

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь  
Фонд «Дирекция II Европейских игр 2019 года»  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

# **II Европейские игры – 2019: психолого-педагогические и медико-биологические аспекты подготовки спортсменов**

Материалы Международной научно-практической конференции

4–5 апреля 2019 г.

В четырех частях

Часть 1

Минск  
БГУФК  
2019

УДК 769.093.1(4)(06)+796.01:159.9+796.015

ББК 75.4ф+75.0

В87

*Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК*

**Редакционная коллегия:**

*Репкин С.Б.*, д-р экон. наук, доцент (гл. редактор);  
*Морозевич-Шилюк Т.А.*, канд. пед. наук, доцент (зам. гл. редактора);  
*Буйко Т.Н.*, д-р филос. наук, доцент;  
*Иванченко Е.И.*, д-р пед. наук, профессор;  
*Кобринский М.Е.*, д-р пед. наук, профессор;  
*Михеев А.А.*, д-р пед. наук, д-р биол. наук, доцент;  
*Фурманов А.Г.*, д-р пед. наук, профессор;  
*Юшкевич Т.П.*, д-р пед. наук, профессор

**II Европейские** игры – 2019: психолого-педагогические и медико-био-  
В87 логические аспекты подготовки спортсменов : материалы Междунар. науч.-  
практ. конф., Минск, 4–5 апр. 2019 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ;  
редкол. : С. Б. Репкин (гл. ред.), Т. А. Морозевич-Шилюк (зам. гл. ред.) [и др.]. –  
Минск : БГУФК, 2019. – Ч. 1. – 399 с.

ISBN 978-985-569-334-6 (ч. 1).

ISBN 978-985-569-332-2.

Издание представляет собой сборник статей Международной научно-практической конференции «II Европейские игры – 2019: психолого-педагогические и медико-биологические аспекты подготовки спортсменов».

В первой части сборника представлено направление «Актуальные проблемы спорта высших достижений. Теоретические и методические основы подготовки спортивного резерва», где отражены вопросы, затрагивающие актуальные проблемы научно-методического сопровождения подготовки спортсменов высокого класса и резерва.

Издание предназначено для специалистов отрасли «Физическая культура, спорт и туризм», преподавателей, научных работников, аспирантов и студентов.

**УДК 769.093.1(4)(06)+796.01:159.9+796.015**

**ББК 75.4ф+75.0**

**ISBN 978-985-569-334-6 (ч. 1)** © Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2019  
**ISBN 978-985-569-332-2**

3. Зинурова, Н. Г. Особенности регуляции инотропной функции при адаптации к физическим нагрузкам различной направленности / Н. Г. Зинурова, Е. В. Быков, О. И. Коломиец // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2015. – Т. 7. – № 4. – С. 7–13.

4. Оценка результативности тренировочного процесса по результатам современных методов мониторинга процессов срочного и отставленного восстановления / Е. В. Быков [и др.]. – Челябинск: Уральская академия, 2016. – 59 с.

5. Сабирьянов, А. Р. Медленноволновые колебания показателей кровообращения у детей: моногр. / А. Р. Сабирьянов. – Челябинск: ЮУрГУ. – 2004. – 115 с.

УДК 796.332

*Чухланцева Н.В.*

Запорожский национальный технический университет  
Украина, Запорожье

## **РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ГАНДБОЛИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ**

*Chukhlantseva N.V.*

Zaporizhskiy National Technical University  
Ukraine, Zaporozhye

## **DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES OF HANDBALL PLAYERS AT THE INITIAL STAGE OF TRAINING**

**ABSTRACT.** The article highlights the results of a study that determines the effectiveness of an experimental methodology for developing the coordination of handball players of 10–11 years. The positive effect of the use of exercises with balls in the preparatory and final parts of training, exercises complexes affecting exteroceptive analyzers and improving the ability to coordinate and combine movements, to differentiate the spatial and strength parameters of movement, quick response to changing game conditions.

