

Полякова Т.Д., Елисеева М.Ф., Бурковская Н.А. Итоги научно-исследовательской работы в Белорусском государственном университете физической культуры за 2006-2010 годы ...3

I. СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТОЙ, ПРОГНОЗ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА, ПОДГОТОВКА КАДРОВ, СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ...29

Буйко Т.Н. Телесность как понятие постклассической философии и постнеклассической науки в контексте спортивной педагогики ...29

Данилович В.А. Методологическая компетентность исследователей в сфере физической культуры и спорта на этапе обучения в аспирантуре ...37

Заколотная Е.Е. Метафоры и символы в языке спортивной деятельности ...45

Зубко Т.В. Сущность управления развитием оздоровительно-образовательной среды в системе дополнительного образования взрослых ...53

Леонов В.В. Совершенствование профессионально- прикладной физической подготовки в учреждениях образования МВД Республики Беларусь с использованием комплексной многофункциональной полосы препятствий ...60

Марищук Л.В., Голодок Т.М. К вопросу о профессиональном самосознании студентов-спортсменов...70

Полищук И.В. Дидактическая модель учебно-информационного комплекса для самостоятельной работы студентов-заочников БГУФК по дисциплине «Педагогика» ...85

Романова О.В. Организация и методы исследования профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов (факультетов) туристского профиля ...93

II. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ И СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА...99

Абрамович И.Р., Лысак Н.Н. Диагностика тактического мышления юных теннисистов ...99

Белая Т.О. Психолого-педагогическая подготовка спортсменов-конников ...107

Боровая В.А., Нарскин Г.И., Врублевский Е.П. Формирование оптимальных значений параметров координационной структуры соревновательного упражнения у метателей копья ...117

Ворон А.В. Биомеханические особенности техники опорной части прыжка с шестом ...124

Ворон А.В. Проблемы освоения сложнокоординационных двигательных действий ...132

Воронович Ю.В., Лавшук Д.А. Методика организации промера тяжелоатлетических упражнений по материалам видеосъемки ...142

Иванченко А.Е. Предпосылки использования бильярда для повышения целевой точности баскетболистов ...151

Листопад И.В. Взаимосвязь результатов специального тестирования физической работоспособности лыжников- гонщиков в подготовительном периоде с результатами, показанными в соревнованиях ...160

Позюбанов Э.П., Сотский Н.Б. Моделирование подготовительной фазы финального разгона в метании копья ...167

Шаров А.В., Юшкевич Т.П. Принцип индивидуализации как проблема теории и методики спортивной тренировки ...176

III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ, РЕАБИЛИТАЦИЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ...189

Габрукович М.С. Обоснование необходимости изучения особенностей исходного вегетативного тонуса у детей при построении занятий физической культуры ...189

Зимницкая Р.Э., Квятковская Н.А. Методика повышения общей выносливости у студенток нефизкультурных вузов ...196

Зиновчик А.Л. Опыт организации физкультурно- оздоровительной и спортивной работы специализированных объединений для лиц с ограниченными возможностями на примере клуба «Шанс» г. Бреста ... 204

Зиновчик А.Л. Оценка функционального состояния организма и уровня физической подготовленности лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата ... 216

Иванова М.В. Динамика показателей социально-бытовой деятельности детей с особенностями психофизического развития ... 227

Ляхович Я.В. Физическое развитие детей младшего школьного возраста с легкой степенью интеллектуальной недостаточности ... 234

Полякова Т.Д., Лазим Намир Ю. Опыт применения биомеханической стимуляции в спортивной и реабилитационной практике в Республике Беларусь ... 240

Попова Г.В., Кобринский М.Е., Парамонова Н.А. Стабилотренинг как средство коррекции координационных способностей лиц, перенесших ампутацию голени ... 248

Шукан С.В. Профессионально значимые физические качества сотрудника милиции ... 253

IV. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ... 260

Загоровская Л.Н. Динамика антропометрических показателей студенток различного соматотипа, занимающихся аэробикой ... 260

Комар Е.Б. Характеристика методов и организации исследования морфометрических показателей миокарда сердца легкоатлетов ... 269

Лойко Т.В., Приходько В.И. Оценка состояния механизмов вегетативной регуляции сердечной деятельности у юных спринтеров ... 277

