

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Абакумов И.В., Сапегина Т.А.....                                                                                | 18 |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И<br>РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ.....                                         | 18 |
| Абуткина В.Р. ....                                                                                              | 21 |
| ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА<br>БАСКЕТБОЛИСТОВ УрГУПС .....                                        | 21 |
| Акишина А.М., Веденина О.А.....                                                                                 | 25 |
| ДЕТСКИЙ ФИТНЕС КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ<br>КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....              | 25 |
| Акишина А.М., Бараковских К.Н. ....                                                                             | 28 |
| РОЛЬ СТРЕТЧИНГА В РАЗВИТИИ ГИБКОСТИ МЛАДШИХ<br>ШКОЛЬНИКОВ .....                                                 | 28 |
| Аликина Э.В., Комлева С.В. ....                                                                                 | 31 |
| СПЕЦИФИКА ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ В<br>ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ В СВЕТЕ ПРОБЛЕМ<br>ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ..... | 31 |
| Анакина А.А. ....                                                                                               | 34 |
| ВЛИЯНИЕ БАСКЕТБОЛА НА ЛИЧНОСТНЫЕ И<br>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА СТУДЕНТОВ<br>ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ВУЗА.....         | 34 |
| Анфёров А.А.....                                                                                                | 37 |
| РАСТЯЖКА КАК ЭЛЕМЕНТ ОЗДОРОВЛЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ<br>ВОСТОЧНЫМИ БОЕВЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ.....                         | 37 |

|                                                                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Арапова М.П., Бараковских К.Н. ....                                                                                                     | 40 |
| АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ВИД ФИЗИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРЫ.....                                                                      | 40 |
| Ахтямов Р.Р., Комлева С.В. ....                                                                                                         | 43 |
| ОТНОШЕНИЕ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ К ФИЗИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ .....                                          | 43 |
| Бабушкина Е.В., Бараковских К.Н. ....                                                                                                   | 45 |
| ЭЛЕМЕНТЫ ЙОГИ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ<br>ЗАБОЛЕВАНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У<br>ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИКЛИЧЕСКИМИ ВИДАМИ СПОРТА ..... | 45 |
| Белов С.А. ....                                                                                                                         | 48 |
| РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У<br>ФУТБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ .....                                                                | 48 |
| Бирюкова Ю.А., Рогалева Л.Н. ....                                                                                                       | 50 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ<br>БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ .....                                         | 50 |
| Бондаренко Е., Миронова С.П. ....                                                                                                       | 54 |
| ПРОЯВЛЕНИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ В СПОРТИВНОЙ<br>БОРЬБЕ.....                                                                        | 54 |
| Бушуев М.В. ....                                                                                                                        | 56 |
| ИЗОТОН И СТРЕТЧИНГ КАК СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-<br>ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В УрГУПС .....                                           | 56 |
| Быкова В.В. ....                                                                                                                        | 59 |
| ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО<br>СТИЛЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА И УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРЫ.....                      | 59 |

|                                                                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Варава Ю.И., Шило О. Д. ....                                                                                | 62 |
| ФАКТОРЫ РИСКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И БОРЬБА С НИМИ .....                                                            | 62 |
| Веденина О.А. ....                                                                                          | 65 |
| НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ<br>ДЕТЕЙ В ДОУ .....                                            | 65 |
| Великанов А.А., Андрюхина Т.В. ....                                                                         | 69 |
| СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ<br>ТЕХНОЛОГИИ В ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ .....                             | 69 |
| Вичужанин Р.А. ....                                                                                         | 71 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕНТАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ПОДГОТОВКЕ<br>БАСКЕТБОЛИСТОВ .....                                    | 71 |
| Вичужанин Р.А. ....                                                                                         | 73 |
| ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ СПОРТСМЕНОВ БАСКЕТБОЛИСТОВ.....                                                          | 73 |
| Вичужанин Р.А. ....                                                                                         | 76 |
| СОВРЕМЕННЫЕ ЗАРУБЕЖНЫЕ ПОДХОДЫ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ<br>ПОДГОТОВКЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ .....                         | 76 |
| Воробьев В.В. ....                                                                                          | 79 |
| СТРЕСС: ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И СТАДИИ .....                                                                   | 79 |
| Воробьев В.В., Третьякова Н.В. ....                                                                         | 83 |
| РАЗВИТИЕ ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ЛИЦ,<br>ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ФИТНЕС-ЗАЛАХ: АНАЛИЗ АКТУАЛЬНОСТИ<br>..... | 83 |

