На перший погляд факт позитивного впливу фізичних вправ на розумову працездатність є безспірним, проте існує і ряд недоліків у врегулювання даного фактору.

По- перше, майже відсутні положення в яких вивчалися б питання повязані зі складанням індивідуальних програм фізичних навантажень для різних категорій людей з диференціацією за ступенем навантажень заняття розумовою діяльністю. У даному випадку доцільним було б здійснювати таку диференціацію і за рівнем фізичної підготовленості осіб,і за статтю, і за віком та за вихідним рівнем максимальної фізичної працездатності, що дало б змогу чітко формувати програму фізичних навантажень для кожної особистості.

По-друге, також не існує чіткого врегулювання часу, інтенсивності та тривалості фізичного фактору.

І нарешті, відсутня методика застосування різноманітних засобів в процесі фізичного навантаженя від якого і залежить рівень розумової працездатності.

Для вирішення даних питань теоретичного аспекту буде недостатньо – ці питання потребують і практичного рішення.

Як висновок, можна зазначити, що рівень фізичної активності студентів є недостатнім та низьким, і не сприяє підтриманню належного розумового стану, в результаті чого розумова працездатність слабка.

Серед основних чинників, що сприяли б підвищенню якості розумової активності студентів особливої уваги сьогодні потребують: збільшення можливості природного фізичного розвитку, рухової активності, покращення ефективності організації і методики проведення занять з фізичної культури.

Діхтяренко З.М.
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

ЗБІЛЬШЕННЯ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ШКОЛЯРІВ ЧЕРЕЗ РУХЛИВІ ІГРИ ТА ЕСТАФЕТИ ПІД ЧАС ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ

Анотація. З.М. Діхтяренко «Збільшення рухової діяльності у школярів через рухливі ігри та естафети під час туристичних походів». У статті перераховано рухливі ігри та естафети, які рекомендовано дослідниками проводити під час туристичних походів для задоволення потреб молодого організму у руховій діяльності. Досліджено у літературних джерелах поняття «туризм»; функції та види сучасного туризму; виокремлено основні нормативно-правові документи та програми факультативу «Пішохідний туризм»; подано рекомендації педагогам і батькам по спільній співпраці школи і сім'ї для створення у дітей свідомої позиції щодо активної рухової діяльності.

Ключові слова: рухова діяльність, туристичний похід, рухливі ігри, естафети, школярі, функції та види сучасного туризму, співпраця школи і сім'ї.

Аннотация. З.М. Дихтяренко «Увеличение двигательной деятельности у школьников через подвижные игры и эстафеты во время туристических походов». В статье перечислены подвижные игры и эстафеты, которые рекомендовано исследователями проводить во время туристических походов для удовлетворения потребностей растущего организма в двигательной деятельности. Исследовано в литературных источниках понятие «туризм»; функции и виды современного туризма; выделены основные нормативно-правовые документы и программы факультатива «Пешеходный туризм»; даны рекомендации педагогам и родителям по совместному сотрудничеству школы и семьи для создания у детей сознательной позиции по активной двигательной деятельности.

Ключевые слова: двигательная деятельность, туристический поход, подвижные игры, эстафеты, школьники, функции и виды современного туризма, сотрудничество школы и семи.

Summary. Z.M. Dihtyarenko «Increased motor activity in school children through outdoor games and relay races during hiking». The article lists the outdoor games and relay races, which recommended that researchers conduct during tourist trips to meet the needs of the young organism in motor activity. Studied in the literature the concept of «tourism»; functions and kinds of modern tourism, specifically mentioned the basic legal documents and programs elective «Hiking» presented teachers and parents advice on joint cooperation of school and family for making children conscious of the position of the active motor activity.

Keywords: motor activity, tourism campaign, outdoor games, relay races, pupils, functions and kinds of modern tourism, school and family collaboration.

Природа – это чудо, это особый мир,
К нему нельзя привыкнуть, он всегда в движении,
Не привыкайте к небесам – дивитесь им дивитесь!
Не привыкайте к чудесам, глазами к ним тянитесь!
Прислушивайтесь к птицам, Прикладывайтесь к родникам,
Ничто не повторится
В. Шефнер

Ефективним засобом відпочинку учнів від навчання між уроками є щоденні ігри та естафети на свіжому повітрі, які є одним із основних засобів збільшення рухової діяльності, підвищують емоційний стан, знімають почуття втоми та відновлюють працездатність. Ігри та естафети розвивають фізичні якості (силу, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність, швидкісно-силову якість); сприяють вивченню та вдосконаленню життєво важливих умінь і навичок; виховують вольові якості: наполегливість, дисциплінованість, впевненість

у власних силах, цілеспрямованість і т.д. Тому під час туристичних походів з дітьми шкільного віку обов'язково проводяться ігри та естафети.