Михеев А.А., Зубовский Д.К., Рамза А.Г., Михеев Н.А. Изучение гормонального статуса спортсменов под влиянием вибрационной тренировки в сочетании с общей магнитотерапией ... 284

Требования к статьям, предъявляемым в сборник рецензируемых научных трудов «Ученые записки» ... 290

ИТОГИ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В БЕЛОРУССКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЗА 2006–2010 ГОДЫ Т.Д. Полякова, д-р пед. наук, профессор, М.Ф. Елисеева, Н.А. Бурковская, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье представлены результаты научной деятельности сотрудников университета; итоги выполнения 5-летнего плана научно-исследовательской работы, проведения международных научных мероприятий, межотраслевое сотрудничество, результаты научно-исследовательской работы студентов, представлена подготовка научных кадров высшей квалификации, результаты деятельности совета по защите диссертаций, опыт внедрения системы менеджмента качества в аспекты научной деятельности и подготовку научных кадров.

The following information concerning the university research work is presented in the article: the results of the research 5-year plan realization, and international scientific meetings holding, inter-branch cooperation, students' research results, scientific specialists of higher qualification training, activities of the Dissertation Defense Council, results of the quality management system introduction into different aspects of scientific activities and research workers training.

І. СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТОЙ, ПРОГНОЗ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА, ПОДГОТОВКА КАДРОВ, СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

ТЕЛЕСНОСТЬ КАК ПОНЯТИЕ ПОСТКЛАССИЧЕСКОЙ ФИЛОСОФИИ И ПОСТНЕКЛАССИЧЕСКОЙ НАУКИ В КОНТЕКСТЕ СПОРТИВНОЙ ПЕДАГОГИКИ Т.Н. Буйко, д-р филос. наук, доцент, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье обосновывается тезис о том, что человеческая телесность, понятие которой разработано в постклассической философии, все более осмысливается сегодня не только как ценность культуры, но и как гуманистический ориентир в научном исследовании сложных человекообразных объектов, т. е. в постнеклассической науке. Автор делает вывод, что теория физического воспитания и практика спортивной педагогики являются именно теми сферами, где принципы и установки постнеклассической рациональности могут и должны реализовываться уже сегодня. Этобудетспособствоватьповышениюзначенияпрофессиииспортивногопедагога.

The thesis concerning human corporeality, the concept of which was worked out in postclassical philosophy, nowadays is more and more interpreted not only as a cultural value but as a humanistic guideline in a scientific research of complex human-sized objects that is in postnon-classical science, is substantiated in the article. The author comes to the conclusion that the theory of physical education and sports pedagogy practice are the spheres where the principles and aims of postnon-classical

rationality are still able and must be realized at present. This will promote the significance of the profession of a sports educator.

МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ В АСПИРАНТУРЕ В.А. Данилович, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье раскрывается понятие методологической компетентности исследователя (аспиранта) в сфере физической культуры и спорта: устанавливается взаимосвязь эффективности работы аспирантуры и различных систем подготовки исследователей, приводится обзор литературы по теме исследования, содержатся экспериментальные данные, раскрывающие структуру и содержание данного понятия, представлена специфика методологии для названной сферы.

The notion of a researcher's (a postgraduate student) methodological competence in the sphere of physical culture and sport is considered in the article: the correlation between a postgraduate course functioning and different training systems of researchers is determined, literature survey on the research issue is presented, experimental data disclosing the structure and the content of the given notion are comprised, a specific character of the methodology of the titled sphere is presented.

МЕТАФОРЫ И СИМВОЛЫ В ЯЗЫКЕ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Е.Е. Заколodная, канд. пед. наук, доцент, Белорусский государственный университет физической культуры

Искусственное содержание культуры часто представлено символическим уровнем. В сфере физической культуры и спорта сложилась своя субкультура, в которой существуют специфические нормы, статусы, роли, традиции, обычаи, ритуалы, правила поведения, а также собственный метафорический и символический язык. Емкий, четко выражающий главную мысль метафорический и символический язык, составляющий ядро деятельности в сфере физической культуры и спорта, способствует экономному, практичному и творческому использованию слова для решения задач учебно-тренировочного и воспитательного процессов в спортивной деятельности.

