

№2 (43) - 2011

Спорт высших достижений

Максимович В.А., Ивко В.С., Поленский В.А., Михалович О.Р.

Анализ чемпионата мира-2010 по греко-римской борьбе в Москве и особенности этапов отбора на XXX Олимпийские игры-2012 в Лондоне ... 3

Юрчик Н.А. Инновационный подход к организации учебно-тренировочного процесса квалифицированных спортсменов в стрелковом спорте ... 13

Сенько В.М. Сравнительная характеристика выступлений белорусских самбистов на официальных международных соревнованиях (чемпионаты мира и Европы 1991–2008 гг.) ... 19

Физическое воспитание и образование

Ахмаева И.В. Проблема самоконтроля в физическом воспитании студентов специального учебного отделения ... 24

Романова О.В. Методика профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов (факультетов) туристского профиля ... 28

Михута И.Ю. Корреляционная структура психофизической подготовленности суворовцев 16–17 лет ... 34

Юшкевич Т.П., Ращупкин В.В. Развитие специальной выносливости военнослужащих на основе применения тренажерно-диагностического комплекса «РЕЙД» ... 40

Физическая культура и здоровье

Шебеко В.Н., Мельникова М.С. Формирование субъектных качеств у ребенка дошкольного возраста в физкультурно-оздоровительной деятельности ... 48

Квятковская Н.А. Влияние занятий различными видами аэробных упражнений на уровень развития выносливости студенток нефизкультурных вузов ... 55

Габрукович М.С. Особенности вегетативной регуляции и ситуативной тревожности у детей 6–7 лет ... 59

Информационно-аналитические материалы

Свириденко А.И., Максимович В.А., Игнатовский М.И., Руденик В.В., Шашура Л.И., Ивко В.А. Педобарометрия – современный метод исследования функциональных возможностей опорно-двигательного аппарата спортсменов ... 63

Для преподавателей и специалистов 70

К сведению авторов 71

Информация для подписчиков 72

Максимович В.А., канд. пед. наук, профессор, Заслуженный тренер СССР и БССР (Гродненский государственный университет им. Я. Купалы); Ивко В.С., доцент, Заслуженный тренер БССР (Белорусский государственный университет физической культуры); Поленский В.А. (Гродненский государственный университет им. Я. Купалы); Михалович О.Р., мастер спорта международного класса (Гродненский государственный университет им. Я. Купалы) АНАЛИЗ ЧЕМПИОНАТА МИРА-2010 ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ В МОСКВЕ И ОСОБЕННОСТИ ЭТАПОВ ОТБОРА НА XXX ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ-2012 В ЛОНДОНЕ

В статье опубликованы этапы отбора борцов греко-римского и вольного стилей к XXX олимпийским играм в Лондоне. Авторами подробно проанализирован Чемпионат мира 2010 г. по греко-римской борьбе в Москве, выявлены тенденции развития этого вида спорта в странах и континентах, соотношения технического мастерства борцов в стойке и партере.

The stages of Greco-Roman and free-style wrestlers' selection (men and women) for the XXX Olympic Games in London are presented in the article. The authors made a detailed analysis of the World Championship 2010 on Greco-Roman wrestling in Moscow; the tendencies to increase of technical actions in standing position in comparison to wrestling in the "par terre" position, and of the development of this kind of sport on continents and in different countries are revealed.

Юрчик Н.А., канд. пед. наук (Белорусский государственный университет физической культуры) ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД К ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В СТРЕЛКОВОМ СПОРТЕ

На современном этапе развития пулевой стрельбы одним из важнейших направлений совершенствования подготовки спортсменов высокого класса является индивидуализация учебно-тренировочного процесса. В данной статье раскрывается вопрос о повышении эффективности подготовки квалифицированных спортсменок-стрелков в годичном цикле подготовки с учетом овариально-менструального цикла. В статье приводятся научно обоснованные параметры тренировочных нагрузок в соответствии с фазами ОМЦ спортсменок-стрелков. В работе представлена и экспериментально доказана методика организации учебно-тренировочного процесса квалифицированных спортсменок-стрелков в годичном цикле подготовки.

At the present stage of sports shooting development one of the most important directions in improvement of top class athletes' training is individualization of an educational and training process. The problem of efficiency rising of qualified women-shooters in a yearly cycle of training considering their ovarian and menstrual cycle is exposed in the article. Scientifically substantiated parameters of training loads according to OMC phases of women shooters are cited in the article. A methodology of an educational and training process for qualified women shooters in a yearly training cycle is presented and experimentally proved in the present study.

Сенько В.М., Заслуженный тренер СССР и БССР (Белорусский государственный университет физической культуры) СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВЫСТУПЛЕНИЙ БЕЛОРУССКИХ САМБИСТОВ НА ОФИЦИАЛЬНЫХ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ (ЧЕМПИОНАТЫ МИРА И ЕВРОПЫ 1991–2008 ГГ.)