**KEYWORDS:** handball players of 10–11 years; sports training; exercises for coordination focus; dribbling.

**АННОТАЦИЯ.** В статье освещаются результаты исследования, посвященного выявлению эффективности экспериментальной методики развития координационных способностей гандболистов 10–11 лет. Выявлено, что применение упражнений с мячами в подготовительной и заключительной частях тренировочного занятия, комплексов упражнений, которые эффективно влияют на экстероцептивные анализаторы, способствуют существенным улучшениям способности к согласованию и комбинированию движений, к дифференцированию пространственных и силовых параметров движения, способности к быстрому реагированию на изменяющиеся условия игры.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** гандболисты 10–11 лет; спортивная тренировка; упражнения координационной направленности; ведение мяча.

Современный гандбол – один из самых зрелищных и динамичных игровых видов спорта с большим диапазоном и насыщенностью двигательных действий, осуществляемых в разнообразных игровых ситуациях соревновательного характера, а значит требует более эффективной подготовки, направленной на всестороннее физическое развитие юных спортсменов. Уровень подготовки начинающих гандболистов должен соответствовать всевозрастающим требованиям к физической и технико-тактической подготовленности, а система подготовки гандболистов должна в полной мере обеспечивать возросшие потребности в успешных игроках. Высокий уровень развития общей координации движений напрямую связан с соревновательными показателями, в частности координационные способности гандболистов определяют характеристики броска мяча, прыжков (бросок мяча в прыжке, с одной или двух ног, с или без разбега) и специфической ловкости. Выбор методов развития координационных способностей юных гандболистов напрямую зависит от технико-тактических особенностей игры, от последовательности усвоения приемов игры.

Разработкой новых и усовершенствованием существующих методик физической, технической, психофизической видов подготовки гандболистов занимались многие исследователи. Однако анализ научно-методической литературы свидетельствует, что проблема совершенствования координационных способностей с использованием наиболее эффективных средств у гандболистов 10–11 лет требует всестороннего рассмотрения. При этом особенно важно учитывать возрастные особенности и уровень квалификации начинающих спортсменов, сенситивные периоды данного процесса. Известно, что хотя координационные способности генетически детерминированы, однако их целесообразно развивать в процессе тренировки.

Развитие координационных способностей, обеспечивающих будущие спортивные результаты, направлено на приобретение новых, многосторонних моторных навыков и их компонентов, а используемые методы и средства тренировки должны соответствовать общему уровню развития спортсмена.

Целью исследования было экспериментально проверить эффективность разработанной методики развития специальных координационных способностей юных гандболистов на начальном этапе подготовки. С точки зрения долгосрочной спортивной подготовки, цель состояла в том, чтобы создать основу для многосложной двигательной активности спортсменов, то есть точных, безошибочных двигательных действий.

Участниками эксперимента были 40 юных гандболистов (10–11 лет), тренирующиеся в группах начальной подготовки ДЮСШ им. Ю. Лагутина, г. Запорожье, которые были случайным образом разделены на две группы: экспериментальную группу (ЭГ, n=20) и контрольную группу (КГ, n=20). Обе группы тренировались 4 раза в неделю по 90 минут. Основной программы, применяемой нами для спортсменов ЭГ, была часть действующей программы для ДЮСШ по гандболу. Отличие предлагаемой экспериментальной программы было во внедрении в практику комплексов упражнений для развития координационных способностей, которые применялись 4 раза в неделю в начале основной части занятия. Кроме этого, в отличии от спортсменов КГ, спортсмены ЭГ выполняли все упражнения в подготовительной и заключительной части тренировочного занятия с мячами. Экспериментальная программа внедрялась в течение учебного года. Уровень развития координационных способностей оцени-

вался с использованием тестов: челночный бег 4×9 м (с), бег «змейкой» с ведением мяча 2×9 м (с), метание теннисного мяча (м), метание гандбольного мяча по мишени (количество попаданий), передача мяча в парах (количество передач).