Дослідження вітчизняними науковцями рухової діяльності та здоров'я у контексті із вихованням різних вікових категорій було і є актуальним завжди (В.Г. Арефьєв, О.В. Бріжатий, Б.Ф. Ведмеденко, Е.С. Вільчковський, М.Д. Зубалій, С.Ф. Цвек, Б.М. Шиян, О.В. Язловецька, В.С. Язловецький та ін.). У працях дослідників (М.М. Бездольний, М.І. Горбенко, Т.Г. Лазенко, А.Д. Лєськів, А.Б. Дзюбановський, Б.П. Пангелов, Н.Є. Пангелова, А.В. Цьось та ін.) набули висвітлення окремі питання, щодо проведення рухливих ігор, естафет під час туристичних походів; значення туристичних походів для всебічного розвитку особистості. Але, на сьогодні залишаються відкриті питання: 1) визначити значення рухливих ігор та естафет, які проводяться під час туристичних походів для задоволення потреб молодого організму у руховій діяльності; 2) розробка рекомендацій педагогам і батькам, щодо спільної співпраці школи і сім'ї для створення у дітей свідомої позиції щодо активної рухової діяльності та ін.

Мета статті – описати рухливі ігри та естафети, які є одним із основних засобів збільшення рухової діяльності у дітей шкільного віку під час туристичних походів.

Завдання статті:

1. Описати основні нормативно-правові документи та програми факультативу «Пішохідний туризм», щодо впровадження туризму у школах України.
2. Дослідити у літературних джерелах поняття «туризм»; функції та види сучасного туризму.
3. Описати рухливі ігри та естафети, які рекомендовано дослідниками проводити під час туристичних походів для задоволення потреб молодого організму у руховій діяльності.
4. Розробити рекомендації педагогам і батькам по спільній співпраці школи і сім'ї для створення у дітей свідомої позиції щодо активної рухової діяльності.

У журналі «Початкова освіта» Т. Грицишина пише, що 9.10.2000 року у Верховній Раді України пройшли парламентські слухання питання «Про стан та перспективи розвитку туризму в Україні». В обговореннях взяли участь депутати Верховної Ради, провідні спеціалісти у галузі туризму, зарубіжні гості, преса... Вперше метою парламентських слухань стало групове обговорення ситуації, яка склалася на сьогодні у сфері туризму. Зокрема було визначено, що, зважаючи на місце та роль туризму у житті суспільства, держава має визнати його одним із пріоритетних напрямів розвитку національної культури й економіки. У галузі молодіжного та дитячого туризму необхідно запровадити системний підхід у проведенні молодіжної політики, сприяти духовному і фізичному розвитку підростаючого покоління, оздоровлення дітей та підлітків. Під час слухань виступаючі наголошували на тому, що необхідно впровадити спеціалізовані навчальні туристичні програми з оздоровлення та фізичного за

гартування підростаючого покоління з урахуванням вікових та освітніх особливостей дітей та молоді [1, с. 8].

Програму факультативу «Пішохідний туризм» розробили О. Руденко та О. Шиворов відповідно до нормативно-правових документів: 1) Закону України «Про фізичну культуру і спорт»; 2) Закону України «Про туризм»; 3) Наказу Президента України № 1148/2004 від 28.09.04 «Про національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту»; 4) Наказу МОН України № 237 від 24.03.06 «Про внесення змін до Правил проведення туристичних подорожей з учнівською та студентською молоддю України»; 5) Наказу УОН Держобладміністрації № 709 від 18.12.2006 «Про внесення змін до Правил проведення туристичних подорожей з учнівською та студентською молоддю України»; 6) Наказу МОН України № 956 від 22.10.08 «Про заходи щодо вдосконалення роботи з фізичного виховання та збереження здоров'я школярів у навчальних закладів України»; 7) Наказу МОН України № 486 від 21.07.2003 «Про систему організації фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та позашкільних навчальних закладів». Мета програми – зміцнення здоров'я школярів, формування у них позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, а також популяризації туризму як комплексного засобу виховання здорової й загартованої людини... Програмою передбачено проведення рухливих ігор, естафет великої інтенсивності під час усіх трьох років навчання [7, с. 34-43].