Результативность и стабильность выступлений самбистов республики на официальных международных соревнованиях во многом зависит от сложившихся традиций подготовки высококвалифицированных борцов. Своевременный поиск оптимальных решений в устранении ошибок в технико-тактической подготовленности борцов разных весовых категорий является одной из важнейших стратегических задач тренерского совета самбо.

В статье дается сравнительная характеристика результатов выступлений мужских команд и борцов разных весовых категорий республики по самбо на чемпионатах мира и Европы.

Effectiveness and stability of sambo wrestlers' performance at official International competitions depend much on traditions formed in top class wrestlers' training. Timely search for optimal solutions in elimination of technical and tactical drawbacks in wrestlers' preparedness of different weight categories is one of the most important strategic problems set before the Sambo Trainers Council.

Comparative characteristics of results shown by Belarusian men's teams and individual wrestlers in different weight categories at the world and European championships are presented in the article.

Ахмаева И.В. (Могилевский государственный университет им. А.А. Кулешова) ПРОБЛЕМА САМОКОНТРОЛЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

В статье на основе проведенного социологического исследования рассматривается проблема научной и практической разработанности вопроса самоконтроля в физическом воспитании студентов. Автор обосновывает необходимость повышения качества обучения самоконтролю студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, выявляет типичные затруднения, с которыми сталкиваются преподаватели вузов, и приводит рекомендации эффективной организации учебного процесса.

Scientific and practical level of development of the problem of students' self-control in physical education is discussed in the article on the basis of sociological research data. The author substantiates the necessity of raising the quality of self-control education of students with health disorders, reveals typical problems of lecturers of higher educational institutions, and gives recommendations concerning educational process effective planning.

Романова О.В. (Белорусский государственный университет физической культуры) МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ (ФАКУЛЬТЕТОВ) ТУРИСТСКОГО ПРОФИЛЯ

В статье изложена методика профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по специальности 1-89 01 01 «Туризм и гостеприимство», раскрыты формы, средства и методы профессионально-прикладной физической подготовки на разных этапах построения учебного процесса.

Внедрение методики профессионально-прикладной физической подготовки в учебный процесс по физической культуре института туризма позволило повысить уровень профессионально важных физических и психических качеств, двигательных умений и навыков студентов.

A method of professional and applied physical training of students studying the specialty 1-89 01 01 Tourism and Hospitality is presented in the article. The forms, means and methods of professional and applied training at different stages of an educational process are described.

Introduction of professional and applied physical training method into an educational process on physical culture in the Institute of Tourism ensured enhancing of professionally important physical and psychological qualities, motor skills and abilities of students.

Михута И.Ю. (Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка)
КОРРЕЛЯЦИОННАЯ СТРУКТУРА ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СУВОРОВЦЕВ 16–17 ЛЕТ

В работе представлены корреляционные взаимосвязи между компонентами психофизической модели подготовленности суворовцев 16–17 лет: одни формируют сложную цепь, создавая фундамент и основание всего каркаса, а другие являются фоновыми компонентами всей структурно-функциональной системы. Данные исследования позволят на основе полученной корреляционной модели разработать методические рекомендации, технологии и программу психофизической подготовки суворовцев, направленную на совершенствование психомоторных и двигательных способностей с целью повышения профессионально-прикладной готовности к решению задач экстремального характера.

Correlation interrelations of components of psychophysical model of preparedness of 16–17 year old cadets are presented in the paper. Some of them form a complex chain which creates a foundation for the whole frame. Others are background components of the structural and functional system as a whole. The research data will allow on the base of the correlation model to develop methodological recommendations, technologies and a program for cadets' psychophysical training directed at psychomotor and locomotive skills perfection aimed at improvement of professional and applied readiness to solve problems of extreme character.

Юшкевич Т.П., д-р пед. наук, профессор, Заслуженный тренер Республики Беларусь, Ращупкин В.В., Заслуженный тренер Республики Беларусь (Белорусский государственный университет физической культуры) РАЗВИТИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНО-ДИАГНОСТИЧЕСКОГО КОМПЛЕКСА «РЕЙД»

В статье представлены результаты исследования, проведенного с целью выявления эффективности методики развития специальной выносливости у военнослужащих с помощью тренажерно-диагностического комплекса «Рейд», представляющего собой компьютерную программу, разработанную специалистами Спортивного комитета вооруженных Сил и военной академии Республики Беларусь. Результаты педагогического эксперимента показали, что тренажерно-диагностический комплекс «Рейд» способствует развитию специальной выносливости военнослужащих, формированию у них военно-прикладных навыков и умений при подготовке к специальным войсковым действиям.

Research results got in the process of investigation carried out to reveal the efficiency of a method of special endurance development by means of the training and diagnostic complex REID which represents

a computer program designed by specialists of the Sports Committee of the Armed Forces and Military academy of the Republic of Belarus are presented in the article. Results of the educational experiment demonstrated that training and diagnostic complex REID favours the development of soldiers' special endurance and formation of military applied skills being prepared for special military operations.