|                                                                                                                                                 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Гареев Р.Р. ....                                                                                                                                | 85  |
| ГИРЕВОЙ СПОРТ КАК ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ<br>ШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ<br>.....                                   | 85  |
| Гиреева А.А., Веденина О.А. ....                                                                                                                | 89  |
| О МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРОЙ .....                                                                                  | 89  |
| Глебов Р.В. ....                                                                                                                                | 92  |
| МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ<br>УЧАЩИХСЯ 7-8 ЛЕТ.....                                                                       | 92  |
| Глебов Р.В. ....                                                                                                                                | 96  |
| ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 7-8 ЛЕТ .....                                                                                            | 96  |
| Горбунова Д. А., Бараковских К.Н. ....                                                                                                          | 100 |
| ЗНАЧЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ НАГЛЯДНОСТИ В<br>ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ ДИСЦИПЛИНЕ<br>«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ» ..... | 100 |
| Гусева А. Ф.....                                                                                                                                | 103 |
| ТРИНАЧАЛЬНАЯ СПИРАЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА С УЛЫБКОЙ.....                                                                                               | 103 |
| Даутова Э. Р. ....                                                                                                                              | 106 |
| ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО<br>ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ.....                                                                | 106 |
| Денисова М., Андрюхина Т.В. ....                                                                                                                | 109 |
| ФИТНЕС КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА<br>.....                                                                                        | 109 |

|                                                                                                                                                       |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Денисова М., Андрюхина Т.В.....                                                                                                                       | 111 |
| СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ СЕРВИС КАК СРЕДСТВО<br>УПРАВЛЕНИЯ ДОСУГОМ И ЕГО ОРГАНИЗАЦИИ .....                                                           | 111 |
| Дроговцова Н.О.....                                                                                                                                   | 113 |
| ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В<br>РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС.....                                                                         | 113 |
| Дубинкина Ю.А., Боярская Л.А. ....                                                                                                                    | 115 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ НА ВОСПРИЯТИЕ ЗДОРОВОГО<br>ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ УРАЛЬСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО<br>УНИВЕРСИТЕТА.....                                | 115 |
| Дубинкина Ю.А., Боярская Л.А. ....                                                                                                                    | 118 |
| САМОАНАЛИЗ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ<br>СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ УРФУ .....                                                           | 118 |
| Еремеева Н.В. ....                                                                                                                                    | 122 |
| ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ<br>ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРОВ.....                                                                                  | 122 |
| Ермоленко Н.И., Третьякова Н.В. ....                                                                                                                  | 124 |
| ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ<br>ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ТРЕНЕРОВ (НА<br>ПРИМЕРЕ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ): АНАЛИЗ АКТУАЛЬНОСТИ ..... | 124 |
| Ермоленко Н.И., Кетриш Е.В. ....                                                                                                                      | 127 |
| ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ТРЕНЕРА.....                                                                                                          | 127 |
| Зайцева А. С., Пермяков О. М. ....                                                                                                                    | 131 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА СНИЖЕНИЕ<br>СТРЕССА У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ<br>СЕССИИ.....                                     | 131 |

|                                                                                                                                                                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Зарева Т.В. ....                                                                                                                                                                                                 | 133 |
| ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ<br>УЧРЕЖДЕНИЙ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ<br>ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ (НА<br>ПРИМЕРЕ МЕЖДУНАРОДНОЙ ШКОЛЫ БИЗНЕСА ДЛЯ ДЕТЕЙ<br>«ЛЮБИМЫЙ ЖУК»)..... | 133 |
| Зырянова К.Д., Миклин С.А. ....                                                                                                                                                                                  | 136 |
| ТРАВМАТИЗМ МЕНИСКА КОЛЕННОГО СУСТАВА У<br>ВОЛЕЙБОЛИСТОВ .....                                                                                                                                                    | 136 |
| Измайлова Л.М. ....                                                                                                                                                                                              | 140 |
| ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО<br>СОПРОВОЖДЕНИЯ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ .....                                                                                                                              | 140 |
| Кадцын К.П., Ольховская Е.Б. ....                                                                                                                                                                                | 142 |
| ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ АСПЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО<br>ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ .....                                                                                                                                      | 142 |
| Калабин А.В. ....                                                                                                                                                                                                | 146 |
| РАЗМИНОЧНЫЙ КОМПЛЕКС КАК ФОРМА ФИЗКУЛЬТУРНО-<br>ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ НА<br>ЗАНЯТИЯХ ВОСТОЧНЫМИ БОЕВЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ.....                                                                      | 146 |
| Калашникова Е.В., Бараковских К.Н. ....                                                                                                                                                                          | 149 |
| СПЕЦИФИКА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ<br>ДЕТСКОГО КЛУБА КАК ФИТНЕС-ДЕПАРТАМЕНТА .....                                                                                                                       | 149 |
| Каменских О. В., Веденина О.А. ....                                                                                                                                                                              | 153 |
| ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К<br>САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ .                                                                                                                          | 153 |

