

Спорт высших достижений

Ворон А.В. Совершенствование техники опорной части прыжка с шестом прыгунов различной квалификации на основе применения инновационного комплекса тренажеров ...3

Тропникова Д.В. Зимницкая Р.Э. Динамика физического состояния футболисток высокой квалификации в подготовительном и соревновательном периодах годичного цикла тренировки ...12

Максименко И.Г. Чемпионат мира – 2006 по футболу: анализ показателей технико-тактической деятельности сборных команд Италии, Франции и Украины ...22

Физическое воспитание и образование

Храмов В.В. Возможности компьютерных дидактических средств в повышении качества преподавания спортивно-педагогических дисциплин... 28

Шукан С.В. Методологические аспекты физического совершенствования курсантов академии МВД Республики Беларусь ... 35

Ахмаева И.В. Компьютерная игра «self-control» как средство обучения самоконтролю студентов специального медицинского отделения ... 39

Саламатова Н.Л. Уровни развития кондиционной и координационной подготовленности девушек, занимающихся вольной борьбой ... 43

Вопросы реабилитации

Манак Н.В. Возможности применения методики мануальной разработки для восстановления функции плечевого сустава ... 49

Зубовский Д.К., Улащик В.С. Постнагрузочные нарушения у спортсменов и пути их устранения с помощью физических факторов ... 54

Подготовка резерва и детско-юношеский спорт

Титова Н.Л. Оценка эффективности гребковых движений пловцов мальчиков 13–14 лет ... 58

Масловский О.Е., Ярошевич В.Г. Инновационные технологии использования средств сопряженного воздействия в годичном цикле тренировки юных легкоатлетов-спринтеров 64

Туризм

Кобринский М.Е., Сакун Л.В. Организация системы и содержание непрерывного профессионального образования специалистов для сферы туризма ... 70

Черняк Ю.М. Туризм и зрелище ... 77

Информационные материалы

Житько А.Н. Черлидинг – неотъемлемый атрибут повышения зрелищности на соревнованиях и его зарождение... 83

Можно ли выпрямить кривой позвоночник? ... 88

Набор в магистратуру ... 90

Новые книги из фонда библиотеки БГУФК ... 91

К сведению авторов ... 94

Ворон А.В., преподаватель (БГУФК) **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ ОПОРНОЙ ЧАСТИ ПРЫЖКА С ШЕСТОМ ПРЫГУНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ИННОВАЦИОННОГО КОМПЛЕКСА ТРЕНАЖЕРОВ**

Предлагаемые подходы к обучению сложной технике опорной части прыжка с шестом и ее совершенствованию еще не во всем совершенны. Слабым звеном предлагаемых подходов можно признать недостаточное использование средств срочной информации, а также отсутствие единого комплекса простейших тренажерных устройств в рамках конкретной педагогической методики обучения. В нашем эксперименте использование средств срочной информации позволило эффективно формировать у обучаемых логические связи между характером выполнения движений и его результатами (графики). Становилась возможной объективная оценка движений по точным количественным параметрам, которые педагогу крайне сложно выявить без использования специальной аппаратуры. Положительно отразилось на результатах совершенствования движений опорной части прыжка с шестом многократное воспроизведение спортсменами отдельных движений (фаз) прыжка на инновационном комплексе тренажеров. Эффективность разработанного подхода к совершенствованию движений опорной части прыжка с шестом подтверждена результатами эксперимента.

Тропникова Д.В., студентка 5 курса кафедры оздоровительной физической культуры (БГУФК);
Зимницкая Р.Э., канд. пед. наук, зав. кафедрой оздоровительной физической культуры (БГУФК)
ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ФУТБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДАХ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ТРЕНИРОВКИ

В 2007 году календарь соревнований чемпионата республики Беларусь по футболу среди женских команд включал 3 собственно соревновательных этапа. Матчи последнего из них (финальная серия игр четырех команд-лидеров первого и второго круга чемпионата) являлись, по сути, определяющими в итоговом расположении команд в турнирной таблице. Данная особенность календаря соревнований требовала соответствующего управления спортивной формой футболисток и предполагала их «подведение» к основным матчам чемпионата в оптимальном физическом состоянии, способствующем достижению высоких соревновательных результатов. В настоящей статье представлены результаты исследования динамики показателей физического развития, функционального состояния, физической подготовленности, физической работоспособности и уровня здоровья футболисток команды высшей лиги в подготовительном и соревновательном периодах годичного цикла подготовки. Экспериментально подтверждена необходимость планирования тренировочного процесса высококвалифицированных футболисток на основе учета показателей физического состояния спортсменок и особенностей календаря соревнований.

Максименко И.Г., канд. наук по физ. воспитанию и спорту, доцент кафедры олимпийского и профессионального спорта (ЛНПУ им. Т. Шевченко, Украина) **ЧЕМПИОНАТ МИРА – 2006 ПО ФУТБОЛУ: АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СБОРНЫХ КОМАНД ИТАЛИИ, ФРАНЦИИ И УКРАИНЫ**

В статье представлены параметры соревновательной деятельности, зафиксированные у сборных команд Франции и Италии в финальном матче чемпионата мира – 2006. Приведены показатели технико-тактических действий как отдельных игроков, так и команд в целом. Освещены результаты сравнительного анализа данных параметров, модельных характеристик соревновательной деятельности сборной и1059 Украины и показателей эффективности ее технико-тактических действий.

