

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

Спорт высших достижений

Боровая В.А., Врублевский Е.П., Нарский Г.И. Методика формирования рациональной организации движений в метании копья 3

Заика В.М. Соревновательная надежность – залог эффективности спортивной деятельности спортсменов-стрелков высокой квалификации 8

Кривицкая Н.А. Особенности построения учебно-тренировочного процесса высококвалифицированных метателей молота в годичном цикле подготовки 13

Никонов Ю.В. Анализ уровней двигательной активности высококвалифицированных хоккеистов различного амплуа в официальных матчах 17

Пенигин А.С. Анализ структуры и содержания технической подготовки квалифицированных лыжных акробатов в процессе многолетней подготовки 22

Физическое воспитание и образование

Белявский Д.Н. Классификация смен картин геометрического рисунка спортивной программы формейшн 28

Власенко Н.Э. Критерии и уровни профессиональной компетентности руководителя физического воспитания учреждения дошкольного образования 32

Фурманов А.Г., Горовой В.А. Динамика показателей уровня сформированности отношения студенток к компонентам физической рекреации 37

Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта

Джавад Махдибади. Влияние непрерывного и интервального методов занятий оздоровительным бегом на состояние левого желудочка сердца нетренированных людей 42

Подготовка резерва и детско-юношеский спорт

Василькова В.М., Шахлай А.М. Современные методы спортивного отбора на начальном этапе специализации в дзюдо 46

Харькова В.А. Обоснование интегральной оценки уровня технико-тактической подготовленности юных спортсменов в таэквондо 50

Информационно-аналитические материалы

Мицкевич Э.А. История развития дзюдо в мире 54

К сведению авторов 59

Информация для подписчиков 60

Боровая В.А. (Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины);

Врублевский Е.П., д-р пед. наук, профессор (Полесский государственный университет);

Нарскин Г.И., д-р пед. наук, профессор (Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины)

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ РАЦИОНАЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИЖЕНИЙ В МЕТАНИИ КОПЬЯ

Учитывая локальное воздействие на ведущие биомеханические параметры и особенности динамического механизма двигательного действия спортсменки, разработан педагогический подход по формированию оптимального технического выполнения соревновательного действия в метании копья, смысл которого заключается в адекватном содержании тренирующих воздействий и их структурной организации в макроцикле по отношению к индивидуальным возможностям спортсменок к точному выполнению биомеханических параметров броска снаряда.

A pedagogical approach aimed to form an optimal technical performance of a competitive action in javelin was developed on the basis of a local impact on the leading biomechanical parameters and taking into account peculiarities of a dynamic mechanism of an athlete's (women) motor action. The meaning of the latter lies in the adequacy of training means content and their structural organization in a macrocycle to athletes' individual abilities of biomechanical parameters precise execution in javelin throwing.

Заика В.М. (Белорусский государственный университет физической культуры)

СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ НАДЕЖНОСТЬ – ЗАЛОГ ЭФФЕКТИВНОСТИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Соревновательная надежность спортсменов-стрелков высокой квалификации детерминируется всеми видами подготовки, но, прежде всего, психолого-педагогической – системой воздействий, применяемых с целью формирования и совершенствования профессионально важных качеств (ПВК) спортсмена, необходимых для успешного выполнения тренировочной деятельности, подготовки к соревнованиям и выступления на них.

Competitive reliability of the sports shooter in high qualification is determined by all kinds of training, but, first of all, psychological and pedagogical – system of the influences applied for the purpose of formation and perfection of professionally significant qualities of the sportsman, necessary for successful performance of training activity, preparation for competitions and performance in them.

Кривицкая Н.А. (Гродненский государственный университет им. Янки Купалы)

ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ МЕТАТЕЛЕЙ МОЛОТА В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ

В статье представлены материалы исследования специфики построения учебно-тренировочного процесса высококвалифицированных метателей молота: особенности распределения тренировочной нагрузки в годичном цикле подготовки с учетом индивидуальных особенностей каждого спортсмена и резервных возможностей его организма.

The article presents a study of the specifics of construction of educational-training process of highly qualified hammer throwers: peculiarities of the distribution of the training load in the annual cycle of training taking into account individual peculiarities of every sportsman and reserve abilities of his organism.

