



**ПГУ
ФК
СИТ** Поволжский государственный
университет физической культуры,
спорта и туризма



«АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**Материалы XI Всероссийской научно-практической
конференции молодых ученых, аспирантов,
магистрантов и студентов с международным участием,
прошедшей в рамках Десятилетия науки и технологий**

Казань, 6 апреля 2023 года

Том 2. Секции 6-12

УДК 796/799
ББК 75.14
А 38

А 38 **Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма.** Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием, прошедшей в рамках Десятилетия науки и технологий. Казань, 6 апреля 2023 года.

В 3 т. – Казань : ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2023. – Том 2. – Секции 6-12. – 730 с.

В сборнике представлены материалы XI Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием «Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма», прошедшей в рамках Десятилетия науки и технологий 6 апреля 2023 года на базе ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», г. Казань.

Сборник предназначен для специалистов в области физической культуры, спорта и туризма, преподавателей высших учебных заведений, научных работников, студентов, тренеров, спортсменов.

Материалы представлены в авторской редакции.

Составители: Тарасова Е.В., Гибадуллин М.Р., Емельянова Ю.Н., Газнанова В.М., Корзун Д.Л., Коновалова Л.А., Ахатов А.М., Земленухин И.А., Бровкин А.П.

Под общей редакцией проректора по научной работе и международной деятельности ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», к.б.н., доцента Назаренко А.С.

УДК 796/799
ББК 75.14

© ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У БОРЦОВ

*Воложанина А.С.
 студент 20103 гр.*

*Научный руководитель – старший преподаватель Земленухин И.А.
 Поволжский государственный университет
 физической культуры, спорта и туризма
 Казань, Россия*

Актуальность. Любой вид спорта характеризуется стремлением спортсменов к победе и наивысшему результату. Это объясняет наличие агрессии во время соревновательного и тренировочного процесса. Однако есть несколько видов проявления агрессии, и не каждое проявление считается отрицательным. Так, агрессия может быть защитным механизмом или мобилизирующим фактором для решения поставленной задачи [3]. Также степень проявления агрессии связана с уровнем контактности в определенном виде спорта и биологическим полом занимающихся. Однако следует отличать биологический пол от гендера. Биологический пол всегда неизменим – то есть человек рождается или мужчиной, или женщиной. Гендером сегодня принято считать социокультурный пол, который создан самим обществом и имеющий характеристики, относящиеся к маскулинности и фемининности. Гендер формируется в процессе развития человека, приобретая свойственные только ему черты через систему воспитания, традиции, этические нормы. Поэтому гендер имеет тенденцию изменения и развития вместе с обществом, и, соответственно, ориентируется на уровень культуры конкретного общества, в котором он формируется [2]. Это противоречит мнению Владимира Константиновича Сафонова о том, что девушкам в спорте более свойственна обидчивость и не свойственна физическая агрессия, мужчинам не свойственна обидчивость и свойственна физическая агрессия [1], поскольку мужчина может иметь фемининные черты, а женщина – маскулинные. В таких условиях повышается интерес к вопросу гендерных особенностей проявления агрессии.

Цель исследования – выявить взаимосвязь между проявлением агрессии и гендерными особенностями

Результаты исследования и их обсуждение. В исследовании приняли участие 10 юношей и 10 девушек борцов, возрастом от 16 до 20 лет, со спортивной квалификацией от 1 взрослого разряда до мастера спорта. В ходе исследования были проведен восьмифакторный личностный опросник Спилбергера, а также вопросник Сандры Бэм по определению маскулинных-фемининных черт. Для интерпретации результатов исследования выбран метод математического статистического анализа непараметрических данных (корреляция). Тестирование проводилось в онлайн-форме. Результаты тестирования обработаны и представлены в форме таблицы.

Таблица 1 – Результаты опросника Сандры Бэм

Тип/Пол	Женщины	Мужчины
Маскулинность	1 (100%)	5 (50%)
Фемининность	2 (20%)	1 (10%)
Андрогинность	7 (70%)	4 (40%)

По результатам проведенного тестирования Сандры Бэм можно сделать вывод, что у женщин (70%) преобладают андрогинные черты: независимость, интуиция, эмоциональность, сила, любовь к детям, ориентированность на цель. У мужчин 50% обладают маскулинными чертами – рациональность, холодность, активность, социальное признание. Чуть меньшее число мужчин (40%) обладают андрогинными чертами: общительность, активность, рациональность, любовь к детям, уверенность, чувство заботы.