An artificial content of a culture is often represented by a symbolic level. A special subculture with specific norms, status, roles, traditions, customs, rituals, rules of conduct alongside with metaphoric and symbolic language of its own was formed in the sphere of physical culture and sport. Capacious, clearly expressing the main thought metaphoric and symbolic language which is the core of the activities in the sphere of physical culture and sport, favours economic, efficient, and creative use of a word to solve the problems of educational and training processes in sports activities.

СУЩНОСТЬ УПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЕМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЗРОСЛЫХ Т.В. Зубко, Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка

В статье обосновывается актуальность изучения управления развитием оздоровительно-образовательной среды в системе дополнительного образования взрослых. Выделяются особенности восприятия среды субъектами образования. Сформулированы содержательные

характеристики оздоровительно-образовательной среды. Определены основные позиции изучения управления как основного фактора развития оздоровительно-образовательной среды. Представлены деятельностный, функциональный, процессуальный и стимулирующий блоки управления развитием оздоровительно-образовательной среды в системе дополнительного образования взрослых.

In the article the actuality of the management study of a health-improving and educational environment in the system of additional education of adults is substantiated. Some special features of environment perception by individuals are marked out. The substantial specifications of a health-improving and educational environment are formulated. The components of management study as the main factor for health-improving and educational environment development are defined. The activity, functional, procedural, and the challenging components for management of health-improving and educational environment in the system of additional education for adults are presented.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КОМПЛЕКСНОЙ МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ В.В. Леонов, канд. пед. наук, доцент, Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь

Координационная подготовка до сих пор остается наименее разработанным разделом профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) сотрудников органов внутренних дел (ОВД). В статье обосновываются возможности совершенствования координационной подготовленности курсантов учреждений образования Министерства внутренних дел с использованием комплексной многофункциональной полосы препятствий.

Coordination training is still the least developed section in professional and applied physical training (PaAPhT) of officers serving in the Organs of Internal Affairs (OIA). The resources of coordination training improvement of students of an educational institution of the Ministry of Internal Affairs with application of a complex multifunctional obstacle course are substantiated in the article.

К ВОПРОСУ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМОСОЗНАНИИ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ Л.В. Марищук, д-р психол. наук, профессор, Белорусский государственный университет физической культуры, Т.М. Голодок, Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка

Анализируется проблема самосознания и профессионального самосознания, приведены некоторые результаты исследования профессионального самосознания студентов-спортсменов в сопоставлении со студентами-психологами, профессиональное самосознание которых оказалось менее сформированным.

The problems of self-consciousness and professional self-consciousness are analyzed; some research findings concerning professional self-consciousness of students-athletes in comparison with students-psychologists whose professional self-consciousness proved less developed are cited.

ДИДАКТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННОГО КОМПЛЕКСА ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ- ЗАОЧНИКОВ БГУФК ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПЕДАГОГИКА» И.В. Полищук, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье дана характеристика структурным компонентам учебно-информационного комплекса по педагогике для студентов заочной формы обучения; представлены подходы, принципы, требования к конструированию, функции реализации. Разработанная дидактическая модель учебно-информационного комплекса способствует повышению эффективности самостоятельной работы будущих преподавателей физической культуры в межсессионный период.

The structural components of education-information complex on Pedagogics for correspondence students are characterized in the article; the approaches, principles, and demands for their construction, and realization functions are presented. The developed didactic model of an education-informational complex favours the raise of efficiency of work without assistance of the future instructors on physical culture in an inter-session period.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ (ФАКУЛЬТЕТОВ) ТУРИСТСКОГО ПРОФИЛЯ О.В. Романова, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье описываются организация и методы исследования по проблеме профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по специальности 1–89 01 01 «Туризм и гостеприимство». Исследование организовано в три этапа (теоретико-поисковый, аналитико-экспериментальный, заключительно-оценочный).

Organization and research methods used in connection with professional and applied physical training of students studying on specialty 1–89 01 01 “Tourism and Hospitality” are described in the article. The research work is realized in three stages (theory-searching, analytic-experimental, and final-evaluative stages).

II. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ И СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

ДИАГНОСТИКА ТАКТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ И.Р. Абрамович, канд. психол. наук, доцент, Н.Н. Лысак, Белорусский государственный университет физической культуры

Успех игры в теннис зависит от многих факторов, в том числе и от уровня развития тактического мышления спортсмена. Ранняя диагностика тактического мышления позволяет своевременно выявлять недостатки в его развитии и совершенствовать тактическую подготовку юных теннисистов при помощи специальных заданий. В статье представлена методика диагностики тактического мышления теннисистов в возрасте 7–8 лет, смоделированная в виде компьютерной игры с тремя уровнями сложности.

The success in tennis depends on many factors including a level of an athlete’s tactic thinking. Early diagnosis of tactic thinking allows to reveal timely the drawbacks in its development and to improve tactic training of young tennis players by setting special tasks. A method of tactic thinking diagnosis in 7–

8 year old tennis players modeled in the form of a computer game with three levels of complexity is presented in the article.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ-КОННИКОВ Т.О. Белая, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье рассматриваются основные направления психолого-педагогической подготовки спортсменов-конников, а также роль тренера в процессе подготовки высококвалифицированных спортсменов.

The general directions of psychoeducational training of sports riders and the coach's role in the process of top-class athletes training are discussed in the article.

ФОРМИРОВАНИЕ ОПТИМАЛЬНЫХ ЗНАЧЕНИЙ ПАРАМЕТРОВ КООРДИНАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ У МЕТАТЕЛЕЙ КОПЬЯ В.А. Боровая, Г.И. Нарский, д-р пед. наук, профессор, Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины, Е.П. Врублевский, д-р пед. наук, профессор, Полесский государственный университет

В статье представлен методологический алгоритм разработки программы технического совершенствования квалифицированных легкоатлетов. Результаты исследования позволяют вносить коррекцию в биомеханическую структуру движений копьеметателей и в содержание специализированной подготовки в зависимости от текущих задач и показателей подготовленности.

A methodological algorithm of a program development for technical improvement of skilled track-and field athletes is presented in the article. The research results make it possible to adjust the biomechanical structure of javelin-throwers' movements and the content of specialized training to the current requirements and indices of their preparedness.

БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ ОПОРНОЙ ЧАСТИ ПРЫЖКА С ШЕСТОМ Ворон А.В., канд. пед. наук, Белорусский государственный университет физической культуры

Проведенный анализ биомеханических параметров техники опорной части прыжка с шестом позволяет утверждать, что повышение эффективности движений спортсменов в этой части прыжка возможно на основе оптимизации времени проявления усилий, выбора способа их реализации и увеличения динамических показателей движений.

The analysis of biomechanical parameters of the technique of the supporting part in pole-vault allows to state that enhancement of athletes' movement efficiency in this part of a jump is possible on the base of optimization of the moment of one's efforts application, their realization mode, and raise of movements dynamic characteristics.

ПРОБЛЕМЫ ОСВОЕНИЯ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ Ворон А.В., канд. пед. наук, Белорусский государственный университет физической культуры

При обучении сложнокоординационным двигательным действиям подражание эталонным внешним формам спортивного упражнения не эффективно для решения задач формирования внутреннего содержания движений. В то же время очевидно, что внешние формы движений являются следствием изменений их внутреннего содержания. При этом существует много методических приемов и правил освоения сложнокоординационных двигательных действий, среди которых нами рекомендуются к использованию те, которые позволяют с первых попыток выполнить разучиваемое упражнение технически правильно.

Imitation of standard exterior forms of a sports exercise in the process of complex coordination motor actions training is not efficient in solving the problem of formation of an inner content of a motion. At the same time it is obvious that outer forms of a motion are the result of their inner content modifications. There are a lot of teaching techniques and rules of complex coordination motor actions mastering among which we recommend those ones which allow technically correct learning of an exercise from the first attempt.

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ПРОМЕРА ТЯЖЕЛОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ПО МАТЕРИАЛАМ ВИДЕОСЪЕМКИ Ю.В. Воронович, Могилевский высший колледж Министерства внутренних дел Республики Беларусь, Д.А. Лавшук, канд. пед. наук, Могилевский государственный университет им. А.А. Кулешова

В статье изложены основы биомеханического анализа техники соревновательных упражнений в тяжелой атлетике по данным видеосъемки. Описаны этапы выполнения компьютерного промера упражнений. Приведена кинематическая схема шестизвенной модели опорно-двигательного аппарата тела человека, которая может использоваться для количественного биомеханического анализа. Подробно описан аналитический расчет наиболее информативных показателей кинематических и динамических характеристик движения.