Храмов В.В., канд. пед. наук, доцент (ГрГУ им. Я. Купалы) **ВОЗМОЖНОСТИ КОМПЬЮТЕРНЫХ ДИДАКТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН**

Инновационная деятельность в системе высшего образования – это сложный, многоступенчатый процесс, который охватывает постановку проблемы, обоснование методологии улучшения, непосредственное внедрение, осуществление контроля за результатами и корректирующие мероприятия. Информационные технологии, по мнению специалистов, являются одним из наиболее перспективных путей совершенствования качества высшего профессионального образования. В статье обоснованы пути и формы внедрения компьютерных технологий в учебный процесс по спортивно-педагогическим дисциплинам. Представлен анализ проблем, существующих в практике подготовки будущих специалистов в области физической культуры и спорта. Показаны недостатки традиционных подходов к формированию специальных профессиональных компетенций. По итогам анализа сделан вывод о том, что качество практической подготовки студентов можно повысить при помощи специализированных дидактических средств – компьютерных программ, в содержании которых должны быть отражены элементы предстоящей профессиональной деятельности.

Шукан С.В., ст. преподаватель кафедры профессионально-прикладной физической подготовки (Академия МВД Республики Беларусь) **МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КУРСАНТОВ АКАДЕМИИ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

Анализ нормативных документов, методической литературы и незначительного количества научных работ по проблеме физической подготовки сотрудников органов внутренних дел показал, что в данном процессе остаются невостребованными современные достижения теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки. К сожалению, существующие учебные программы и учебно-методические документы традиционно не содержат сведений о технологии преподавания, что в условиях многоступенчатой системы обучения снижает эффективность учебно-воспитательного процесса по профессионально-прикладной физической подготовке курсантов. Поэтому имеются все основания говорить о необходимости поиска новой педагогической технологии, гарантирующей достижение необходимого уровня физической подготовленности курсантов.

Ахмаева И.В., аспирант (МГУ им. А.А. Кулешова») КОМПЬЮТЕРНАЯ ИГРА «SEIF-CONTROL» КАК СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ САМОКОНТРОЛЮ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Устойчивая тенденция ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения заставляет задуматься о его сохранении и укреплении. Для формирования целевой установки студентов на ведение здорового образа жизни и мотивационно-ценностного отношения молодежи к систематическому проведению самоконтроля за физическим состоянием организма необходимо модернизировать процесс образования: перейти от традиционных методов обучения (репродуктивного типа) к активным методам обучения (развивающего типа) [1, 2].

Саламатова Н.Л., аспирант (БГУФК) УРОВНИ РАЗВИТИЯ КОНДИЦИОННОЙ И КООРДИНАЦИОННОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ

В результате анализа научно-методической литературы было установлено, что вопрос о половом диморфизме в развитии показателей специальных кондиционных и координационных способностей борцов вольного стиля, находящихся на этапе высшего спортивного мастерства, освещен недостаточно хорошо. Существующие различия в структуре ведущих кондиционных и координационных способностей определяют необходимость построения тренировочного процесса борцов вольного стиля с обязательным включением специальных физических упражнений на основе учета фактора полового диморфизма. Нагрузки высокой кондиционной и координационной сложности будут положительно влиять на спортсменов обоих полов лишь в том случае, если они будут правильно подобраны. Включение специальных упражнений в сочетании с рациональной методикой их применения в тренировочный процесс позволит существенно повысить уровень развития ведущих координационных способностей девушек, занимающихся вольной борьбой.

Манак Н.В., аспирант (БГУФК) ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ МАНУАЛЬНОЙ РАЗРАБОТКИ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ФУНКЦИИ ПЛЕЧЕВОГО СУСТАВА

Автор данной статьи предлагает использовать методику мануальной разработки плечевого сустава в постиммобилизационный период у больных травматолого-ортопедического профиля. Данная методика основана на восстановительных упражнениях и выполняется с пересечением болевой границы. Представлены данные пилотажного эксперимента, сравнения изучаемых параметров функционального состояния плечевого сустава поврежденной конечности трех экспериментальных групп. Вследствие этого имеется возможность количественно оценить преимущество предлагаемой методики восстановления физической работоспособности лиц с постиммобилизационными контрактурами плечевого сустава и на этом основании рекомендовать ее в практику.

Зубовский Д.К., канд. мед. наук (БГУФК); Улащик В.С., д-р мед. наук, профессор (Институт физиологии НАН Беларуси) ПОСТНАГРУЗОЧНЫЕ НАРУШЕНИЯ У СПОРТСМЕНОВ И ПУТИ ИХ УСТРАНЕНИЯ С ПОМОЩЬЮ ФИЗИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ

Знание основных механизмов постнагрузочных нарушений и использование адаптационно-восстановительных комплексных методик на основе применения различных по своим параметрам лечебных физических факторов (ЛФФ) позволяет осуществить целенаправленное воздействие на процессы утомления и использовать ЛФФ в качестве средств восстановления спортсменов.