Таблица 2 – Результаты опросника Спилбергера

Состояние	Показатель	Женщины	Мужчины
Реактивные состояния	Агрессия	10	11
	Тревога	18	10
	Депрессия	10	10
Черты характера	Агрессивность	14	22
	Тревожность	14	10
	Депрессивность	14	10

Таким образом, уровень агрессии и депрессии на момент исследования минимальный и равный как у женщин, так и у мужчин. Однако по результатам опросника женщины чаще переживают состояние тревоги, в отличие от мужчин. Также агрессивность как черта характера наиболее сильно проявляется у мужчин, а такие черты характера как тревожность и депрессивность находятся на низком уровне, но больше проявляются у женщин.

Выводы. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод, что в исследуемой группе спортсменов с феминными чертами 15%, спортсменов с маскулинными чертами 30%, спортсменов с андрогинными чертами 55%. Это связано с современными тенденциями общества, а также с влиянием спортивной тренировки на психическое развитие человека. Однако результаты опросника Спилбергера показывают, что биологический пол проявляет свойственные ему качества и черты. Результаты проведенных опросников были интерпретированы и показали, что между гендером и проявлением агрессии отсутствуют корреляционные связи, а коэффициент корреляции равен 0. Это может свидетельствовать о том, что опросник Спилбергера не валидный и не подходит для данного исследования.

Список литературы

1. Сафонов, В.К. Проявления агрессии в поведении спортсменов и неспортсменов / В.К. Сафонов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2012. – №12. – С. 202-208.
2. Ворожбитова А.Л. Гендер в спортивной деятельности: Учебное пособие. – М: Флинта, 2010. – 216 с.
3. Корж, Е.М. Психологические проблемы развития и воспитания детей в современной семье / Е.М. Корж, В.В. Пикунова, А.Л. Третьякова // Психолого-педагогические проблемы современного образования: пути и способы их решения: Сб. матер. IV Междунар. науч.-практ. конф. Москва – 2021. – С. 223-232.
4. Коновалов, И.Е. Психологические аспекты спортивной подготовки борцов на поясах с использованием вариативных средств тренировки / И.Е. Коновалов, Г.Б. Сулейманов, Ю.В. Болтиков, О.Б. Соломахин, С.А. Елисеев // Теория и практика физической культуры. 2021. № 4. С. 20-22.
5. Основы самообороны: учебно-методическое пособие / Н.А. Абрамов, Ю.В. Болтиков. – Изд. 2-е, доп. – Казань: Центр инновационных технологий, 2020. – 112 с.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА ПРОГИБОМ ЧЕРЕЗ ГРУДЬ БОРЦАМИ

Габдуллина Р.Р., Воложанина А.С.
 студенты 20103гр.

Научный руководитель – старший преподаватель Ахатов А.М.
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма
Казань, Россия

Актуальность. На современном этапе соревновательная деятельность борцов на поясах присуще более высокая динамичность и темп схваток. Высшим критерием в определении спортивного мастерства спортсмена служит его разносторонняя и результативная техника. Только благодаря разносторонней технической подготовленности борец на поясах может добиться высоких спортивных результатов. Поэтому важно в совершенстве владеть всеми основными приемами, а также защитами от них и контрприемами, уметь увязывать действие в комбинацию. Разносторонняя техническая подготовка борца – одно из важнейших требований для современной борьбы.

Техническая подготовка представляет собой системообразующую основу в спортивной подготовке борцов на поясах с целью формирования и совершенствования значительного арсенала двигательных действий в проведении поединка с соперниками. В решении данной задачи особая роль отводится начальному обучению техники юных борцов.

Техника спортивной борьбы на поясах очень разнообразна и насыщена большим количеством приемов и формирование двигательного навыка на этапе начальной подготовки очень важно. Поэтому техническая подготовка в борьбе на поясах должна начинаться с обучения базовой технике приемов борьбы, постепенно переходя в обучение технико-тактическим умениям и, далее, к тактике борьбы в целом.

Цель исследования – оценить технику выполнения броска прогибом через грудь борцами начальной подготовки.

Результаты исследования и их обсуждение. В исследовании приняли участие 12 юношей возрастом от 11 до 12 лет, обучающиеся на этапе начальной подготовки. В ходе исследования был проведен педагогический эксперимент, в ходе которого была оценена техника выполнения броска прогибом через грудь. Для оценки выполнения бросков по элементам техники был выбран метод экспертной оценки. Техника броска прогибом через грудь была разбита на последовательные элементы: стойка, зашагивание, отрыв от ковра, прогиб назад, завершение броска. Экспертная оценка оценивалась от 0,5 до 1 балла. 1 балл присуждался при правильном выполнении элемента, 0,5 балла – при допущении борцами одной или более ошибок.

