

Пенигин А.С. (Белорусский государственный университет физической культуры)

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДИНАМИКИ СООТНОШЕНИЯ ОБЪЕМОВ И НАПРАВЛЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В ЗИМНИХ ВИДАХ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ ГОРНОЛЫЖНОГО СПОРТА И ФРИСТАЙЛА)

На современном этапе развития спорта чрезвычайно важную роль приобретает рациональное построение тренировочного процесса, обеспечивающее поэтапное и последовательное решение педагогических задач овладения спортсменом всей совокупностью слагаемых высшего спортивного мастерства. Проведенное исследование позволило на основе сравнительного анализа динамики объемов и направленности тренировочной нагрузки выявить оптимальный удельный вес и соотношение объемов тренировочных средств различной направленности для целевого планирования и построения учебно-тренировочного процесса квалифицированных спортсменов в горнолыжном спорте и фристайле в аспекте многолетней подготовки.

At the present stage of sports development rational construction of a training process plays an extremely important role that ensures a gradual and consistent solution of pedagogical problems aimed at athlete's mastering of the whole complex of items constituting the supreme sportsmanship. The conducted study made on the basis of comparative analysis of the dynamic ratio of the training load volume and orientation allowed to identify an optimal share and volume of various training means for a targeted planning and construction of an educational and training process of qualified athletes in alpine skiing and freestyle in the aspects of long-term preparation.

Юрчик Н.А., канд. пед. наук, доцент, научный руководитель, Дрызлова Е.С. (Белорусский государственный университет физической культуры)

ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ ТРАДИЦИОННЫХ СИСТЕМ ВОСТОКА В ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ

Пулевая стрельба – это сложнокоординационный вид спорта, в котором достижение успеха зависит не только от мастерства спортсмена-стрелка, его технической подготовленности, но и в значительной степени от того, насколько он физически и психологически подготовил себя к выступлению на соревнованиях. В данной статье представлен материал о применении психофизических систем (методик) Востока в пулевой стрельбе.

Shooting is a complex-coordination kind of sport in which success depends not only on an athlete's skill, his/her technical qualification, but also to a large extent on how he/she is physically and psychologically prepared to perform at competitions. The article presents the material on application of psychophysical systems (methods) of the East in shooting.

Козлова Е.К. (Национальный университет физического воспитания и спорта Украины)

СОВРЕМЕННАЯ СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА ЛЕГКОАТЛЕТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В УСЛОВИЯХ ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИИ

Процесс подготовки и соревновательной деятельности легкоатлетов высокой квалификации представлен в виде единой сбалансированной системы, которая ориентирована на максимальную реализацию природных задатков и способностей и на высокоэффективную соревновательную деятельность. Современная спортивная подготовка легкоатлетов высокой квалификации – сложный, целостный, динамичный, непрерывный процесс, который строится с учетом гармонического соотношения спортивного календаря, спортивной тренировки, факторов повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности на протяжении 24 часов в сутки.

The process of preparation and competitive activity of top level track and field athletes is presented in this article in the form of a single balanced system which is oriented at maximum realization of natural inclinations and abilities as well as highly efficient competitive activity. Modern sports preparation of top level track and field athletes is a complex, integral, dynamic and continuous process which is designed under conditions of harmonious ratio of sports calendar, sports

training, factors of enhancement of training and competitive activity efficiency within 24 hours per day.

Сак Ю.В. (Гродненский государственный университет им. Я. Купалы)

ФОРМИРОВАНИЕ У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ

В статье рассмотрена авторская методика формирования у будущих учителей начальных классов профессионально-прикладных компетенций по лыжной подготовке в рамках требований образовательной программы по физической культуре и здоровью для учащихся начальных классов путем применения активных методов обучения.

In this article the author's method of formation at the primary school teachers professionally-applied competence in ski training in the requirements of the educational program of physical culture and health for primary school students through the use of active learning methods.

Гантарь В.М. (Белорусский государственный университет)

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ (16–17 ЛЕТ) СРЕДСТВАМИ ТУРИЗМА

В статье изучены показатели физической подготовленности учащихся, проведен корреляционный анализ преемственных критериев уровня физической подготовленности учащихся, который позволил выявить корреляционные взаимосвязи между данными критериями и показал, развитие каких физических качеств допускается планировать на одном учебно-тренировочном занятии.

The article studied the records of the students physical, correlation analysis of successive criteria of physical fitness of students, which revealed correlations between these criteria and showed the development of any physical qualities may be on the same schedule a training session.

