

Спорт высших достижений

- Шаров А.В., Юшкевич Т.П.** Сравнительный анализ методики тренировки юных бегунов на средние дистанции в различных странах ... 3
- Масловский Е.А., Загrevский В.И., Кааиб Имад Р.М.** Новые подходы к совершенствованию методики обучения ритмо-скоростной структуре барьерного бега на 100 метров ... 10
- Никонов Ю.В.** Двигательная активность высококвалифицированных хоккеистов в играх ... 20

К сведению авторов ... 24

Физическое воспитание и образование

- Малахов С.В.** Принцип энтропии в обучении плаванию детей 4–5 лет ... 25
- Ращупкин В.В.** Инновационные подходы к диагностике специальной выносливости военнослужащих ... 29

Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта

- Лойко Т.В.** Динамика функционального состояния механизмов вегетативной регуляции сердечной деятельности в годичном цикле спортивной тренировки у легкоатлетов, развивающих аэробную выносливость ... 36

Подготовка резерва и детско-юношеский спорт

- Дмитриев А.В., Винник П.П.** Психолого-педагогические аспекты подготовки боксеров ... 41
- Воронович Ю.В., Лавшук Д.А., Загrevский В.И.** Сравнительный биомеханический анализ кинематических показателей техники рывка в тяжелой атлетике ... 47

Шаров А.В., кандидат педагогических наук, доцент (Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина), Юшкевич Т.П., доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер Республики Беларусь (Белорусский государственный университет физической культуры)

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ В РАЗЛИЧНЫХ СТРАНАХ

Представлен сравнительный анализ методики тренировки юных бегунов на средние дистанции в различных школах бега. Общим основным недостатком является то, что тренировка юных спортсменов часто копирует подготовку высококвалифицированных бегунов и направлена на соблюдение пропорций тренировочных средств различной направленности. Наиболее важной и сложной является проблема управления системой тренировки. Ее необходимо перестраивать на новые технологии с использованием современных систем контроля за деятельностью сердечно-сосудистой системы.

A comparative analysis of a training method of young middle distance runners applied in different school is presented. Its major drawback consists in the following: training session of young athlete is often a copy of a training session of highly qualified runners and is directed on observation of different training means proportions. The problem of a training system management is the most important and complicated. There is a need of its reorganization with implementation of new technologies and modern cardiovascular control system.

Масловский Е.А. (Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина), Загrevский В.И. (Могилевский государственный университет им. А.И. Кулешова), Р.М. Кааиб Имад (Белорусский государственный университет физической культуры)

НОВЫЕ ПОДХОДЫ К ТЕХНОЛОГИИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ РИТМО-СКОРОСТНОЙ СТРУКТУРЫ БАРЬЕРНОГО БЕГА НА 100 МЕТРОВ

В статье представлена нетрадиционная технология совершенствования ритмо-скоростной структуры барьерного бега на 100 метров, в которой реализуются новые функциональные образно-концептуальные модели и внешние тренирующие воздействия, отличные от стандартных образцов-эталонов действия. Впервые в практике спорта целевая составляющая обучения ритмо-скоростным характеристикам прогрессирующей мощности и естественности движений формируется не на временной, а на динамической (мощность управляющих моментов относительно суставов ОДА) и биомеханически целесообразной (естественной) основе.

An alternative technology to improve rhythmic-speedy structure of 100 m running with hurdles, where new functional image-conceptual models and external training influences different from action standard patterns are implemented, is presented in the article. It is for the first time in sports practice when purposeful constituent in teaching of rhythm-speedy characteristics of progressive power and motions naturalness is formed not on a temporal but on a dynamic (power of controlling moments relative to ODA joints) and bio-mechanically expedient (natural) basis.

