2016/doc/metodrekomendacii16.docx/> (дата обращения 07.10.2017)

5. Проект приказа Минтруда России об утверждении примерной модели межведомственного взаимодействия организаций, представляющих реабилитационные услуги, обеспечивающей принцип ранней помощи, преемственность в работе с инвалидами, в том числе детьми-инвалидами, и их сопровождение [Электронный ресурс]: URL:<http://rosmintrud.ru/docs/mintrud/handicapped/244/> (дата обращения 05.10.2017 г.)

6. О распределении в 2017 году субсидий на реализацию пилотного проекта по формированию системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов [Электронный ресурс]: URL: <http://government.ru/dep/news/25939/> (дата обращения 05.10.2017 г.)

7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 августа 2016 г. № 436н «Об утверждении технического задания пилотного проекта по отработке подходов к формированию системы комплексной реабилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов» [Электронный ресурс]: URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71372426/> / (дата обращения 05.10.2017 г.)

8. Реализация пилотного проекта по отработке подходов к формированию системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов в области физической культуры и спорта» [Электронный ресурс]: URL: http://ocri.ru/upload/userfile/Pilot_MinSport.pdf / (дата обращения 05.10.2017 г.)

9. Приказ Минспорта РФ №181 от 16 марта 2017 г. «Об утверждении программы развития спорта слепых в Российской Федерации до 2020 года [Электронный ресурс]: URL: http://fss.org.ru/userfiles/ufiles/normativ/fss_programma_do_2020g.pdf / дата обращения 07.10.2017

СОДЕРЖАНИЕ

Алексеева Н.Д., Зиновьев А.Н. Ивачев А.А. ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ КАК СПОСОБ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ	3
Артемьева Л. Ф. К ВОПРОСУ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВИДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ СИЛ СПОРТСМЕНОВ	4
Асташова А.Н., Федоров В.П. РОЛЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В СОХРАНЕНИИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ ПРИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ.....	8
Ахметшина Э. И., Соломахин О. Б. ЭЛЕКТИВНЫЙ КУРС ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ «АРМРЕСТЛИНГ» КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ	12
Бавыкин Е.А., Зиновьев Н.А., Купресв М.В., Давыдов М.В. ИДЕОМОТОРНАЯ ТРЕНИРОВКА КАК СРЕДСТВО ВЛИЯНИЯ НА МОБИЛИЗАЦИОННУЮ ГОТОВНОСТЬ ИГРОКОВ (НА ПРИМЕРЕ ДАРТСА).....	14
Бегидова Т.П., Бегидов М.В. ПРИМЕРНАЯ ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ И СОЦИАЛЬНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	16
Бикмуллина А.Р. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭТИКА СПОРТИВНЫХ ПЕДАГОГОВ: СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ ОСНОВА И МЕТОДЫ ЕЕ ФОРМИРОВАНИЯ В ВУЗЕ.....	21
Богдан Н. В. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ КАК КРИТЕРИЙ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ПОДГОТОВКИ ПО НАПРАВЛЕНИЮ «СПОРТ»	22
Бронский Е.В., Лебедева В.И. АНАЛИЗ ПОЗИЦИОНИРОВАНИЯ ВЫПУСКНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» НА РЫНКЕ ТРУДА	24
Bryzgalova Y. A. INTRODUCTION IN TRANSFORMABLE FURNITURE IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF CORRECTIONAL INSTITUTIONS FOR CHILDREN WITH VISUAL IMPAIRMENT (III-IV TYPES).....	27
Булатов Е.Г., Исламова А. Д., Камскова Ю.Г. МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ	28
Быков В.С., Аминова А.С., Янчик А.В. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	31
Возисова М. А. УРОВНИ И КРИТЕРИИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА У БУДУЩИХ БАКАЛАВРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	35
Гендина Т.Н., Улитина О.С., Павлова В.И. ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СИСТЕМЫ ДЫХАНИЯ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ТУРИЗМОМ.....	39
Гертнер С. В., Борисова Т. В. ПРИРОДА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ОСМЫСЛЕННОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ.....	41
Гильфанова А.М. АНАЛИЗ СОЦИАЛЬНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПЕРСОНАЛОМ В ФК «КОЛИЗЕЙ»	43
Горбунова В.В., Герасина Е.А. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ И УСПЕВАЕМОСТЬ МАЛЬЧИКОВ 9-13 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ.....	45
Горожанин А.С., Филатов М.А., Сарайкин Д.А. ПОВЫШЕНИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВКИ.....	49