Шлепаков Л.Н., Вареник О.Н. (Национальный университет физического воспитания и спорта Украины)

СТРУКТУРА ОРГАНИЗАЦИОННОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В СИСТЕМЕ СПОРТА ДЛЯ ВСЕХ НА МУНИЦИПАЛЬНОМ УРОВНЕ

Цель работы – построение структурной схемы взаимосвязей между различными субъектами муниципального уровня в процессе привлечения взрослого населения к регулярной двигательной активности. На основе теории графов, матриц и операций с ними выделены структурные уровни коллективной и индивидуальной деятельности отдельных подсистем, намечены задания, которые должны решать отдельные субъекты в рамках системы. В матричной и графической формах определены взаимодействия между ними. Осуществлен синтез структур взаимодействия и совокупности стоящих перед ними заданий.

The aim of the work was the construction of structural scheme the relationships between various stakeholders at the municipal level in raising process adults to the regular motion activity. Based on the theory of counts and theory of relations are highlighted structural levels of individual and collective activity of separate subsystems. The tasks of individual actors within the system that need to decide were planned. The interaction between them was identified in the matrix and graphic forms. The synthesis of interaction structures and their tasks was implemented

Старченко В.Н., канд. пед. наук, доцент (Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины)

СОСТАВ И СОДЕРЖАНИЕ КАТЕГОРИАЛЬНОГО АППАРАТА ИССЛЕДОВАТЕЛЯ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Автор с позиций системодетельностного подхода определяет состав, внутреннюю взаимосвязь и дает дефиниции категориального аппарата исследователя олимпийского движения. В качестве основных категорий исследователя олимпийского движения определены «олимпийская деятельность», «олимпийская идея», «олимпийская культура», «олимпийское движение». Также даются определения понятий «олимпийская мыследеятельность», «олимпийская практическая деятельность», «олимпийское развитие», «олимпийская

идеология», «олимпийские ценности», «олимпийское пространство», «олимпийская реальность», «олимпийская практика».

The author, from positions of the system and active approach, has established structure, internal interrelation and has given definitions of categories of the researcher of Olympic movement. The basic categories became: Olympic activity, Olympic idea, Olympic culture, Olympic movement. The concepts are in addition determined: Olympic ideal activity, Olympic practical activity, Olympic development, Olympic ideology, Olympic values, Olympic space, Olympic reality, Olympic practice.

Зубовский Д.К., канд. мед. наук (Белорусский государственный университет физической культуры);

Улащик В.С., д-р мед. наук, профессор (Институт физиологии НАН Беларуси);

Финогенов А.Ю., канд. ветеринарных наук (Институт экспериментальной ветеринарии им. С.Н. Вышесского);

Шимко О.В., канд. ветеринарных наук (Республиканский центр олимпийской подготовки конного спорта и коневодства)

ПРИМЕНЕНИЕ ФОНОФЕРЕЗА ХОНДРОИТИНА СУЛЬФАТА ПРИ ТРАВМАХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТИВНЫХ ЛОШАДЕЙ

В статье описаны результаты исследования спортивных лошадей с поражением опорно-двигательного аппарата по клиническим и лабораторным показателям при проведении фонофореза хондроитина сульфата. Исследования показали, что разработанная методика лечения оказывает положительное влияние на морфологический состав и биохимические показатели крови, повышает иммунную защиту, что на уровне организма лошадей проявляется клиническим улучшением.

The results of the study of sport horses with locomotor system affection based on the clinical and laboratory parameters under application of phonophoresis of chondroitin sulfate are described in the article. Studies have shown that the developed method of treatment has a positive effect on morphological composition and biochemical indices of the blood, increases the immune protection, which at the level of horses' organism manifests itself through clinical improvement.

Виноградов В.Е., Доля В.Л. (Национальный университет физического воспитания и спорта Украины)

ПРИМЕНЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ КАК ПРЕДПОСЫЛКИ ЦЕЛЕВОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ СТИМУЛЯЦИИ РАБОТОСПОСОБНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНЫХ ТАНЦЕВ)

Целью статьи является обоснование необходимости и возможности применения тренировки дыхательных мышц. Известно, что при хроническом накоплении эффектов утомления происходит снижение реактивности вегетативных центров. Это приводит к устойчивому снижению тренировочных и соревновательных эффектов. Возникающий при этом относительный недостаток стимулов (drive) реакций системы дыхания является одним из факторов снижения эффективности тренировочного процесса. Актуальность применения тренировки дыхательных мышц связана с возможностью практической реализации стимуляции работоспособности в специфических условиях соревновательной деятельности в спортивных танцах.

The purpose of this article is the rationale for the uses and possibilities of respiratory muscle training. This possibility is substantiated by data availability, which indicate that the intense athletic training in chronic cumulative effect of fatigue, is characterized by a reduced reactivity of the autonomic centers. This leads to a steady decline in training and competition effects. This occurs when the relative lack of incentives (drive) the reactions of the respiratory system is one of the factors reducing the effectiveness of the training process. Topical application of respiratory muscle training is associated with the possibility of practical implementation of the stimulation of specific performance in terms of competitive activity in sport dancing. In these circumstances, the use of massage techniques, physical therapy is limited.