Оценку техники выполнения проводили тренеры по борьбе на поясах «Дворца единоборств «Ак Барс» в количестве трех человек. Результаты тестирования были обработаны и представлены в форме таблицы.

Таблица 2 – Средняя оценка элементов броска

Элемент	Средняя оценка
Стойка	0,91
Зашагивание	0,83
Отрыв от ковра	0,79
Прогиб назад	0,95
Завершение броска	0,79

По результатам проведенной оценки выполнения приема можно сделать вывод, что прием бросок прогибом через грудь достаточно изучен исследуемыми спортсменами.

Наиболее высокую оценку получили такие элементы броска, как прогиб назад (0,95 б.) и стойка (0,91 б.). Такой элемент, как зашагивание был оценен в среднем на 0,83 балла. Наиболее низкие показатели показали такие элементы, как отрыв от ковра (0,79 б.) и завершение броска (0,79 б.). Анализируя технику выполнения броска прогибом через грудь и результаты экспертного оценивания можно отметить, что ошибки, допускаемые исследуемыми спортсменами, однообразны и характерны для данной группы подготовки. Основные допускаемые ошибки при выполнении броска прогибом через грудь спортсменами начальной группы подготовки:

- неподготовка соперника к броску (соперник не выводится в удобную для броска стойку);
- при зашагивании нога ставится слишком глубоко или недостаточно близко к ногам соперника;
- при отрыве от ковра нет “затягивания” соперника руками, локти не поднимаются;
- при отрыве от ковра отсутствует подбив соперника;
- при отрыве упор ставится на одну ногу;
- при завершении броска совершается роспуск захвата;
- при завершении броска нет фиксации соперника.

Выводы. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод, что в исследуемой группе спортсменов начальной подготовки прием бросок прогибом через грудь достаточно изучен. Найденные ошибки в технике проведения приема типичны и характерны для исследуемых спортсменов данной группы и возраста. На основе проведенного экспертного оценивания в тренировочном процессе следует сделать акцент на неточности выполнения приема и скорректировать методику обучения.

Список литературы

1. Цандыков, В.Э. Педагогическая оценка техники выполнения броска прогибом борцами различной квалификации, специализирующимися в калмыцкой национальной борьбе, после проведения учебно-тренировочного занятия / В.Э.Цандыков. – Текст : электронный // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2009. – № 7. – С. 150-154 // eLIBRARY : научная электронная библиотека.– URL:<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21140360> (дата обращения: 04.03.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Ахметова, Р. К. Методы и средства тренировки в группе начальной подготовки борцов / Р. К. Ахметова, С. С. Жумагамбетов. – Текст : электронный // Материалы научно-практической конференции «Инновационные процессы в современной науке». – Нефтекамск : Научно-издательский центр «Мир науки», 2021. – С. 151-155 // eLIBRARY : научная электронная библиотека. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45647329> (дата обращения: 21.02.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Борьба на поясах : программа спортивной подготовки для детско- юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Р. Ф. Гайнанов, И. Д. Свищев, Х. А. Аюпов, А. А. Валемеев. – Москва : Советский спорт, 2008. – 112 с. – ISBN 978-5-9984-0095-7 : 50. – Текст : непосредственный.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У БОРЦОВ С РАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИЕЙ

Фахретдинова А.Ю., Воложанина А.С.

студенты 20103гр.

Научный руководитель – к.п.н., доцент Сулейманов Г.Б.

Поволжский государственный университет

физической культуры, спорта и туризма

Казань, Россия

Актуальность. По мнению А.Л. Железнова, в условиях ожесточенной конкуренции в единоборствах большое значение уделяется психологической подготовке спортсменов, которая постоянно нуждается в совершенствовании, также как изменяется сам спорт и его содержание.

От спортсменов требуется не только показать высокие спортивные результаты, но и мобилизовать свои внутренние психологические ресурсы: волю, мотивацию, эмоциональную уравновешенность [3].

Проявление агрессии в спортивной деятельности напрямую связано не только с индивидуально – личностными особенностями спортсменами, но и с видом спорта. Формирование личности спортсмена зависит от многих факторов, одним из которых выступает агрессивность [1, 2].

Однако существует несколько видов проявления агрессии. Например, физическая агрессия направлена на использование физической силы против другого лица. Косвенная агрессия направлена на другое лицо и проявляется в крике, топании ногами, битье кулаками по столу. Вербальная агрессия заключается как в использовании словесных ответов, таких как угроза, ругань или проклятие, так и использовании крика и визга. Также к видам проявления агрессии относятся обида, раздражительность и подозрительность.