The principles of biomechanical analysis of competitive exercises technique in weight lifting according to video-recording data are presented in the article. The stages of exercises computer measurement are described. A kinematic scheme of six-sectioned model of a locomotor system of a human body which can be used in quantitative biomechanical analysis is given. A detailed description of analytic calculation of the most informative indices of kinematic and dynamic characteristics of a movement is presented.

ПРЕДПОСЫЛКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ БИЛЬЯРДА ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ЦЕЛЕВОЙ ТОЧНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ А.Е. Иванченко, Белорусский государственный университет физической культуры

Теоретико-библиографический анализ показал, что из года в год применяются одни и те же подходы при воспитании целевой точности в баскетболе. Так, положительный эффект дает многократное повторение бросков с одной неизменяющейся точки прицеливания. В данной статье выявлены предпосылки выполнения упражнений и игры на бильярде на тренировочный эффект, связанный с прямым «переносом» целевой точности 3-очковых и штрафных бросков в баскетболе.

Theoretical and bibliographic analysis demonstrated that year after year the same approaches in developing mark precision in basketball are applied. Thus multiple repetitions of throws from one

unchanged point of taking aim give a positive result. Preconditions of exercises execution and billiards influence on training effect improvement associated with direct "transfer" of 3-points and penalty throws mark precision in basketball are exposed in the article.

ВЗАИМОСВЯЗЬ РЕЗУЛЬТАТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ, ПОКАЗАННЫМИ В СОРЕВНОВАНИЯХ И.В. Листопад, канд. пед. наук, доцент, Заслуженный тренер Республики Беларусь, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье представлены результаты исследований по изучению взаимосвязи между результатами проводимых на различных этапах подготовки педагогических и медико-биологических тестов, контрольных стартов, и результатами выступлений на международных соревнованиях по лыжным гонкам у 8 высококвалифицированных лыжников-гонщиков (МСМК и МС). Выявлена достоверная прямая корреляционная взаимосвязь между результатами тестов и результатами, показанными на международных соревнованиях, а также высокая корреляция соревновательных результатов с параметрами утилизации лактата из периферической крови.

Research results on investigation of relationship between the results of pedagogical and biomedical tests at different training stages, control starts, and results demonstrated at ski International competitions of 8 highly skilled ski-racers (International class masters of sports, masters of sports) are presented in the article. A reliable direct correlation interrelation between the tests results and the ones demonstrated at International competitions, and also a high correlation of competition results with parameters of lactate utilization from peripheral blood have been revealed.

МОДЕЛИРОВАНИЕ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ФАЗЫ ФИНАЛЬНОГО РАЗГОНА В МЕТАНИИ КОПЬЯ Э.П. Позюбанов, канд. пед. наук, доцент, Н.Б. Сотский, канд. пед. наук, доцент, Белорусский государственный университет физической культуры

Предметом настоящей работы стала конструкция одноопорного периода финального разгона в метании копья. Впервые в практике спортивных исследований данный вопрос был рассмотрен на основе использования скоростной видеосъемки и модифицированного варианта метода биомеханического анализа и синтеза физических упражнений. Определены элементы динамической осанки, главные и корректирующие управляющие движения рассматриваемой системы двигательных действий. Данная информация позволяет внести объективные изменения в методику обучения техники метания копья.

The subject of the present work was construction of a single-support period of the final acceleration in javelin throwing. For the first time in the practice of sports research the given problem was considered on the basis of high-speed video filming application and modified method of biomechanical analysis and synthesis of physical exercises. The elements of a dynamic posture, the main and adjusting governing movements of the motor actions system under consideration are defined. This information allows objective alterations in the training technique of javelin throwing.