|                                                                                                                      |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Канивец А.О. ....                                                                                                    | 157 |
| ОСОБЕННОСТИ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ<br>ОБУЧАЮЩИХСЯ: АКТУАЛЬНОСТЬ ВОПРОСА .....                                      | 157 |
| Канивец А.О., Кетриш Е.В.....                                                                                        | 159 |
| ЗНАЧИМОСТЬ ВТОРОЙ ОЦЕНКИ В ВЫСТУПЛЕНИЯХ<br>ФИГУРИСТОВ.....                                                           | 159 |
| Кисняшкин А. А. ....                                                                                                 | 162 |
| ПРОБЛЕМЫ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ НА<br>ТРЕНИРОВКАХ ПО ФУТБОЛУ .....                                           | 162 |
| Клименко Е.С., Ханевская Г.В. ....                                                                                   | 164 |
| АКТУАЛЬНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ФИТНЕС-ЙОГИ ВО ВРЕМЯ<br>ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.....                                    | 164 |
| Кокорина О.Н. ....                                                                                                   | 167 |
| ПОХОДЫ ВЫХОДНОГО ДНЯ КАК СРЕДСТВО РАСШИРЕНИЯ<br>АКТИВНОГО ЖИЗНЕННОГО ПРОСТРАНСТВА В ИНКЛЮЗИВНОМ<br>ОБРАЗОВАНИИ ..... | 167 |
| Колесников В.С., Кетриш Е.В. ....                                                                                    | 172 |
| ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ КАК СОВРЕМЕННАЯ<br>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ<br>.....                 | 172 |
| Кондратьева С., Шурхавецкая Л.П. ....                                                                                | 175 |
| МОБИЛЬНЫЕ ФИТНЕС-ПРИЛОЖЕНИЯ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ<br>СТУДЕНТА .....                                                   | 175 |
| Корнев А.К., Сапегина Т.А. ....                                                                                      | 178 |
| К ВОПРОСУ О МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ НА СОХРАНЕНИЕ И<br>УКРЕПЛЕНИЕ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ.....                                   | 178 |

|                                                                                                                                             |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Краснокутская Н.А., Дроговцова Н.О.....                                                                                                     | 181 |
| ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ<br>ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ.....                                                         | 181 |
| Круглова Н.М., Комлева С.В.....                                                                                                             | 183 |
| ФАКТОРЫ РИСКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА<br>.....                                                                                   | 183 |
| Кузнецов И.И., Кетриш Е.В. ....                                                                                                             | 185 |
| ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ ПЕДАГОГА ПО<br>ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ<br>ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ..... | 185 |
| Кузнецова А. В.....                                                                                                                         | 189 |
| ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ НА<br>ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ .....                                                              | 189 |
| Кузнецова А. В., Пермьяков О. М. ....                                                                                                       | 192 |
| ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА<br>.....                                                                                   | 192 |
| Куроян А. Г. ....                                                                                                                           | 195 |
| ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕФОРМИРОВАНИЕ В<br>УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА, ФОРМЫ И МЕТОДЫ<br>ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.....                                 | 195 |
| Ларцев М.А., Комлева С.В. ....                                                                                                              | 198 |
| СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ<br>ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ДОШКОЛЬНЫХ<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ.....                       | 198 |



|                                                                                                                                                       |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Логиновских Л.В., Комлева С.В.....                                                                                                                    | 200 |
| ВОЗМОЖНОСТИ ЭПИСТОЛЯРНОГО ЖАНРА В<br>ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕМ ОБУЧЕНИИ ПИСЬМУ В НАЧАЛЬНОЙ<br>ШКОЛЕ .....                                                   | 200 |
| Лондарева И.Н., Комлева С.В.....                                                                                                                      | 203 |
| МЕТОДИКА РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ<br>МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП .....                                                                                    | 203 |
| Лоскутов В.А., Ольховская Е.Б. ....                                                                                                                   | 206 |
| СОВРЕМЕННЫЕ ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИИ В СПОРТЕ.....                                                                                                           | 206 |
| Лубянова Ю.К., Дроговцова Н.О. ....                                                                                                                   | 209 |
| ПРИМЕНЕНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В РАБОТЕ<br>С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В<br>ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ..... | 209 |
| Макарова Е.Г. ....                                                                                                                                    | 212 |
| ЗАНЯТИЯ ВОСТОЧНЫМИ ЕДИНОБОРСТВАМИ КАК<br>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ<br>ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....                       | 212 |
| Мальцева А.С. Кетриш Е.В.....                                                                                                                         | 215 |
| ВОСПИТАНИЕ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ В<br>АРМРЕСТЛИНГЕ .....                                                                                           | 215 |
| Мамшанова А.А., Сапегина Т.А.....                                                                                                                     | 220 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ИНКЛЮЗИВНОГО<br>ОБРАЗОВАНИЯ .....                                                                                       | 220 |
| Морозов А. В. ....                                                                                                                                    | 223 |
| ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ НА УРОВЕНЬ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И<br>ПОДРОСТКОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.....                                                      | 223 |