Предложенные комплексы упражнений были направлены на развитие способности к ориентации в пространстве, способности к согласованию и комбинированию движений, к дифференцированию пространственных и силовых параметров движения, способности к равновесию, способности к быстрому реагированию на изменяющиеся условия игры. Нами были выбраны упражнения, которые эффективно влияют на экстероцептивные анализаторы и способствуют развитию специальных координационных способностей гандболистов. В экспериментальной методике предусматривалось регулярное обновление и варьирование упражнений, изменение комплексов в зависимости от показателей предыдущего и текущего тестирования, выполнение их в усложненных условиях. Нами учитывались возрастные особенности детей, величина нагрузки была дифференцированной, комплексы упражнений были доступными для выполнения детьми данного возраста.

Специальные методы и средства уже требуют высокого уровня развития способностей и навыков, они напрямую связаны с двигательной деятельностью в рамках спортивных соревнований, их задача – улучшить специфические для спорта координационные способности, вместе с взаимодействующими анализаторами, важными для гандболистов. Общие и специальные методы использовались параллельно в тренировочном процессе. Для успешного освоения новых спортивных навыков принципиальное значение имела визуализация движений, создание которой предшествовало самому процессу обучения. Предложенные комплексы упражнений выполнялись из разных исходных положений (стоя на коленях, лежа на спине, сидя), способ выполнения движений варьировался (зеркальные упражнения), динамика движений изменялась (более быстрые и медленные движения в облегченных или затрудненных условиях, с отягощениями, с партнером). Дополнительно изменяли пространственные характеристики движений (уменьшение размеров игрового поля, препятствий разной высоты и на разных расстояниях) и внешние условия (игра на разных поверхностях: песок, глина, трава; в ветреную и солнечную погоду). Кроме того, спортсмены ЭГ выполняли предложенные упражнения в условиях нехватки времени и в стрессовых условиях, необычность и координационная сложность упражнений постепенно увеличивалась, количество серий и повторений уменьшалось. В подготовительной части тренировки, во время разминки все упражнения выполнялись с мячами (теннисными и гандбольными весом до 330 грамм).

Сравнив данные исходного и заключительного тестирования спортсменов экспериментальной и контрольной групп, нами было определено, что показатели развития координационных способностей по результатам теста «челночный бег 4×9 м» улучшились у спортсменов ЭГ на 13,44 % ( $p < 0,001$ ) и у спортсменов КГ на 7,64 % ( $p < 0,001$ ), по тесту «бег змейкой с ведением мяча 2×9 м» – на 9,28 % ( $p < 0,001$ ) у ребят ЭГ и на 6,45 % ( $p < 0,001$ ) у ребят КГ. По результатам теста «метание теннисного мяча» – у спортсменов ЭГ на 11,09 % ( $p < 0,001$ ), а у спортсменов КГ только на 4,2 % ( $p > 0,05$ ), по результатам теста «метание гандбольного мяча по мишени» – у спортсменов ЭГ на 40,81 % ( $p < 0,001$ ), а у спортсменов КГ только на 11,09 % ( $p < 0,05$ ). По

результатам теста «передача мяча в парах» показатели у спортсменов ЭГ улучшились на 13,13 % ( $p < 0,001$ ), а у спортсменов КГ только на 10,87 % ( $p > 0,05$ ).

Результаты эксперимента свидетельствуют, что координационные способности спортсменов обеих групп улучшились. Однако у спортсменов ЭГ отмечены более высокие показатели уровня развития координационных способностей. Следовательно, можно сделать вывод, что обе программы положительно влияют на развитие координации, но экспериментальная программа оказалась более эффективной. Применение упражнений с использованием мячей в подготовительной и заключительной частях тренировки, специально разработанные комплексы упражнений эффективно воздействуют на развитие координационных способностей юных спортсменов, что необходимо для успеха в этом виде спорта.

## УДК 37.02

*Шантарович В.В.*

Республиканский центр олимпийской подготовки по гребным видам спорта  
Республика Беларусь, Минск

### **ПЛАНИРОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПО ГРЕБЛЕ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ (1000 М)**

*Shantarovich V.V.*

Republican center of Olympic training in rowing sports  
Republic of Belarus, Minsk

### **PLANNING OF THE CANOEING NATIONAL TEAM OF THE REPUBLIC OF BELARUS PREPARATION IN THE ANNUAL CYCLE (1000 M)**

**ABSTRACT.** The main components of planning of highly qualified athletes training, the overall training strategy, the training duration, and the programming content of training sessions in microcycles are presented.