Следует понимать, что строгие правила спортивных состязаний не предусматривают или ограничивают проявление открытой агрессии по отношению к сопернику, а также причинение ему вреда и увечий. Поэтому необходимо понимать, что существует две формы проявления агрессии. Целевая форма проявления агрессии подразумевает использование агрессии для нанесения вреда или какого либо ущерба. Инструментальная форма агрессии необходима для достижения поставленных целей и не несет в себе цели нанесения ущерба.

Цель исследования – определить особенности проявления агрессии у борцов с разной спортивной квалификацией.

Результаты исследования и их обсуждение. В исследовании приняли участие 15 борцов, возрастом от 16 до 21 года, со спортивной квалификацией от 1 взрослого разряда до мастера спорта. В ходе исследования был проведен опросник Басса и Дарки на определение агрессивности и враждебности. Также было проведено анкетирование исследуемых спортсменов. Тестирование проводилось в онлайн-форме. Результаты тестирования обработаны и представлены в форме таблицы.

Таблица 1 – Результаты опросника Басса и Дарки

Проявление агрессии	1 разряд	КМС	МС
Физическая агрессия	6	5	4
Косвенная агрессия	4	4	4
Раздражительность	5	4	2
Вербальная агрессия	4	4	4
Обида	2	2	2
Подозрительность	4	3	2
Негативизм	4	4	2
Чувство вины	0	2	3

Показатели 0-2 свидетельствуют о низком уровне, 3-4 – среднем, 5-6 – повышенный уровень, 7– высокий, 8-10 – очень высокий уровень.

Выводы. По результатам проведенного исследования можно сделать вывод, что все виды проявления агрессии имеют место быть, однако проявляются в разной степени не только у разной возрастной категории, но и у спортсменов разной спортивной квалификации. Так, постепенный переход с 1 разряда до МС сопровождается стабилизацией жизненных ценностей и собственной позицией. По результатам проведенного тестирования можно сделать следующие выводы:

- уровень физической агрессии уменьшается по мере возрастания спортивной квалификации;
- уровень косвенной агрессии не изменяется при смене спортивной квалификации;
- показатель раздражительности уменьшается по мере возрастания спортивной квалификации;
- вербальная агрессия не изменяется при смене спортивной квалификации;
- показатель обиды не изменяется при смене спортивной квалификации;
- показатель подозрительности уменьшается по мере возрастания спортивной квалификации;
- показатель негативизма равный у спортсменов 1 разряда и КМС, но уменьшается у спортсменов со спортивной квалификацией МС;
- показатель чувства вины возрастает по мере возрастания спортивной квалификации.

Список литературы

1. Сафонов, В.К. Агрессия в спорте: монография / В.К. Сафонов . – СПб.: Психологические дисциплины, 2003. – 159 с.
2. Серебренникова, Н.А. Мнение ведущих тренеров Республики Татарстан игровых видах спорта по вопросам влияния различных факторов, вызывающих проявление агрессии и эмоционального выгорания в игровых видах спорта / Н.А. Серебренникова, Р.К. Бикмухаметов // Физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам: материалы Всероссийской научно–практической конференции с международным участием, посвященной памяти доктора биол. наук, профессора А.С. Чинкина. – Казань, 2017. – С. 226-229.
3. Основы самообороны: учебно-методическое пособие / Н.А. Абрамов, Ю.В. Болтиков. -Изд. 2-е, доп. – Казань: Центр инновационных технологий, 2020. – 112 с.
4. Соломахин О.Б. Особенности отношения тренеров к психологической подготовке в боксе/ О.Б. Соломахин, Д.В. Мамонов, Ф.А. Мавлиев, А.В. Барейчев, А.В. Макейчев, Л.М. Ахметгалеев //Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 4 (206). – С. 579-583.

Черных В.А. БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ СЛОЖНЫХ БАЛАНСОВЫХ ЭЛЕМЕНТОВ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ	546
Чугунова П.А. СРЕДСТВА ПРОГРАММИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТУ СОТРУДНИЧЕСТВА В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ С МЯЧАМИ.....	549
Шперлинг А.С. СРЕДСТВА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОПОРНЫХ ПРЫЖКОВ ВТОРОЙ СТРУКТУРНОЙ ГРУППЫ В ЖЕНСКОЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ	552
Секция 11. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ.....	554
Абрамов А.М. ВЛИЯНИЕ МЕТОДИКИ НА РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОРЦОВ НА ПОЯСАХ.....	555
Алимбеков И.Р. РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У КАРАТИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ	557
Бегишев А.А., Земленухин И.А. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ 10-12 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБОЙ.....	560
Васильев Т.А., Сулейманов Г.Б. ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ	563
Воложанина А.С. ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У БОРЦОВ	565
Габдуллина Р.Р., Воложанина А.С. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКА ПРОГИБОМ ЧЕРЕЗ ГРУДЬ БОРЦАМИ	567
Габуров Р.Р. АКТУАЛИЗАЦИЯ УЧЕТА ОСОБЕННОСТЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ ПРИ ПОСТРОЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПРОЦЕССЕ ПРОПЕДЕВТИКИ К ЗАЧИСЛЕНИЮ НА ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ДЗЮДО	569
Галимова А.А., Зиннатнуров А.З. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ РЕАКЦИИ БОКСЕРОВ 14-15 ЛЕТ.....	571
Гараева А.Р., Каплев А.А. ОСНОВЫ САМООБОРОНЫ, КАК ОДИН ИЗ ВАЖНЕЙШИХ РАЗДЕЛОВ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ШКОЛЕ.....	574