|                                                                                                                                                        |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Мурашев Г.Е., Веденина О.А. ....                                                                                                                       | 227 |
| МОБИЛЬНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ .....                                                                                                         | 227 |
| Мячкова О.К., Ольховская Е.Б. ....                                                                                                                     | 230 |
| АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ С<br>ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ .....                                                          | 230 |
| Наймушина А.Е., Андрюхина Т.В. ....                                                                                                                    | 233 |
| ЗДОРОВОЕ ОТНОШЕНИЕ К ПИТАНИЮ ПРИ ВЫБОРЕ<br>СОВРЕМЕННЫХ ДИЕТ .....                                                                                      | 233 |
| Овчинников М.О., Комлева С.В. ....                                                                                                                     | 236 |
| ЭФФЕКТИВНОСТЬ И РАЦИОНАЛЬНОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНО-<br>ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА ПРИ ЗАНЯТИЯХ<br>ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ<br>..... | 236 |
| Ольховская Е.Б. ....                                                                                                                                   | 238 |
| ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ<br>СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ .....                                                                        | 238 |
| Пелевин Н.М. ....                                                                                                                                      | 241 |
| ВОЗМОЖНЫЙ РИСК САХАРНОГО ДИАБЕТА У СТУДЕНТОВ .....                                                                                                     | 241 |
| Пнёв Д. В. ....                                                                                                                                        | 244 |
| СРЕДСТВА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .....                                                                                                          | 244 |
| Поломова Т.С. , Андрюхина Т.В. ....                                                                                                                    | 247 |
| ИМИДЖ РУКОВОДИТЕЛЯ КАК ОСНОВНОЙ ФАКТОР<br>ВОСПРИЯТИЯ ИМИДЖА ОРГАНИЗАЦИИ .....                                                                          | 247 |

|                                                                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Полякова И.М. ....                                                                                               | 249 |
| ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОЙ РЕАЛИИ.....                                                                   | 249 |
| Попова Т. Э., Пермяков О. М. ....                                                                                | 253 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ НА ЗДОРОВЬЕ<br>ЧЕЛОВЕКА .....                                              | 253 |
| Постригань М.А. ....                                                                                             | 255 |
| ВЕЛНЕС-ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-<br>ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СЕРВИСА.....                                       | 255 |
| Постригань М.А., Бараковских К.Н. ....                                                                           | 259 |
| ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ КАК ЧАСТЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ<br>.....                                                     | 259 |
| Пылаева Ю.А., Ольховская Е.Б. ....                                                                               | 262 |
| СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ<br>ТЕХНОЛОГИИ: БОДИ-БАЛЕТ .....                                         | 262 |
| Романина В.А. ....                                                                                               | 265 |
| ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНОЙ<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ..... | 265 |
| Савина К.Е., Миронова С.П. ....                                                                                  | 268 |
| ВЕЛОСПОРТ КАК СОВРЕМЕННАЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-<br>ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ И ПОПУЛЯРНЫЙ ВИД<br>СПОРТА.....            | 268 |
| Сапегина Т.А. ....                                                                                               | 271 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ КАК БИОЛОГИЧЕСКАЯ<br>ПОТРЕБНОСТЬ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА .....                                  | 271 |

|                                                                                                                                                 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Сарапулова О., Веденина О.А.....                                                                                                                | 274 |
| МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И<br>СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ.....                                                                         | 274 |
| Сарапулова О., Веденина О.А.....                                                                                                                | 277 |
| САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У<br>СТУДЕНТОВ .....                                                                               | 277 |
| Селютина А.А., Бараковских К.Н.....                                                                                                             | 279 |
| ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ<br>КУЛЬТУРЕ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ<br>.....                                      | 279 |
| Смирнов И.Н. ....                                                                                                                               | 283 |
| ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПЕРВИЧНОГО ФИТНЕС-<br>ТЕСТИРОВАНИЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ<br>ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-КЛУБА..... | 283 |
| Смирнов И.Н. ....                                                                                                                               | 286 |
| ФИТНЕС КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА<br>ЖИЗНИ.....                                                                                   | 286 |
| Султанова С. Ф., Пермязков О. М.....                                                                                                            | 293 |
| РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТЕ.....                                                                                                   | 293 |
| Сундукова Т.С., Комлева С.В. ....                                                                                                               | 296 |
| ПРОБЛЕМЫ КОММУНИКАЦИЙ У СПЕЦИАЛИСТОВ СФЕРЫ<br>ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА .....                                                                | 296 |
| Сухих А.С, Кетриш Е.В. ....                                                                                                                     | 300 |
| СТРУКТУРА ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ<br>ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ .....                                                                  | 300 |