ПРИНЦИП ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ КАК ПРОБЛЕМА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ А.В. Шаров, канд. пед. наук, доцент, Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина, Т.П. Юшкевич, д-р пед. наук, профессор, Белорусский государственный университет физической культуры

Принцип индивидуализации является одним из основных при построении оптимальной программы подготовки спортсменов. Осуществление системного подхода в области подготовки квалифицированных спортсменов невозможно без применения принципа индивидуализации, обеспечивающего соответствие характера тренировочных воздействий функциональному состоянию спортсмена. Тренировка должна основываться на адекватных методах управления, предусматривающих не только полный мониторинг тренировочных занятий, но и своевременную коррекцию тренировочных нагрузок.

Individualization is one of the main principles in construction of an optimal training program of an athlete. System approach in the sphere of skilled athletes training is impossible without individualization principle application which provides the compliance of the training influence with an athlete's functional state. The training process must be based on adequate methods of management which envisage not only a complete monitoring of training sessions but a timely correction of training loads as well.

III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ, РЕАБИЛИТАЦИЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ИСХОДНОГО ВЕГЕТАТИВНОГО ТОНУСА У ДЕТЕЙ ПРИ ПОСТРОЕНИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ М.С. Габрукович, Белорусский государственный университет физической культуры В статье рассматриваются особенности исходного вегетативного тонуса и ситуативно-личностной тревожности у детей старшего дошкольного периода в возрасте 5–6 лет. Выявлены различия ситуативно-личностной тревожности в зависимости от типа исходного вегетативного тонуса. Обосновывается актуальность дальнейшего изучения вегетативной регуляции при построении занятий физической культурой, направленных на коррекцию физического состояния детей с различным исходным вегетативным тонусом в зависимости от их уровня ситуативно-личностной тревожности.

The peculiarities of the initial vegetative tonus and situational and personality anxiety in children of the late preschool period at the age of 5–6 years old are considered in the article. Differences in situational and personality anxiety depending on the type of the initial vegetative tonus are revealed. The actuality of the further study of vegetative regulation in construction of physical culture activities aimed at correction of physical state of children with different initial vegetative tonus depending on the level of their situational and personality anxiety is substantiated.

МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ ОБЩЕЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СТУДЕНТОК НЕФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ Р.Э. Зимницкая, канд. пед. наук, доцент, Н.А. Квятковская, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье представлена экспериментальная методика повышения общей выносливости у студенток нефизкультурных вузов на основе использования интервального метода тренировки. Результаты проведенных исследований позволяют дифференцировать параметры нагрузок в зависимости от уровня развития выносливости, определяемого с помощью простых информативных тестов.

An experimental method for general endurance enhancing in students (women) of non-sports higher educational institutions on the basis of interval training is presented in the article. The research findings allow differentiating loads parameters depending on the level of endurance development determined by means of simple informative tests.

ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ НА ПРИМЕРЕ КЛУБА «ШАНС» Г. БРЕСТА А.Л. Зиновчик, Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина

В настоящее время наиболее современной и действенной формой, обеспечивающей организацию и развитие физической культуры и спорта лиц с ограниченными возможностями, являются специализированные физкультурно-спортивные клубы. В работе предлагаются направления, критерии и показатели оценки качества физкультурно-оздоровительной и спортивной работы специализированных объединений инвалидов. Подбор необходимых критериев деятельности поможет повысить качество физкультурно-спортивной работы специализированных клубов, правильно оценивать эффективность их работы.

At present the most actual and efficient form of organization and development of physical culture and sport for disabled persons is specialized sports clubs. The direction, criteria, and indices of rehabilitation and sports activities evaluation of specialized associations of disabled persons are presented in the article. Selection of the indispensable criteria of activities will assist in rising the quality of specialized clubs functioning and in proper assessment of their efficiency.

ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА И УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА А.Л. Зиновчик, Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина

В работе представлены основные результаты исследования функционального состояния некоторых систем организма и уровня физической подготовленности лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата в процессе физкультурно-оздоровительных и тренировочных занятий в условиях специализированного клуба. Оценка адаптационных резервов организма лиц с ограниченными возможностями служит обоснованием эффективности физической реабилитации этой категории населения.

The principle research data concerning the functional state of some human organism systems and the level of physical preparedness in persons with locomotor system affection in the process of a fitness and sports training on the base of a specialized club are presented in the article. Evaluation of adaptive reserves of disabled persons proves the efficiency of physical rehabilitation of this population category.