Розробила програму «Пішохідний туризм» (початковий рівень) та заняття з використанням інтерактивних технологій Г. Савельєва, якою передбачено грати у рухливі ігри. Автор, описуючи позитивні якості туризму пише, це спілкування з природою і друзями; пізнання своєї Батьківщини і знайомство з пам'ятками історії і культури; зустрічі з цікавими людьми й фізичне удосконалення людини. Туризм – це постійні відкриття... Головне – це відкриття людини... Туризм – це активний масовий відпочинок. під час якого відновлення працездатності поєднується з оздоровчими, пізнавальними, спортивними і культурно-розважальними цілями. Слово «туризм» походить від французького слова «tour» (тур) – прогулянка, поїздка, подорож. Воно означає кругову подорож і повернення у вихідний пункт [8, с. 3-24].

Учений та дослідник Б.П. Пангелов виділяє основні *функції сучасного туризму*: виховна, розвивальна, пізнавальна, соціалізаційна та рекреаційна.

Відповідно до основних функцій туризму, які мають педагогічне значення, у теорії та практиці туризму виокремлюють такі його *види*:

а) *за характером подорожей* – гірський, сухопутно-рівнинний, підземний (печерний), водний, підводний, комбінований;

б) *за способом пересування* – пішохідний, гірсько-пішохідний, лижний, велосипедний, водний, вітрильний, автомобільний, мотоциклетний, кінний;

в) *за змістом* – прогулянки, подорожі, екскурсії, експедиції, табори, зльоти;

г) *за тривалістю* – одноденні походи, дводенні (походи вихідного дня без нічного відпочинку та з відпочинком) і багатоденні;

г) *за масштабом* – місцеві мандрівки (у межах району, області, краю) і далекі (райони, віддалені від місця проживання);

д) *за організацією мандрівок* – плановий і самодіяльний;

е) *за метою* – пізнавальний, оздоровчий, спортивний та агітаційно-масовий [6, с. 20].

Перед початком проведення ігор та естафет (під час туристичних походів), для підсилення емоційних та вольових якостей (наполегливість, дисциплінованість, впевненість у власних силах, цілеспрямованість і т.д.) у школярів, можна прослухати (зіграти на гітарі та проспівати разом із дітьми) пісню В. Висоцького «Вершина».

Під час туристичних походів для формування здорового способу життя у дітей Б.П. Пангелов, Т.Г. Лазенко, М.І. Горбенко, М.М. Бездольний пропонують проводити ігри, естафети: «Мисливці – спортсмени», «Змагання топографів», «Слідопити», естафета зв'язківців, «Зустрічний маршрут», «Хто перший», «Бездротовий телефон», естафета туристів, «Два міста», «Боротьба за вимпел», «Орієнтування без карти», «Боротьба за прапорці», «Спостерігачі», «Хто точніше», «Точний телеграф», «Паралельний марш», «Знайти предмет», «Захист мосту», «Крокоміри», «Точний окомір», «Естафета кросменів», «Квач у лісі», «Лісове п'ятиборство» [11, с. 17-32].

У статті «Туристичні ігри з молодшими школярами» С. Фокін пише, що туристичні ігри здебільшого проводять під час походів вихідного дня, на екскурсіях або у вигляді конкурсів у складі 2, 3-денних змагань, туристичних злътів та описує ігри, які можна проводити будь-де: «Відгадай, який гриб?», «Пошук листя», «Чим пахне?», «Що зайве?», «Хто краще бачить?» [9, с. 8].

У методичному посібнику «Рухливі ігри та естафети на місцевості для школярів молодшого та середнього віку» А.Д. Леськів та А.Б. Дзюбановський пропонують проводити ігри та естафети («Алфавіт», «Повторюй за мною», «Біг по коридорах», «Біг на орієнтир», «Біг командами», «Відчуй час», «Через ліс», «Я тебе бачу» та ін.) під час прогулянок, походів, екскурсій [4, с. 20-80].