|                                                                                                 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Тимофеева А.И., Бараковских К.Н.....                                                            | 304 |
| АНАЛИЗ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СОСТОЯНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОЙ<br>НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОВ .....                | 304 |
| Титова О.А.....                                                                                 | 306 |
| МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У<br>САМБИСТОВ.....                                  | 306 |
| Тихонова Н.В.....                                                                               | 309 |
| ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ К ВСЕРОССИЙСКОМУ<br>ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ КОМПЛЕКСУ «ГТО» .....   | 309 |
| Толстопятова А. А.....                                                                          | 313 |
| К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО<br>АВТОСПОРТА В СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ.....           | 313 |
| Третьяков А.Д.....                                                                              | 316 |
| КАТАНИЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ КАК СРЕДСТВО РЕКРЕАТИВНОЙ<br>ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....                     | 316 |
| Третьяков А.Д.....                                                                              | 319 |
| СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА.....                                                | 319 |
| Третьяков А.Д., Третьякова Н.В.....                                                             | 322 |
| ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ: ПРАВОВОЙ АСПЕКТ.....                                                  | 322 |
| Третьякова Е.Д., Лукманова Э.И., Рогалева Л.Н. ....                                             | 325 |
| ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ КАК ЛИЧНОСТНЫЙ РЕСУРС СПОРТСМЕНОВ<br>С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ..... | 325 |

|                                                                                                                            |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Третьякова А.А., Бараковских К.Н.....                                                                                      | 327 |
| ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ НА РАЗВИТИЕ<br>ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ .....327                   |     |
| Филякова А., Веденина О.А. ....                                                                                            | 330 |
| САМООРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СРЕДИ<br>СТУДЕНТОВ .....330                                                         |     |
| Ханевская Г.В. ....                                                                                                        | 334 |
| ПРОБЛЕМЫ КАЧЕСТВА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И<br>ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ<br>УЧРЕЖДЕНИЙ.....334 |     |
| Ханевская.Г.В. ....                                                                                                        | 337 |
| МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И<br>СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА337                     |     |
| Ханевская Г.В., Полякова И.М. ....                                                                                         | 340 |
| ЗДОРОВЬЕ И ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О НЕМ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ<br>.....340                                                              |     |
| Холкина Т.И., Садыкова М.А.....                                                                                            | 343 |
| МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ ПЛОСКОСТОПИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ<br>.....343                                                                |     |
| Хомутова А. В.....                                                                                                         | 347 |
| ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ АРТРИТА У МОЛОДЕЖИ .....347                                                                         |     |
| Черепанов В. Я., Третьякова Н.В.....                                                                                       | 350 |
| СИСТЕМА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ,<br>СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ, В<br>ДЮСШ.....350     |     |

|                                                                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Шумихин С.В. ....                                                                                                                      | 352 |
| КАТА КОБУДО КАК ОДНО ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ<br>ВОСТОЧНЫХ БОЕВЫХ ЕДИНОБОРСТВ В СОВРЕМЕННЫХ<br>ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЯХ ..... | 352 |
| Шурхавецкая Л.П., Галайда А.В. ....                                                                                                    | 355 |
| АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ЮРИДИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА К<br>УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....                                                          | 355 |
| Щербаков А.А. ....                                                                                                                     | 358 |
| ФИТНЕС КАК СРЕДСТВО ВСЕСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА<br>.....                                                                            | 358 |
| Щербаков А.А., Третьякова Н.В. ....                                                                                                    | 361 |
| МОТИВАЦИЯ ПЕРСОНАЛА В ФИТНЕС ИНДУСТРИИ: АНАЛИЗ<br>АКТУАЛЬНОСТИ .....                                                                   | 361 |
| Яковлева К.Э., Веденина О.А. ....                                                                                                      | 363 |
| ИННОВАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПРОДВИЖЕНИЯ СФЕРЫ<br>ФИТНЕСА В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ.....                                                         | 363 |