Махдибади Джавад, Рубченя И.Н., канд. биол. наук, доцент, Жилко Н.В., Аврутин С.Ю. (Белорусский государственный университет физической культуры)

ДИНАМИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МЕХАНИЗМОВ ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕПРЕРЫВНОГО И ИНТЕРВАЛЬНОГО МЕТОДОВ ТРЕНИРОВКИ

Проведенное исследование рассматривает влияние непрерывного и интервального методов занятий оздоровительным бегом на состояние механизмов вегетативной регуляции сердечной деятельности, особенности реакции сердечно-сосудистой системы и показатели физической работоспособности студентов с низким уровнем спортивной квалификации. Анализ полученных данных позволил выявить увеличение частоты встречаемости нормотонического вегетативного тонуса в покое, повышение физической работоспособности и показателей МПК у студентов, занимающихся оздоровительным бегом при использовании, в большей степени, интервального метода тренировки.

Хижевский О.В., канд. пед. наук, доцент, Заслуженный тренер Республики Беларусь (Белорусский государственный технологический университет)

КОНЦЕНТРИРОВАННОЕ РАЗВИТИЕ СИЛЫ МЫШЦ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ И ТУЛОВИЩА В СТРУКТУРЕ НАВЫКОВ ДЗЮДО

В статье на базе факторного анализа научно обоснованы основные средства и методы на этапе начальной подготовки студентов-борцов, специализирующихся в дзюдо, в формате круговой тренировки (с использованием учебных тренажеров на гимнастических конях и пружинных устройств).

In article on the basis of the factorial analysis fixed assets and methods at a stage of initial preparation of the students fighters specializing in judo in a format of circular training (with use of educational exercise machines on gymnastic horses and spring devices) are scientifically proved.

Гататуллин А.Г., канд. истор. наук, доцент, Цымбалюк Е.А., канд. пед. наук, доцент (Белорусский государственный университет физической культуры)
Махдибади Джавад, Рубчя И.Н., канд. биол. наук, доцент, Жилко Н.В., Аврутин С.Ю. (Белорусский государственный университет физической культуры)

ДИНАМИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МЕХАНИЗМОВ ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕПРЕРЫВНОГО И ИНТЕРВАЛЬНОГО МЕТОДОВ ТРЕНИРОВКИ

Проведенное исследование рассматривает влияние непрерывного и интервального методов занятий оздоровительным бегом на состояние механизмов вегетативной регуляции сердечной деятельности, особенности реакции сердечно-сосудистой системы и показатели физической работоспособности студентов с низким уровнем спортивной квалификации. Анализ полученных данных позволил выявить увеличение частоты встречаемости нормотонического вегетативного тонуса в покое, повышение физической работоспособности и показателей МПК у студентов, занимающихся оздоровительным бегом при использовании, в большей степени, интервального метода тренировки.

The article explains the methodology and research methods against Belarusian sports fans to the problem of doping in sport. The results of the questionnaire respondents, conducted in monitoring mode, which are the main aspects of the research problem. In conclusion, the authors summarize the findings and offer practical recommendations

РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГОВОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОТНОШЕНИЯ БЕЛОРУССКИХ СПОРТИВНЫХ БОЛЕЛЬЩИКОВ К ПРОБЛЕМЕ ДОПИНГА В СПОРТЕ

В статье обосновывается методология и методы исследования отношения белорусских спортивных болельщиков к проблеме допинга в спорте. Приводятся результаты анкетного опроса респондентов, проведенного в мониторинговом режиме, отражающие основные

аспекты исследуемой проблемы. В заключении авторы обобщают полученные данные и предлагают практические рекомендации.

The article explains the methodology and research methods against Belarusian sports fans to the problem of doping in sport. The results of the questionnaire respondents, conducted in monitoring mode, which are the main aspects of the research problem. In conclusion, the authors summarize the findings and offer practical recommendations

Полякова Т.Д., д-р пед. наук, профессор, Усенко И.В. (Белорусский государственный университет физической культуры)

ОТ ИНИЦИАТИВЫ К ИНТЕГРАЦИИ, ДИАЛОГУ КУЛЬТУР И ВЫСОКИМ ДОСТИЖЕНИЯМ

Возможность для прямого профессионального общения и поддержки актуальных проектов в сфере образования, науки, литературы, изобразительного искусства и в других областях межкультурного взаимодействия в СНГ предоставил культурной и научно-образовательной элите стран Содружества VIII Форум творческой и научной интеллигенции государств – участников СНГ.

Форум проходил с 23 по 26 сентября в Минске под патронатом Президента Беларуси Александра Лукашенко. Девиз форума – «2013 год – Год экологической культуры и охраны окружающей среды в государствах – участниках СНГ». Мероприятие стало одним из самых ярких политических, научных и гуманитарных событий нынешнего года.