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

АНАЛИЗ УРОВНЕЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ХОККЕИСТОВ РАЗЛИЧНОГО АМПЛУА В ОФИЦИАЛЬНЫХ МАТЧАХ

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

The results of motor activity studies of highly qualified hockey players at the games of the Open Championship of Belarus, the Continental Hockey League (KHL), and the games of the Youth Hockey League are presented in the paper. The obtained data can be used by coaches to adjust the content of the training process and are of definite theoretical and practical value for professionals in the field of hockey.

Пенигин А.С., канд. пед. наук (Белорусский государственный университет физической культуры)

АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ И СОДЕРЖАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЫЖНЫХ АКРОБАТОВ В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ

Фристайл – лыжная акробатика является олимпийским видом спорта. Белорусские фристайлисты занимают достаточно стабильные высокие позиции в мировом рейтинге, а созданная система тренировки и традиции подготовки квалифицированных спортсменов во фристайле идут в ногу с мировыми тенденциями, однако теоретические и методические основы все еще не имеют достаточно прочной аргументации и собственной научно-исследовательской базы. Проведенное исследование позволило определить оптимальный удельный вес и разработать структуру и объемы технической подготовки на всех этапах многолетней подготовки при планировании учебно-тренировочного процесса квалифицированных спортсменов во фристайле.

Ski acrobatics as a component of freestyle is an Olympic kind of sport. Belarusian freestylers are stable enough to take top positions in the world ranking, and the created training system and preparation traditions of qualified athletes in freestyle are in a constant trend of the world freestyle, however in theoretical and methodological principles there is lack of solid argumentation and there is no scientific base of its own. The research allowed to determine the optimal share and to develop the structure and the amount of technical training at all stages of long-term preparation while planning a training process of qualified athletes in freestyle.

Белявский Д.Н. (Белорусский государственный университет физической культуры)

КЛАССИФИКАЦИЯ СМЕН КАРТИН ГЕОМЕТРИЧЕСКОГО РИСУНКА СПОРТИВНОЙ ПРОГРАММЫ ФОРМЕЙШН

Определено понятие «смена геометрической картины спортивной программы формейшн», предложена классификационная модель смен геометрических картин спортивной программы формейшн в танцевальном спорте. Показано, что модель совместно с ранее разработанной автором классификацией картин спортивной программы формейшн позволит унифицировать понимание структуры геометрического рисунка программы формейшн, окажет помощь в тренировочном процессе, а также, будучи дополненной экспертными оценками уровня сложности исполнения смен, сможет стать основой формализации судейской оценки соревнований среди команд формейшн.

The term «Change of geometrical picture in a Formation routine» is defined, and a classification model of changes in geometrical pictures in dancesport is suggested. The given model together with the pictures classification of Formation

routine which was earlier elaborated by the author will facilitate the unified understanding of geometrical pattern structure in a Formation routine. It will be useful in the training process. And if added with expect estimations of complication level of performing the changes it can become the basis of adjudicator's mark formalization at Formation competitions.

Власенко Н.Э. (Белорусский государственный университет физической культуры)

КРИТЕРИИ И УРОВНИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В статье рассматривается актуальная проблема повышения профессиональной компетентности руководителя физического воспитания учреждения дошкольного образования. Представлены виды профессиональной компетентности руководителя физического воспитания. Раскрываются критерии профессиональной компетентности специалиста, соответствующие творческому (высокому), базовому (среднему) и элементарному (низкому) уровням. Подчеркивается практическая значимость этих критериев для объективного установления уровня профессиональной компетентности руководителя физического воспитания.

This article deals with the actual problem of the professional competence improving of the physical training teacher of the preschool institution is considered. The main types of professional competence of the physical training teacher are studied. Typical features and criteria of professional competence creative (of high), basic (medium) or elementary (low) levels of the physical training teacher are revealed. These criteria will make it possible to establish the professional competence level of the physical training teacher.

Фурманов А.Г., д-р пед. наук, профессор, Заслуженный тренер БССР

(Белорусский государственный университет физической культуры);

Горовой В.А. (Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина)

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОК К КОМПОНЕНТАМ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ

В статье рассматриваются вопросы организации физической рекреации студенток. Выделены ее основные структурно-функциональные компоненты. Определены критерии, показатели и уровни сформированности отношения студенток к компонентам физической рекреации. Приведены результаты исследования, подтвердившего положительную динамику показателей уровня сформированности отношения студенток к компонентам физической рекреации в начале и в конце педагогического эксперимента.