Никонов Ю.В., канд. пед. наук, доцент, профессор, Заслуженный тренер Республики Беларусь (Белорусский государственный университет физической культуры)

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ХОККЕИСТОВ В ИГРАХ

В статье представлены результаты исследований двигательной активности высококвалифицированных хоккеистов в играх открытого чемпионата Республики Беларусь и Континентальной хоккейной лиги. Полученные данные могут быть использованы тренерами при корректировке содержания тренировочного процесса и представляют определенный теоретический и практический интерес для специалистов хоккея.

Research results of motor activity of highly skilled hockey players demonstrated in the games of the Open Championship of the Republic of Belarus and the Continental Hockey League are presented in the article. The data obtained can be used by coaches to adjust the content of the training process, and are of a certain theoretical and practical interest for hockey specialists.

Малахов С.В. (Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка)

ПРИНЦИП ЭНТРОПИИ В ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ 4–5 ЛЕТ

Обучение плаванию дошкольников – неотъемлемая часть процесса физического воспитания. В нем необходимо руководствоваться как общепедагогическими принципами физического воспитания – сознательности и активности, наглядности, доступности и последовательности, так и специфическими – гармоничного развития личности, связи с трудовой деятельностью, оздоровительной направленности. Однако все перечисленные принципы не способствуют в должной мере решению проблемы организации процесса обучения плаванию дошкольников. Одним из путей разрешения этой ситуации может стать реализация разработанного нами и апробированного на практике принципа энтропии в обучении плаванию детей 4-5 лет.

Teaching of preschool children to swim is an integral part of physical education. It should be guided by both principles of physical education – general pedagogic: consciousness and activity, visual methods application, simplicity and succession, and specific principles as well: harmonious development of a personality, employment, and health improvement. However all the named principles do not favour adequately the organization of preschool children teaching to swim. Introduction of the principle of entropy developed by us and tested in the process of teaching of children aged 4-5 years is one of the ways to carry out the task.

Ращупкин В.В., Заслуженный тренер Республики Беларусь (СК Вооруженных Сил Республики Беларусь)

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ДИАГНОСТИКЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

В статье изложены результаты исследований, в том числе обоснование необходимости пересмотра существующих подходов к диагностике специальной выносливости военнослужащих с учетом трансформации военных (боевых) действий; содержание инновационной методики диагностики специальной выносливости военнослужащих на основе применения тренажерно-диагностического комплекса.

In the paper the following research data are presented: substantiation of the necessity for revision of the existing approach to special endurance diagnosis of servicemen taking into consideration battle activities transformation; the content of an innovation method for special endurance diagnosis of servicemen with application of a training-and-diagnostic complex.

Лойко Т.В., канд. пед. наук (Белорусский государственный университет физической культуры)

ДИНАМИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МЕХАНИЗМОВ ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ У ЛЕГКОАТЛЕТОВ, РАЗВИВАЮЩИХ АЭРОБНУЮ ВЫНОСЛИВОСТЬ

В работе проводится анализ динамики функционального состояния механизмов вегетативной регуляции сердечной деятельности в различные периоды годового цикла спортивной тренировки у легкоатлетов различной квалификации, развивающих аэробную выносливость. На его основе выявлен информативный критерий оценки уровня их тренированности и эффективности специальной физической подготовки.

The analysis of functional state of mechanism of cardio activity vegetative regulation in different periods of annual cycle of sports training in track and field athletes of different skills developing aerobic endurance is presented in the paper. An informative criterion for estimation of their physical fitness and special physical training efficiency were revealed.

Дмитриев А.В., канд. пед. наук, доцент (Белорусский государственный университет физической культуры), Винник П.П., Заслуженный тренер Республики Беларусь

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ БОКСЕРОВ

В системе подготовки боксеров психолого-педагогическое обеспечение как комплексное многолетнее мероприятие имеет место лишь на уровне сборных команд страны. Предыдущие этапы подготовки обеспечиваются естественным отбором, хотя проблемы воспитания, развития психики, формирование психологической подготовленности зарождаются уже на этапе начального обучения. Как следствие в секциях бокса происходит отсев занимающихся свыше 60 % в группах начального обучения и до 30 % на