**KEYWORDS:** canoeing; planning; macrocycle; microcycle.

**АННОТАЦИЯ.** Представлены главные компоненты планирования подготовки спортсменов высшей квалификации, общая стратегия подготовки, длительность тренировок, программирование содержания тренировок в микроциклах.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** гребля на байдарках и каноэ; планирование; макроцикл; микроцикл.

Система подготовки спортсменов высшей квалификации предусматривает определенную структуру, которая характеризуется:

– целесообразным порядком взаимосвязи различных сторон содержания подготовки спортсменов (компонентов общей и специальной физической и физико-технической подготовки);

## СОДЕРЖАНИЕ

### **Актуальные проблемы спорта высших достижений. Теоретические и методические основы подготовки спортивного резерва ..... 3**

---

*Абдулхаликова А.Н.*

Способы разрешения межличностных конфликтов в спортивной команде..... 3

*Аврутин С.Ю., Аврутина О.И., Костенко И.А.*

Особенности обучения технике бега на 110 м с барьерами студентов различного роста ..... 6

*Асеева А.Ю., Стрельников П.С.*

Параметры физической нагрузки в тренировочных заданиях ледовой подготовки хоккеистов 9–10 лет ..... 9

*Ахмедов Ф.Ш., Собиров О.А.*

Анализ физических нагрузок в тренировочной и соревновательной деятельности дзюдоистов..... 12

*Барков В.А., Кхафаджи А.Ш.*

Повышение эффективности тренировочного процесса юных футболистов..... 15

*Барташ В.А.*

Психофизические качества сотрудников подразделений специального назначения, влияющие на эффективность решения оперативно-служебных задач в экстремальных ситуациях ..... 19

*Бельская Г.П., Девятковская В.И.*

Основы формирования посадки спортсмена-конника ..... 23

*Белявский Д.Н.*

Методика подготовки команды формейшн в танцевальном спорте: опыт Республики Беларусь ..... 26

*Бетюцкий В.М., Филатова Н.П.*

Направленность тренировочного процесса в подготовительном периоде квалифицированных гандболистов ..... 30

*Бондаренко А.Е., Маджаров А.П.*

Влияние двигательной асимметрии рук на техническое выполнение игровых действий у юных гандболистов ..... 33

*Боровая В.А., Коняхин М.В.*

Методика развития скоростно-силовой выносливости у гребцов на байдарках (упражнения на суше)..... 37

*Боярина Ю.С., Цыганов О.В.*

Совершенствование технико-тактической подготовки теннисистов 12–14 лет на этапе углубленной специализации ..... 40