Гималетдинова А.И. ИЗУЧЕНИЕ ПЕРСПЕКТИВНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОК В ВОДНОЙ СРЕДЕ В РАМКАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ДЗЮДОИСТОВ	576
Гирфанова А.И., Косулина В.В. РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ БОРЦОВ СРЕДСТВАМИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ	579
Дамбаев А.Д., Косулина В.В. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ГИБКОСТИ САМБИСТОВ 18-20 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ СТРЕТЧИНГА.....	582
Данелян М.К. К ПРОБЛЕМЕ МОДЕРНИЗАЦИИ КЛАССИФИКАЦИОННЫХ ПРИЗНАКОВ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В СОВРЕМЕННОМ ДЗЮДО	586
Демидова В.Д., Каплев А.А. ОТНОШЕНИЕ ТРЕНЕРОВ К СКОРОСТНЫМ СПОСОБНОСТЯМ В ТХЭКВОНДО.....	589
Джафаров Т.Р., Барейчев А.В. МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БОКСЕРОВ 15-16 ЛЕТ	593
Дурников Д.С., Барейчев А.В. РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ БОКСЕРОВ 13-14 ЛЕТ	596
Зиганшин Р.Р. ОБУЧЕНИЕ БРОСКУ «БОКОВАЯ ПОДСЕЧКА ПОД ВЫСТАВЛЕННУЮ НОГУ» В ДЗЮДО НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	600
Иванова А.Г. ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БОКСЕРОВ 13-15 ЛЕТ В АСПЕКТЕ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО И ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	604
Имангулова К.Д., Косулина В.В. РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ И УСТОЙЧИВОСТИ ЮНОШЕЙ 9-10 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ УШУ.....	608
Камалетдинов А.А., Рахимов Э.И. ОТНОШЕНИЕ ТХЭКВОНДИСТОВ К ИЗМЕНЕНИЮ ПРАВИЛ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ТХЭКВОНДО (ВТФ) ОТ 2022 ГОДА	610
Кашеева М.К., Зиннатнуров А.З. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИЛЫ РУК ДЗЮДОИСТОВ 18-21 ГОДА	614
Козлова А.В., Сулейманов Г.Б. ПОСТРОЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА С УЧЕТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА В ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ	618

Кротюк А.Т. АКТУАЛИЗАЦИЯ ИЗМЕНЕНИЙ В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ БОРЦОВ В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ НОВОГО СПОРТИВНОГО СТАНДАРТА	621
Латипов Т.Р., Сулейманов Г.Б. ВЛИЯНИЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ НА СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС БОРЦОВ НА ПОЯСАХ	624
Марьянов К.И., Зарипов А.А. СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ДЗЮДОИСТОВ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА.....	626
Мифтахов А.И. МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ 15-17 ЛЕТ	629
Нурутдинова Р.И. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПО БОРЬБЕ НА ПОЯСАХ ЮНИОРОВ 18-20 ЛЕТ	632
Рустамов Р.А., Мугаллимов С.М. СПЕЦИАЛЬНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ 13-14 ЛЕТ	634
Сайтов В.И. РАЗВИТИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У БОРЦОВ НА ПОЯСАХ 15-16 ЛЕТ	637
Салимова А.А. ВЛИЯНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УДАРА ДОЛЛИО-ЧАГИ И СИЛЫ УДАРА В ТХЭКВОНДО.....	640
Фахретдинова А.Ю., Воложанина А.С. ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У БОРЦОВ С РАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИЕЙ.....	643
Хайруллина В.В., Мугаллимов С.М. СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ БОРЦОВ 15-17 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ	645
Шаромов К.Э., Зиннатнуров А.З. ВЫСОКОИНТЕНСИВНАЯ ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ БОКСЕРОВ.....	648



КАЗАНЬ 2023