У журналі «Позакласний час» для вихователів пропонуються ігри під час туристичних походів із зазначенням віку та тривалості гри: «Ми веселі діти» (гра для дітей 6-8 років (5-10 хв.), «Вудочка» (гра для дітей 8-10 років (10-15 хв.), «Бій півнів» (гра для підлітків 10-12 років (15-20 хв.), «Перетягування через лінію» (гра для підлітків 12-14 років (5-10 хв.), «Знайди скарб» (гра для молодших школярів, початківців-туристів), весела туристична естафета (гра для юнаків і дівчат) із семи етапів і т.д. [5, с. 31-48].

Науковці С. Фокін та А. Цьось зазначають, що під час походу на привалі можна проводити з дітьми ігри, які урізноманітнюють туринське життя, розвивають увагу, спостережливість, кмітливість, спритність, зосередженість, організованість та пам'ять дитини. Автори статті подають перелік ігор «Квач у

лісі», «Знайди своє дерево», «Назви ім'я», «Що зникло?», «Розбери завал», «Назви», «Додай півслова», «Слухай сигнал», «Бузьок», «Герета», «Лавина», «У деркача», «Швигалка», «Забивання сокири», «У палички», «У цурки-палки», «Циганка» [10, с. 47-48].

У перший день туристичного походу доцільно було б дорослим провести урочисте свято для учнів: «Посвята у туристи». Під час свята вивчити туристам початківцям «Обіцянку туриста»: я турист-пішохідник, вступаючи у ряди мандрівників, урочисто обіцяю:

- йти туристичними стежками не жаліючи ніг своїх;
- у дорозі не стогнати, не нарікати на свою гірку долю;
- не чіплятися до керівників із недоречними запитаннями про правильність напрямку, особливо, якщо вони й самі не знають куди йти далі;
- із великим апетитом з'їдати пересолений суп і підгорілу кашу;
- спокійно спати у мокрому спальнику і холодному наметі;
- допомагати нести рюкзак товаришу, якщо навіть самому важко [3, с. 18-19].

По завершенню походу вихідного дня або у кінці першого дня походу можна впровадити досвід О. Дашко та вручити туристам-початківцям пам'ятку із жартівливим змістом:

1. Не бери із собою все, що є вдома, вистачить і половини.
2. При ходьбі не бери із самого початку високий темп: темп може витримати, а ти – ні.
3. Не лізь на кожну гору, що зустрічається. Гір багато, а ти – один!
4. Підйом на гору – це коли тебе підіймають, спуск – коли тебе ловлять.
5. Якщо твій компас замість північ показує час – це годинник. А коли він ще й дзвонить – це будильник.
6. Якщо комарі стають усе більшими, значить ти йдеш убік Сибіру. А якщо мухи – то у бік їдальні.
7. Усі звірі на маршруті поділяються на їстівних і неїстівних. Їстівних ти можеш з'їсти, а неїстівні – можуть з'їсти тебе.
8. Якщо ти прочитав цю пам'ятку і не злякався – не помилилися ті, хто послав тебе у похід [2, с. 23].

Разом із тим, педагогічні спостереження під час туристичних походів за учнями початкових класів показують, що діти не готові самостійно організувати і провести всі ігри та естафети, які запропоновані дорослими. Учні середніх класів готові самостійно організувати, але не провести до логічного кінця всі ігри та естафети. Учні старших класів готові самостійно організувати та довести до логічного завершення ігри та естафети. Опитування школярів показало: 1) дорослі дуже мало часу проводять із дітьми, колективно граючись у дома, на природі; 2) майже дев'яносто відсотків сімей не проводять час разом на природі, у туристичних походах; 3) діти набувають досвід самостійно організувати і проводити ігри та естафети у школі та на вулиці.

На основі описаних результатів розробляємо рекомендації педагогам і батькам по спільній співпраці школи і сім'ї для створення у дітей свідомої позиції щодо активної рухової діяльності.

Рекомендації педагогам:

1. На свіжому повітрі щодня грати з дітьми у рухливі ігри та естафети (відповідно порі року) не менше 60 хвилин.
2. Використовуючи дослідження науковців та практиків щодо проведення ігор та естафет під час туристичних походів, походів вихідного дня із зазначенням віку та тривалості, бути ініціаторами їх спільного вивчення та проведення з дітьми.
3. Бути організатором проведення спортивних змагань, спортивного свята «Тато, мама і я – спортивна сім'я» під час походу вихідного дня, туристичного походу.
4. Під час батьківських зборів, круглого столу, індивідуальної бесіди і т.д. розповідати батькам, посилаючись на приклади, важливість проведення спільно із дітьми вихідних днів на природі (у парку, у лісі, біля річки і т.д.), у туристичних походах, продумавши попередньо всю спортивну програму.
5. На позитивних прикладах створити у школярів переконання, що здоров'я – це найголовніше у житті; педагоги та батьки – найкращі наставники, друзі, на яких можна покластися, з якими потрібно радитися, спільно вирішувати нові життєві завдання.