|                                                                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b><i>Виноградов Е.О.</i></b>                                                                                                                           |    |
| Особенности технической подготовки пловцов-кролистов высокого класса на основе биомеханического анализа .....                                           | 44 |
| <b><i>Волков Ю.О., Солтанович Л.Л.</i></b>                                                                                                              |    |
| Использование многофункционального критерия $F^*$ Фишера (угловое преобразование Фишера) в спортивных исследованиях.....                                | 47 |
| <b><i>Вонсович Л.В., Тихонов В.П.</i></b>                                                                                                               |    |
| Проблемы совершенствования процесса подготовки спортсменов-велосипедистов на современном этапе.....                                                     | 51 |
| <b><i>Ворон А.В., Миневич М.А.</i></b>                                                                                                                  |    |
| Тренажер для обучения технике маховых движений прыжка с шестом и упражнения для их освоения.....                                                        | 55 |
| <b><i>Ворон А.В., Плявго Е.В.</i></b>                                                                                                                   |    |
| Обучение движению разгибания опорной части прыжка с шестом при помощи тренажерного устройства.....                                                      | 59 |
| <b><i>Ворон А.В., Хмельницкая Л.Ш.</i></b>                                                                                                              |    |
| Характеристика основных способов выполнения маховых движений в прыжке с шестом.....                                                                     | 62 |
| <b><i>Воронова В.В., Злыгостев О.В., Татьянаенко С.А.</i></b>                                                                                           |    |
| Отбор в системе управления многолетней подготовкой спортсменов, специализирующихся в кроссовых видах ориентирования.....                                | 65 |
| <b><i>Гапонова Л.Ю.</i></b>                                                                                                                             |    |
| Особенности тренировки маунтинбайкеров на этапе специализированной базовой подготовки с учетом экстремальных условий соревновательной деятельности..... | 69 |
| <b><i>Глазько А.Б., Глазько Т.А.</i></b>                                                                                                                |    |
| Особенности скоростно-силовой подготовки пловцов 13–14 лет с учетом биологического возраста .....                                                       | 72 |
| <b><i>Григоревич В.В., Приступа Н.И.</i></b>                                                                                                            |    |
| Анализ участия белорусских женских волейбольных команд в европейских кубковых соревнованиях (1992–2018) .....                                           | 77 |
| <b><i>Давыдова А.Ю., Медведева Е.Н.</i></b>                                                                                                             |    |
| Биомеханические и физиологические особенности техники синхронизируемых двигательных действий в групповых упражнениях художественной гимнастики... ..    | 82 |
| <b><i>Давыдова Т.Ю., Медведева Е.Н.</i></b>                                                                                                             |    |
| Конкретизация биомеханических критериев сложности перебросок предметов в художественной гимнастике .....                                                | 86 |
| <b><i>Дворак В.Н.</i></b>                                                                                                                               |    |
| Инновационные средства биологической обратной связи в психологической подготовке спортсменов .....                                                      | 90 |

|                                                                                                                                                                                  |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Демко Н.А., Кузьмич Ю.А., Воронай М.К.</b><br>Анализ средней скорости передвижения лыжников-гонщиков Республики Беларусь на чемпионатах мира с 2001–2019 годы .....           | 93  |
| <b>Домрачёва Е.Ю., Толстова В.А.</b><br>Теория и методика спортивной подготовки в волейболе и баскетболе .....                                                                   | 99  |
| <b>Дунаев К.С.</b><br>Модернизация биатлона на современном этапе.....                                                                                                            | 102 |
| <b>Журавский А.Ю., Шантарович В.В.</b><br>Факторная структура индивидуальных особенностей телосложения элитных белорусских гребцов на байдарках .....                            | 106 |
| <b>Загоровский В.А.</b><br>Спортивная работоспособность высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в гребле на каноэ.....                                           | 110 |
| <b>Загоровский В.А., Савицкий А.В.</b><br>Техническая подготовленность квалифицированных яхтсменов.....                                                                          | 114 |
| <b>Запевалова М.Ю.</b><br>Анализ показателей эффективности игры в нападении высококвалифицированных волейболисток в суперлиге России 2019 года.....                              | 119 |
| <b>Зданевич А.А., Горчанюк А.И.</b><br>Динамика скоростной и скоростно-силовой подготовленности спортсменов высокой квалификации в хоккее на траве.....                          | 124 |
| <b>Зебзеев В.В., Зданович О.С.</b><br>Критерии и анализ международной конкурентной среды в лыжном двоеборье....                                                                  | 127 |
| <b>Зекрин А.Ф., Зекрин Ф.Х.</b><br>Построение макроцикла подготовки дзюдоистов-юниоров .....                                                                                     | 131 |
| <b>Ибрагимов Б., Нормурадов А.</b><br>Формирование теории и практики профессионально-прикладной физической культуры.....                                                         | 134 |
| <b>Иванченко Е.И., Иванченко А.Е.</b><br>Новые пути повышения результативности штрафных бросков баскетболистов в процессе применения упражнений и игры на бильярде «снукер»..... | 138 |
| <b>Ивашков П.Л., Фурманов А.Г.</b><br>Проблемы психофизической и технической подготовки тренеров по спортивным играм .....                                                       | 142 |
| <b>Ивко В.С.</b><br>Техническая подготовленность участников чемпионата Республики Беларусь 2019 года по греко-римской борьбе.....                                                | 146 |
| <b>Иляхина О.Ю., Смирягина Е.М.</b><br>Теория и методика спортивной подготовки в баскетболе .....                                                                                | 151 |