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ М.В. Иванова, Белорусский государственный университет физической культуры

Расширение спектра возможностей к самостоятельной жизнедеятельности детей с интеллектуальной недостаточностью является приоритетной задачей всего коррекционно-развивающего процесса обучения. Вниманию читателя представлены результаты исследования уровня показателей социально-бытовой деятельности учащихся вспомогательной школы. Определены наиболее и наименее чувствительные показатели.

Broadening of children's potentials with intellectual insufficiency for independent life activities is a foreground task of the whole system of correction and development through instruction. Research findings concerning the level of social activities indices of pupils of a subsidiary school are presented to the reader. The most and the least sensitive indices are defined.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЛЕГКОЙ СТЕПЕНЬЮ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ Я.В. Ляхович, Белорусский государственный университет физической культуры В статье представлены данные по оценке физического развития детей с особенностями психофизического развития Волковысской вспомогательной школы-интерната (первое отделение – легкая степень интеллектуальной недостаточности), а также их сравнительная оценка с аналогичными показателями сверстников из общеобразовательной школы. Результаты исследования могут быть использованы в образовательной, коррекционной и воспитательной работе спецшкол, а также для подготовки инструкторов по физической культуре.

Data concerning physical development evaluation of children with psychophysical deviations studying at Volkovysk subsidiary boarding school (the first department – low degree of intellectual deficiency) and their comparative evaluation with analogous indices of other children of their age from a general educational school are presented in the article. The findings can be applied in educational, remedial, and tutorial work at specialized schools, and for physical culture instructors' training as well.

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ БИОМЕХАНИЧЕСКОЙ СТИМУЛЯЦИИ В СПОРТИВНОЙ И РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ ПРАКТИКЕ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ Т.Д. Полякова, д-р пед. наук, профессор, Лазим Намир Ю., Белорусский государственный университет физической культуры

Биомеханическая стимуляция в настоящее время переживает возрождение в спортивных и физиотерапевтических кругах. В данной статье представлен аналитический материал, характеризующий направленность исследований по использованию биомеханической стимуляции в спортивной и реабилитационной практике в Республике Беларусь.

At present biomechanical stimulation experiences its revival in sports and physiotherapeutic areas. An analytic material characterizing a research direction in biomechanical stimulation application in sports and rehabilitation practice in the Republic of Belarus is presented in the article.

СТАБИЛОТРЕНИНГ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЛИЦ, ПЕРЕНЕСШИХ АМПУТАЦИЮ ГОЛЕНИ Г.В. Попова, М.Е. Кобринский, д-р пед. наук, профессор, Белорусский государственный университет физической культуры Н.А. Парамонова, канд. биол. наук, Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта Республики Беларусь

В статье рассматриваются современные подходы к реабилитации инвалидов данной категории на этапе протезирования, применяемые в Белорусском протезно-ортопедическом восстановительном центре. Представлены результаты исследований по изучению особенностей проприоцептивной чувствительности и нарушения равновесия у лиц, перенесших ампутацию голени, проанализировано влияние стабилотренинга на состояние координационных способностей инвалидов данной категории.

Modern approaches to rehabilitation of disabled persons of the indicated category at the stage of prosthetics applied in Belarusian Orthopedic Rehabilitation Centre are considered in the article. Research results concerning the study of peculiarities of proprioceptive sensitivity and imbalance in people after crus amputation are presented. Influence of stabilo-training on coordination abilities of disabled persons of the indicated category has been analyzed.

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА СОТРУДНИКА МИЛИЦИИ С.В. Шукан,
Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь

Статья содержит материалы экспериментально-теоретического изучения аспектов профессиограммы сотрудника милиции. Излагаются сущность понятия и структурные разделы профессиограммы, взгляды ученых в данной области. Обосновывается необходимость уточнения и определения профессионально значимых физических качеств сотрудника органов внутренних дел. Рассматриваются результаты экспериментальных исследований автора по определению профессионально значимых физических качеств сотрудника милиции.

The article contains materials concerning experimental and theoretical study of profессиogram aspects of a militia officer. The essence of the notion and structural sections of the profессиogram, scientists' opinions on the problem are stated. The necessity for specification and definition of professionally significant physical qualities of an officer serving in the Organs of Internal Affairs is substantiated. The author's experimental findings on determination of professionally significant physical qualities of a militia officer are considered.