Рекомендації батькам:

1. Щоденно потрібно грати у рухливі ігри та естафети з дітьми на свіжому повітрі не менше 30-90 хвилин.
2. Бути ініціаторами щодо вивчення нових рухливих ігор та естафет.
3. Під час проведення рухливих ігор та естафет бути організаторами.
4. У вихідні дні проводити час разом із дітьми на природі (у парку, у лісі, біля річки і т.д.), у туристичних походах, продумавши попередньо всю спортивну програму.
5. Створити у дітей на прикладах свідому позицію, що сім'я – це святе, батьки авторитет для дітей, для оточуючих.

Висновки:

1. Впровадження туризму у школах має здійснюватися у відповідності із Законами України, наказами профільного Міністерства.
2. Туризм – це постійні відкриття... Головне – це відкриття людини... Туризм – це активний масовий відпочинок, під час якого відновлення працездатності поєднується з оздоровчими, пізнавальними, спортивними і культурно-розважальними цілями. Слово «туризм» походить від французького слова «tour» (тур) – прогулянка, поїздка, подорож. Воно означає кругову подорож і повернення у вихідний пункт [8, с. 3-24]. Основні функції сучасного туризму: виховна, розвивальна, пізнавальна, соціалізаційна та рекреаційна.

Види: за характером подорожей, за способом пересування, за змістом, за

тривалістю, за масштабом, за організацією мандрівок, за метою [6, с. 20].

3. Дослідження показало, що описані рухливі ігри та естафети, які проводяться під час туристичних походів сприяють задоволенню потреб молодого організму у руховій діяльності.
4. На допомогу педагогам і батькам розроблено рекомендації по спільній співпраці школи і сім'ї для створення у дітей свідомої позиції щодо активної рухової діяльності.

Література:

1. Грицишина Т. Мандрівка до лісу / Т. Грицишина // Початкова освіта. – 2000. – № 43. – С. 8.

2. Дашко О. Туризм – це здоровий спосіб життя. Заняття гуртка / О. Дашко // Краєзнавство. Географія. Туризм. – 2010. – № 12 (641). – С. 21 – 23.

3. Дашко О. Посвята у туристи. Заняття гуртка / О. Дашко // Краєзнавство. Географія. Туризм. – 2010. – № 36 (665). – С. 18 – 19.

4. Леськів А.Д., Дзюбановський А.Б. Рухливі ігри та естафети на місцевості для школярів молодшого та середнього віку / А.Д. Леськів, А.Б. Дзюбановський // – Тернопіль: СМП «Астон», 2000. – 132 с.

5. На допомогу вихователю. Ігри під час туристичних походів // Позакласний час. – 2004. – № 11-12. – С.31 – 48.

6. Пангелов Б.П. Організація і проведення туристсько-краєзнавчих подорожей / Б.П. Пангелов // Краєзнавство. Географія. Туризм. – 2010. – № 36 (665). – С. 19 – 20.

7. Руденко О., Шиворов О. Пішохідний туризм. Навчальна програма факультативу з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів / О. Руденко, О. Шиворов // Здоров'я та фізична культура. – 2010. – № 22-24 (190-192). – С. 34 – 47.

8. Савельєва Г. Пішохідний туризм (початковий рівень). Розробки занять з використанням інтерактивних технологій / Г. Савельєва // Краєзнавство. Географія. Туризм. – 2010. – № 32 (661). – С. 3 – 24.

9. Фомін С. Туристичні ігри з молодшими школярами / С. Фомін // Початкова освіта. – 2000. – № 43. – С. 8.

10. Фокін С., Цьось А. Ігри у туристичному поході / С. Фокін, А. Цьось // Краєзнавство. Географія. Туризм. – 2006. – № 13-14 (37-38). – С. 47 – 48.