|                                                                                                                                                                   |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Исмагилова Л.Ф.</b><br>Развитие аэробных возможностей у боксеров .....                                                                                         | 155 |
| <b>Каминский В.В., Бадека Д.Н.</b><br>Функциональные показатели велосипедистов в гонках<br>с общего старта на шоссе .....                                         | 158 |
| <b>Клименко С.С., Дорохова А.В.</b><br>Физическая подготовка сотрудников ОВД, необходимая для выполнения<br>упражнений из табельного оружия .....                 | 162 |
| <b>Кобринский М.Е., Акулич Л.И.</b><br>Современные тенденции развития волейбола.....                                                                              | 165 |
| <b>Корбит М.И., Воропай М.К.</b><br>Динамика параметров соревновательной деятельности биатлонистов-мужчин<br>на зимних Олимпийских играх в многолетнем плане..... | 169 |
| <b>Костюченко М.Я., Костюченко И.Я.</b><br>Особенности подготовки гребцов-байдарочников (юниоров)<br>в подготовительном периоде.....                              | 172 |
| <b>Кузьмина Л.И., Киселева И.О.</b><br>Обоснование средств развития координационных способностей<br>у юных акробатов на этапе начальной подготовки.....           | 175 |
| <b>Кулитка Э.Ф.</b><br>Сила и подвижность нервных процессов у спортсменов<br>разного уровня подготовленности.....                                                 | 178 |
| <b>Кутас П.П., Сафончик О.А.</b><br>Повторный метод тренировки в системе подготовки национальной команды<br>в командном спринте .....                             | 182 |
| <b>Куц Т.А., Маркевич О.В.</b><br>Сравнительный анализ межличностных взаимоотношений в командах –<br>участницах чемпионата Республики Беларусь.....               | 185 |
| <b>Кучерова А.В.</b><br>Особенности планирования микроциклов силовой направленности<br>в подготовительном периоде у лыжников-гонщиков .....                       | 189 |
| <b>Леонтьева Н.С., Коренева М.В.</b><br>Основные показатели I объединенного чемпионата Европы<br>по летним олимпийским видам спорта.....                          | 193 |
| <b>Лисица Т.В.</b><br>Методика оценки критичности соревновательных ситуаций в гандболе.....                                                                       | 196 |
| <b>Листопад И.В.</b><br>Определение интенсивности тренировочных нагрузок<br>у лыжников-гонщиков и биатлонистов .....                                              | 200 |

|                                                                                                                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Лозакович М.А., Масловская Ю.И.</b><br>Методика спортивной тренировки юных конькобежцев.....                                                                     | 203 |
| <b>Макаров А.В., Прилуцкий П.М.</b><br>Динамика тренировочных нагрузок у квалифицированных футболистов<br>в годичном макроцикле .....                               | 207 |
| <b>Макаров С.В., Прилуцкий П.М.</b><br>Физическая подготовленность футболистов 7–17 лет.....                                                                        | 211 |
| <b>Макарова М.В.</b><br>Коррекция двигательной асимметрии в технической подготовке с предметами<br>в художественной гимнастике .....                                | 214 |
| <b>Малышев А.И., Кобзаренко Э.А.</b><br>К проблеме достижения гендерного равенства<br>в международном олимпийском движении .....                                    | 217 |
| <b>Масленникова Е.О.</b><br>Коррекция тренировочного процесса бегунов на средние дистанции<br>с помощью EMS-технологии .....                                        | 221 |
| <b>Масловская Ю.И., Дворяков М.И.</b><br>Основные ошибки всадников в соревновательной деятельности пятиборцев<br>и пути их устранения.....                          | 225 |
| <b>Мацюсь Н.Ю.</b><br>Актуальные проблемы спортивного отбора на этапе начальной подготовки<br>в гимнастических видах спорта.....                                    | 228 |
| <b>Медведев П.Ю.</b><br>Модель подготовки гребцов на байдарках юниорского состава сборных команд<br>Республики Беларусь .....                                       | 232 |
| <b>Михайлова Д.А.</b><br>Программы обучения кувырмам и варианты их реализации в технической<br>подготовке дзюдоистов дошкольного и младшего школьного возраста..... | 236 |
| <b>Морозевич-Шилюк Т.А.</b><br>Конкурентоспособность белорусских акробатов на международном уровне .....                                                            | 240 |
| <b>Мушаков А.А., Раднагуруев Б.Б.</b><br>Совершенствование технико-тактических действий борцов вольного стиля<br>с использованием тренажера «Торс-2» .....          | 244 |
| <b>Остапенко Г.А., Голуб Ю.А.</b><br>Методические особенности повышения уровня технической подготовленности<br>лыжников 16–17 лет с нарушениями зрения.....         | 247 |
| <b>Петухова Н.А., Шудейко А.А.</b><br>Особенности построения этапа непосредственной подготовки к главным<br>соревнованиям сезона в троеборье .....                  | 251 |