IV. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДИНАМИКА
АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТУДЕНТОК РАЗЛИЧНОГО СОМАТОТИПА,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ АЭРОБИКОЙ Л.Н. Загоровская, Белорусский государственный университет
физической культуры

Проведено экспериментальное исследование с целью обоснования эффективности занятий аэробикой для изменения соотношения безжирового и жирового компонентов массы тела у студенток. Проведение занятий аэробики по традиционной и нетрадиционной методике с учетом уровня физических и функциональных возможностей, а так же типа конституции, является эффективным методом для коррекции телосложения.

Experimental study aiming at substantiation of the efficiency of aerobics trainings on correlation of fat-free and fat body mass components in feminine students was carried out. Aerobics trainings based on traditional and non-traditional methods when the levels of physical and functional capabilities, and somatotype are taken into account are an efficient method for a constitution correction.

ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДОВ И ОРГАНИЗАЦИИ ИССЛЕДОВАНИЯ МОРФОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МИОКАРДА СЕРДЦА ЛЕГКОАТЛЕТОВ Е.Б. Комар, Белорусский государственный университет физической культуры

Приведенные в работе методы научного исследования позволяют получить объективные и достоверные данные об изменениях толщины миокарда желудочков сердца у спортсменов-легкоатлетов различной квалификации, а также определить типы гипертрофии левого желудочка спортсменов при физических нагрузках различной направленности.

Research methods presented in the article allow objective and reliable data concerning changes in the myocardium thickness of the ventricle of the heart in track-and-field athletes of different classification, and to determine the type of hypertrophy of athletes' left ventricle at physical loads of different character.

ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ МЕХАНИЗМОВ ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ЮНЫХ СПРИНТЕРОВ Т.В. Лойко, канд. пед. наук; В.И. Приходько, канд. мед. наук, доцент, Белорусский государственный университет физической культуры

Авторы изучили взаимосвязь качества приспособительных реакций системы кровообращения с особенностями функционального состояния вегетативной нервной системы. В работе дано научное обоснование возможности применения пробы Руфье для косвенной оценки состояния механизмов вегетативной регуляции сердечной деятельности. Новые научные данные о диагностических возможностях этой методики имеют высокую практическую значимость для подготовки спортивного резерва в детско-юношеских спортивных школах.

The authors studied the interrelation between the quality of adaptation reactions of the circulation system and peculiarities of the functional state of the vegetative nervous system. A scientific substantiation is given to the possibility of the Rufe probe application for an indirect evaluation of mechanisms of the cardiac function vegetative regulation. Recent scientific data concerning diagnostic resources of this method are of a great significance in the area of sports reserve training at children and youths sports schools.

ИЗУЧЕНИЕ ГОРМОНАЛЬНОГО СТАТУСА СПОРТСМЕНОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ВИБРАЦИОННОЙ ТРЕНИРОВКИ В СОЧЕТАНИИ С ОБЩЕЙ МАГНИТОТЕРАПИЕЙ А.А. Михеев, д-р пед. наук, д-р биол. наук, доцент, Д.К. Зубовский, канд. мед. наук, А.Г. Рамза, Н.А. Михеев

Проведено исследование влияния комбинированного метода на основе вибромиостимуляции и общей магнитотерапии (ОМТ) на работоспособность спортсменов. Показано, что после трех стимуляций достоверно возрастает уровень кортизола и тестостерона в крови, что является объективным фактором улучшения скоростно-силовых качеств и основой специального тренинга для спортсменов различных видов спорта. Оптимальная доза вибрационной нагрузки в серии из трех стимуляционных занятий составляет от 20 до 40 мин при суммарной экспозиции ОМТ равной 60 мин.

Investigation of the effect of a combined method based on vibromiostimulation and general magnitotherapy (GMT) on athletes' physical efficiency was carried out. It was revealed that application of three stimulations reliably increases the level of blood cortisol and testosterone which is an objective factor for high-speed and strength qualities improvement and forms a base for a special training of athletes involved in different kinds of sport. The optimal dose of a vibrational load in a series of three stimulating sessions is 20–40 minutes at a total GMT exposure of 60 minutes.