Титова Н.Л. (Институт парламентаризма и предпринимательства, г. Минск) ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ГРЕБКОВЫХ ДВИЖЕНИЙ ПЛОВЦОВ МАЛЬЧИКОВ 13–14 ЛЕТ

Высокий уровень силовых способностей пловцов неразрывно связан с эффективной техникой плавания, поэтому нарушение одного из этих компонентов обязательно приведет к изменению другого. Этим и объясняется большое количество исследований, направленных на определение степени изменения структуры техники плавания под воздействием различных средств специальной силовой подготовки пловцов. Эффективность техники плавания является основным показателем специальной технической подготовленности спортсменов. Повышение скорости плавания возможно либо за счет повышения темпа гребковых движений, либо за счет увеличения длины «шага». На этапе углубленной специализации у пловцов вырабатывается оптимальный темп плавательных движений, длительность цикла плавательных движений заметно увеличивается, при этом достигается высокая скорость плавания. Эффективным средством совершенствования технического мастерства является создание дополнительных сопротивлений с помощью лопаток различных площадей и ведерок различного диаметра. поэтому выявление средств и методов специальной силовой подготовки пловцов-мальчиков 13–14 лет, позволяющих создать предпосылки максимальной реализации силового потенциала в технике плавания, является весьма актуальным.

Масловский О.Е., канд. пед. наук (МГЛУ); Ярошевич В.Г., канд. пед. наук, доцент (БрГУ им. А.С. Пушкина) ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ СОПРЯЖЕННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ТРЕНИРОВКИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ

Одним из факторов, гарантирующих успех в подготовке спринтеров от новичков до мастеров международного класса, является внедрение в тренировочный процесс новых научно-методических разработок спортивной педагогики, а также постоянный поиск нетрадиционных путей и подходов к повышению спортивного мастерства юных атлетов. С этой позиции разработка инновационных технологий использования средств сопряженного воздействия в годичном цикле тренировки юных легкоатлетов на этапе выбора спортивной специализации может представлять определенный интерес для специалистов и в силу этого активизировать их творческие способности, чтобы генерировать новые идеи при решении спортивно-педагогических задач по сопряженной тренировке.

Кобринский М.Е., д-р пед. наук, профессор (БГУФК); Сакун Л.В., доцент Российской международной академии туризма (Институт туризма БГУФК) **ОРГАНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ И СОДЕРЖАНИЕ НЕПРЕРЫВНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА**

Система непрерывного профессионального образования кадров в институте туризма БГУФК построена на основе блочно-модульной технологии. Она позволяет направленно управлять организацией и содержанием учебного процесса, служит методологической основой для разработки учебных планов, программ и других методических документов, помогающих успешно реализовать образовательный процесс, приближает его к реальным условиям эффективной профессиональной деятельности в деловой логистике международного туризма.

Черняк Ю.М., канд. искусствоведения, доцент (БГУ культуры и искусств) **ТУРИЗМ И ЗРЕЛИЩЕ**

Туризм – явление древнее, хотя оно и не называлось так в эпоху культовых путешествий египетских фараонов с многочисленными свитами и колоннами следовавших за ними язычников, в эпохи путешествий аргонавтов за золотым руном и странствий одиссея, смелых мореплавателей, пролагавших торговые пути и открывавших новые земли. Особо важное значение в становлении туризма имело паломничество верующих к святым местам.

Житько А.Н., руководитель кружка (Центр внешкольной работы «Маяк», Минск) **ЧЕРЛИДИНГ – НЕОТЪЕМЛЕМЫЙ АТРИБУТ ПОВЫШЕНИЯ ЗРЕЛИЩНОСТИ НА СОРЕВНОВАНИЯХ И ЕГО ЗАРОЖДЕНИЕ**

Внедрение и развитие инновационных форм физического воспитания подрастающей молодежи положительно сказывается на оздоровлении нации в целом, повышается интерес не только к новым направлениям в спорте, но и к спортивным соревнованиям в игровых видах спорта. Развитие черлидинга позволяет значительно повысить зрелищность при проведении соревнований различного уровня. Разработка методической основы занятий поможет подготовить физически развитое поколение XI в., увеличить число занимающихся в различных спортивных кружках. В республике Беларусь созданы все предпосылки для развития черлидинга и подготовки высококвалифицированных специалистов в данной области.

МОЖНО ЛИ ВЫПРЯМИТЬ КРИВОЙ ПОЗВОНОЧНИК?

«Привычная болячка!» – скажут многие при упоминании о сколиозе. Однако сколиоз – не просто эстетическая и психологическая проблема (почти всегда искривление заметно внешне), а заболевание всего организма, не имеющее обратного развития и сопровождающее человека всю жизнь. Не случайно в переводе с древнегреческого одно из определений сколиоза звучит как «лукавый». В международной классификации патология носит название «сколиоз идеопатический», то есть болезнь, причина которой до сих пор до конца не определена.