Шебеко В.Н., канд. пед. наук, доцент, Мельникова М.С. (Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка) **ФОРМИРОВАНИЕ СУБЪЕКТНЫХ КАЧЕСТВ У РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Сегодня проблема воспитания субъектных качеств личности находится на этапе разработки. В педагогической литературе при рассмотрении понятия субъектности на первый план выдвигается не столько объяснение этого феномена, сколько его понимание. Понимание субъекта связывается с наделением человеческого индивида качествами быть активным, самостоятельным в осуществлении специфических человеческих форм жизнедеятельности. Проблемной областью выступает и определение эффективных форм и методов организации педагогического процесса с целью обеспечения субъектной инициативы, творчества занимающихся. Условия развития субъектности дошкольника – задача нашего исследования.

Nowadays the problem of a person's subject qualities cultivation is on the stage of development. In pedagogical literature when the notion subjectness is discussed not explanation but rather the sense of this phenomenon is in the foreground. Subject comprehension is associated with such human's qualities as to be active, and independent in realization of specific human forms of vital activity. Determination of efficient forms and methods in organization of educational process aiming at children's subject initiative and creative work ensuring is the problem area as well. Conditions of subjectness development in preschool children are the object of our investigation.

Квятковская Н.А. (Белорусский государственный университет физической культуры)

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ АЭРОБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ СТУДЕНТОК НЕФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ

Увеличение количества заболеваний систем кровообращения и дыхания у студентов связано с низким уровнем аэробной выносливости. С целью повышения мотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой и спортом в учебный процесс внедряются современные оздоровительные системы. В статье представлены результаты, позволившие определить влияние занятий в группах плавания, аэробики, общей физической подготовки на уровень развития аэробной выносливости студенток.

Increase in the number of circulatory and respiratory systems diseases in students is associated with a low level of aerobic endurance. Modern health-improving systems are introduced into an educational process to raise students' motivation for their engagement in physical culture and sport. The results that made it possible to determine the influence of swimming, aerobics, and general physical training on the level of aerobic endurance development of women students are presented in the article.

Габрукович М.С. (Белорусский государственный университет физической культуры) ОСОБЕННОСТИ ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ И СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ

В статье рассматриваются особенности вегетативной регуляции и ситуативной тревожности детей 6–7 лет. Выявлены различия вегетативного статуса и ситуативной тревожности в зависимости от типа исходного вегетативного тонуса. Обосновывается актуальность дальнейшего изучения параметров вегетативной регуляции при построении занятий физической культурой, направленных на оптимизацию физического состояния детей с дизрегуляцией вегетативной нервной системы.

The peculiarities of vegetative regulation and situational anxiety of 6–7 years old children are considered in the article. Differences in vegetative status and situational anxiety depending on the type of the initial vegetative tension are shown. Actuality of the further investigation of vegetative regulation parameters in construction of physical education studies aimed at children's physical condition optimization characterized by vegetal nervous system deregulation is being substantiated.

Свириденко А.И., д-р техн. наук, академик НАН Беларуси, профессор (Научно-исследовательский центр проблем ресурсосбережения Национальной академии наук Беларуси); Максимович В.А., профессор, Заслуженный тренер СССР и БССР (Гродненский государственный университет им. Я. Купалы); Игнатовский М.И., канд. техн. наук (Научно-исследовательский центр проблем ресурсосбережения Национальной академии наук Беларуси); Руденик В.В., канд. пед. наук, доцент (Гродненский государственный университет им. Я. Купалы); Шашура Л.И. (Научно-исследовательский центр проблем ресурсосбережения Национальной академии наук Беларуси); Ивко В.А., доцент, Заслуженный тренер БССР (Белорусский государственный университет физической культуры) ПЕДОБАРОМЕТРИЯ – СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СПОРТСМЕНОВ

В статье рассмотрена проблема применения современных методик биомеханического анализа спортивных движений. Показано, что за рубежом расширяется использование нового педобарометрического метода исследования функциональных возможностей стопы при выполнении физических упражнений. Метод основан на использовании тензочувствительных полимерных материалов, электронной системе накопления, передачи и компьютерной обработки информации. Педобарометрия применяется в легкой атлетике, спортивных играх, единоборствах, тяжелой атлетике и других видах спорта. Данные педобарометрических исследований являются основой проектирования индивидуальных спортивных ортезов.

The problem of modern methods application in biomechanical analysis of sports locomotions is considered in the article. It is shown that implementation of a new pedobarometric research method of foot functional possibilities in the process of physical exercises execution is steadily increasing abroad. The method is based on application of tensosensitive polymer materials, electronic system of information accumulation, transmission and computer processing. The main spheres of pedobarometry application are track and field athletics, sports games, martial arts, weight lifting, and other kinds of sport. Pedobarometric research data are the basis for individual sports orthoses designing.