In article questions of the organization of a physical recreation of students are considered. The physical recreation main structurally functional components of students are allocated. Criteria, indicators and levels of development of a physical recreation components of students are defined. Results of sociological research of the level of development of a physical recreation components of students directed on identification and its dynamics are given during pedagogical experiment.

Джавад Махдибади (Белорусский государственный университет физической культуры)

ВЛИЯНИЕ НЕПРЕРЫВНОГО И ИНТЕРВАЛЬНОГО МЕТОДОВ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ НА СОСТОЯНИЕ ЛЕВОГО ЖЕЛУДОЧКА СЕРДЦА НЕТРЕНИРОВАННЫХ ЛЮДЕЙ

Проведенное исследование рассматривает влияние непрерывного и интервального методов занятий оздоровительным бегом на структуру миокарда левого желудочка нетренированных людей. Благодаря применению эхокардиографического метода измерена толщина миокарда стенок левого желудочка сердца до и после применения непрерывной и интервальной тренировочных нагрузок при занятиях оздоровительным бегом. Анализ полученных данных позволил выявить тенденцию к формированию физиологического типа гипертрофии левого желудочка сердца у занимающихся оздоровительным бегом при использовании в большей степени непрерывного метода тренировки.

The study examines the effects of continuous and interval training methods of jogging on the structure of the myocardium of the left ventricle in untrained people. Through the use of the echocardiographic method the thickness of the myocardium walls of the left ventricle of the heart was measured before and after application of continuous and interval training loads. Data analyses revealed a tendency to formation of a physiological type of hypertrophy of the left ventricle of the heart in individuals engaged in jogging to a greater extent when a method of continuous training is applied.

Василькова В.М. (СДЮШОР по борьбе УФКСиТ Мингорисполкома);

Шахлай А.М., д-р пед. наук, профессор (Белорусский государственный университет физической культуры)

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В ДЗЮДО

В статье рассматривается один из путей оптимизации процесса начального отбора, его целевые ориентиры, носящий закономерный, целенаправленный характер, отражающий логику процесса отбора. Достижение цели определяется анализом поведенческих реакций дзюдоистов, что способствует качественному отбору, оптимизации учебной программы и повышению эффективности работы детско-юношеских спортивных школ.

In the article is examined one of the ways of the optimization of the process of selection, its purposeful orientates, bearing regular, goal-directed nature, which reflects to the logician of process of initial selection. Achievement of the objective is determined by the analysis of the behavioral reactions a sportsmen of judo that it contributes to the determination of the qualitative process of selection, optimization of curriculum and to an increase in the effectiveness in the work of children's- youthful sport schools.

Харькова В.А. (Белорусский государственный университет физической культуры)

ОБОСНОВАНИЕ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ТАЭКВОНДО

В работе представлена методика интегральной оценки уровня технико-тактической подготовленности юных спортсменок-таэквондисток в условиях соревновательных поединков и тренировочного процесса, для разработки которой отобраны, модифицированы и предложены новые показатели, отражающие содержание и структуру двигательных действий в таэквондо.

A methodology of integral assessment of the level of technical and tactical preparedness of young taekwondo athletes (girls) under the terms of competitive fights and training process is presented in the paper for the development of which new indices reflecting the content and structure of motor actions in taekwondo were selected, modified, and introduced.

*Мицкевич Э.А., канд. пед. наук, доцент, Заслуженный тренер СССР
(Министерство спорта и туризма Республики Беларусь)*

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ДЗЮДО В МИРЕ

В статье освещено зарождение в Японии самурайства и образование различных школ рю, в которых получили развитие различные виды единоборств. Один из этих видов связан с реформированием бу-дзюцу в современное дзюдо. Основателем дзю-до стал Кано Дзигоро, выходец из древнего самурайского рода.

В царской России дзю-до как спорт не культивировался. В СССР дзю-до развивалась как спортивная борьба в одежде. В Беларуси дзюдо получило развитие в середине семидесятых годов прошлого века.

The article elucidates the origin of Samurais and formation of different schools of rue in Japan where various kinds of martial arts have been developed. One of them is associated with reformation of bu-jutsu into a modern judo. The founder of judo was Kano Jigoro who came from an ancient Samurai family.

In tsarist Russia judo as a kind of sport was not cultivated. In the USSR judo was developed as a sports wrestling in clothes. In Belarus judo was developed in the mid-seventies.