|                                                                                                                                                                                                |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Полякова Т.Д., Нехаева В.Г.</b><br>Компоненты результативного выстрела в пулевой стрельбе и предпосылки их успешной реализации.....                                                         | 254 |
| <b>Разуванов В.М.</b><br>Общая характеристика базовых элементов техники дартс .....                                                                                                            | 258 |
| <b>Родин А.В.</b><br>Оценка индивидуальной технико-тактической подготовленности квалифицированных баскетболистов на основе данных этапного контроля .....                                      | 262 |
| <b>Романов И.В.</b><br>Тренировка десятиборца в упрощенных и усложненных условиях .....                                                                                                        | 267 |
| <b>Рутковский В.С.</b><br>Актуальные проблемы подготовки юных биатлонистов на осенне-зимнем этапе в меняющихся климатических условиях .....                                                    | 271 |
| <b>Самойлова В.А.</b><br>Организационно-педагогические основы многолетней подготовки резерва в спортивной гимнастике .....                                                                     | 274 |
| <b>Самушия К.А., Попова Г.В.</b><br>Актуальные проблемы медицинского обеспечения спорта высших достижений..                                                                                    | 278 |
| <b>Селезнев С.К., Тихонова Е.Л.</b><br>Развитие памяти как важный элемент подготовки стрелка-спортсмена .....                                                                                  | 281 |
| <b>Сергеев С.А.</b><br>Направленность процесса технической подготовки боксеров на этапах многолетней тренировки .....                                                                          | 285 |
| <b>Сергеев С.А., Наханьков А.И.</b><br>Методические аспекты технической подготовки боксеров на этапах многолетней тренировки .....                                                             | 290 |
| <b>Сируц А.Л., Рапацевич А.А.</b><br>Темп гребли женских экипажей олимпийских классов лодок на чемпионатах мира для разных возрастных категорий по гребле академической.....                   | 294 |
| <b>Сируц Г.И., Тихонова А.Н.</b><br>Оценка качества специальной физической подготовленности юных гимнасток 7–11 лет в подготовительном периоде годичного макроцикла спортивной подготовки..... | 299 |
| <b>Скрижинский А.М.</b><br>Применение стабиллографической платформы для совершенствования тренировочного процесса в прыжках на батуте.....                                                     | 303 |
| <b>Солонец А.В., Лашук А.В.</b><br>Определение параметров нагрузок, направленных на повышение координационной и технической подготовленности юных пловцов.....                                 | 307 |