11. Формування здорового способу життя у дітей в навчально-виховних закладах малого міста засобами туристичної роботи : методичні рекомендації для студентів, учителів шкіл і батьків /укл. Б.П. Пангелов, Т.Г. Лазенко, М.І. Горбенко, М.М. Бездольний. – Переяслав-Хмельницький: видавництво науково-виробничої фірми «Світа», 2000. – 56 с.

МАТЕРИАЛИ

ЗА VII МЕЖДУНАРОДНА НАУЧНА ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦИЯ

«ACHIEVEMENT OF HIGH SCHOOL - 2011»

17 – 25 November, 2011

Том 29
Съвременни технологии на информации
Физическа култура и спорт

София
«Бял ГРАД-БГ» ООД
2011

То публикува «Бял ГРАД-БГ» ООД, Република България, гр.София, район «Триадица», бул. «Витоша» №4, ет.5

Материали за 7-а международна научна практична конференция, «Achievement of high school», - 2011.
Том 29. Съвременни технологии на информации. Физическа култура и спорт. София. «Бял ГРАД-БГ» ООД - 64 стр.

Редактор: Милко Тодоров Петков

Мениджър: Надя Атанасова Александрова

Технически работник: Татяна Стефанова Тодорова

Материали за 7-а международна научна практична конференция, «Achievement of high school», 17 – 25 November, 2011 на съвременни технологии на информации, физическа култура и спорт.

За ученици, работници на проучвания.

Цена 10 BGLV

ISBN 978-966-8736-05-6

© Колектив на автори, 2011
© «Бял ГРАД-БГ» ООД, 2011

СЪДЪРЖАНИЕ

СЪВРЕМЕННИ ТЕХНОЛОГИИ НА ИНФОРМАЦИИ

КОМПЮТЪРНОТО ИНЖЕНЕРСТВО

Бельков Д.В., Едемская Е.Н. Исследование UDP-трафика сети с GPRS-доступом 3

Бутрик Є.М., Пикало В.А. Дослідження підвищення ефективності інформаційної системи на основі кластерних систем 6

Карпенко Е.А. Исследование повышения стойкости к взлому ключа противоугонных систем, путем использования асимметричного ключа 8

Мулько А.С. Повышение устойчивости цикловой фазы цифровых систем связи 11

РАБОТА С КОМПЮТЪР ИНЖЕНЕРСТВО И ПЛАНИРАНЕ

Боранқұлова Г.С., Құсмұхамбетов М.Е., Төреханова Г.И. Ақпараттық жүйелердегі аппараттық құралдар 13

Мутовина Н.В., Краснова Н.Н., Рудометкина М.Н., Афанасьева Т.А. Расчёт напряжённо-деформированного состояния шатуна 17

Амангельдина М.А. Обзор статистических программ 20

СОФТУЕРЪТ

Алексеев М.А., Климкина А.А. Оценка производительности баз данных 24

Пикало В.А., Бутрик Є.М. Дослідження і прогнозування інтенсивності зараження комп'ютерних систем вірусом 27

ИНФОРМАТИВНАТА БЕЗОПАСНОСТ

Айтмагамбетова А., Огап А. Правовые методы и средства защиты информации 31

Пасько О.З., Пархоменко І.І. Способи створення та функціонування бот-мереж 34

ФИЗИЧЕСКА КУЛТУРА И СПОРТ

ФИЗИЧЕСКА КУЛТУРА И СПОРТ: ПРОБЛЕМИ, ПРОУЧВАНИЯ, ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Саенко В.Г. Распределение финансовых средств в системе спортивных видов восточных единоборств 38

Шульженко А.В. Качество подготовки специалистов
по физической культуре и спорту 41
Дубич С.Я., Молдаванова А.Ю. Індивідуально-психологічні особливості
спортсменів екстремального виду спорту скелелазіння 45
Гринець О.В., Павлун Т.О., Барабаш М.О., Любімов В.А.
Роль фізичного самовиховання студентів для забезпечення
здорового способу життя 47
Дищенко Д.В.Сипатрин Н.Н., Вербовый Е.М., Головийчук А.В.
Деякі аспекти щодо впливу фізичної культури на розумову
працездатність людини 49
Діхтяренко З.М. Збільшення рухової діяльності у школярів через
рухливі ігри та естафети під час туристичних походів 50

СПОРТНА МЕДИЦИНА И ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ

Егорова С.А., Петрякова В.Г. Экспериментальная методика
лечебной гимнастики при плоскостопии у детей дошкольного возраста 58