|                                                                                                                                                                                                    |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Ступень М.П., Тишкина А.А.</b><br>Некоторые аспекты формирования соревновательного результата<br>в фигурном катании на коньках.....                                                             | 311 |
| <b>Ташназаров Д.Ю.</b><br>Особенности моделирования физической подготовки у борцов.....                                                                                                            | 315 |
| <b>Тё С.Э., Тё С.Ю.</b><br>Проявление полового диморфизма в тяжелой атлетике.....                                                                                                                  | 320 |
| <b>Улан А.Н.</b><br>Проблема моторной асимметрии в спорте и особенности<br>ее проявления в фехтовании.....                                                                                         | 322 |
| <b>Филатова Н.П., Асеева А.Ю.</b><br>Оптимизация параметров нагрузки в тренировочных заданиях на льду<br>хоккеистов 16–17 лет .....                                                                | 326 |
| <b>Фомин Ю.А., Елисеев В.А.</b><br>Допинг как средство устранения конкурентов в спорте .....                                                                                                       | 330 |
| <b>Царанков В.Л.</b><br>Комплексный контроль и моделирование в управлении тренировочным<br>процессом легкоатлетов-спринтеров.....                                                                  | 333 |
| <b>Чипышев А.В., Кошкина К.С.</b><br>Влияние хронотропной функции сердца на показатели центральной<br>гемодинамики у спортсменов циклических видов спорта<br>на специальном этапе подготовки ..... | 337 |
| <b>Чухланцева Н.В.</b><br>Развитие координационных способностей гандболистов<br>на начальном этапе подготовки .....                                                                                | 341 |
| <b>Шантарович В.В.</b><br>Планирование подготовки спортсменов национальной команды Республики<br>Беларусь по гребле на байдарках и каноэ в годичном цикле (1000 м).....                            | 344 |
| <b>Шахлай А.М., Либерман Л.А.</b><br>Повышение эффективности тренировочных схваток высококвалифицированных<br>борцов посредством целевых установок различной направленности .....                  | 348 |
| <b>Широканова Л.И., Широков А.Б.</b><br>Рациональная продолжительность тренировки аэробной выносливости<br>в годичном макроцикле .....                                                             | 351 |
| <b>Ширшов И.Е., Цуканова И.А.</b><br>Медиаторная диетика и социальная коммуникация в сфере физической<br>культуры и спорта .....                                                                   | 354 |

|                                                                                                                                              |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Шишков И.Ю.</b>                                                                                                                           |     |
| Влияние занятий хоккеем на траве на развитие творческого интеллекта и управление концентрацией внимания (предварительные исследования) ..... | 358 |
| <b>Юрчик Н.А.</b>                                                                                                                            |     |
| Управление сенсорными системами стрелков на основе использования внутренировочных средств .....                                              | 363 |
| <b>Юсупова Л.А.</b>                                                                                                                          |     |
| Методические особенности развития гибкости в спортивной аэробике.....                                                                        | 368 |
| <b>Юшкевич Т.П., Аврутин С.Ю., Терлюкевич А.И.</b>                                                                                           |     |
| Индивидуализация процесса обучения технике прыжка в длину с разбега .....                                                                    | 372 |
| <b>Юшкевич Т.П., Титова Е.П., Костенко И.А.</b>                                                                                              |     |
| Развитие специальной выносливости у бегунов на 400 м с барьерами.....                                                                        | 375 |
| <b>Ярахович О.С., Ананьева В.Н.</b>                                                                                                          |     |
| Перспективы развития студенческого спорта в системе спорта высших достижений.....                                                            | 379 |
| <b>Ярошенко Д.В., Матова Е.Л.</b>                                                                                                            |     |
| Формирование культуры управления подготовкой каратистов в специализированных школах единоборств: компетентностный подход .....               | 382 |
| <b>Ясинская О.Ю., Дорофеева Т.В.</b>                                                                                                         |     |
| Влияние занятий оздоровительной аэробикой на функциональное и психическое состояние юношей 19–20 лет, занимающихся киберспортом .....        | 387 |

*Научное издание*

**II Европейские игры – 2019:  
психолого-педагогические  
и медико-биологические аспекты  
подготовки спортсменов**

Материалы Международной научно-практической конференции

4–5 апреля 2019 г.

В четырех частях

Часть 1

В авторской редакции

Компьютерная верстка *Т. Г. Данилевич, К. А. Подобаевой, Е. В. Миско*

Подписано в печать 01.04.2019. Формат 60×84/16. Бумага офсетная. Ризография.  
Усл. печ. л. 23,25. Уч.-изд. л. 24,82. Тираж 100 экз. Заказ 19.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.  
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.