

ОБЗОР СПОРТИВНЫХ СОБЫТИЙ

Усенко И.В.

ИЗ ЗИМЫ В ЛЕТО 2

КРУГЛЫЙ СТОЛ

Усенко И.В., Геращенко Н.С.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ В УНИВЕРСИТЕТЕ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ.... 8

Усенко И.В., Геращенко Н.С.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ХОККЕЙ: МОДЕЛЬ РАЗВИТИЯ КОМПЕТЕНТНОСТНОЙ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ ТРЕНЕРА В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ 12

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Позюбанов Э.П.

СТРУКТУРА РАЗБЕГА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЫГУНОВ В ВЫСОТУ 18

На основе качественного биомеханического анализа техники соревновательного упражнения высококвалифицированных прыгунов в высоту в статье рассмотрены особенности структурного построения разбега.

Выявлены индивидуальные варианты построения беговых шагов в заключительной части предварительного разгона спортсмена, свидетельствующие о специфике формирования отдельных элементов циклической части прыжка.

Ключевые слова: прыжок в высоту; разбег; отталкивание; периоды опоры и полета; временные и пространственные показатели; ритмо-темповая структура; энергия упругой деформации.

THE RUN-UP STRUCTURE OF HIGHLY SKILLED HIGH JUMPERS

The features of run-up structure are considered on the basis of the qualitative biomechanical analysis of the technique of the competitive exercise of highly skilled high jumpers. Individual options of running steps construction in the final part of the preliminary approach of an athlete, indicating the formation specifics of certain elements of the cyclic part of the jump, are revealed.

Keywords: high jump; run-up; take-off; support and flight periods; temporal and spatial indicators; rhythm-tempo structure; energy of elastic deformation.

Попов В.П., Макаревич А.В.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ В ЖЕНСКОМ СПОРТЕ 25

В работе дана оценка ситуации, сложившейся в женском спорте. Авторы предлагают автоматизированный информационный навигатор для оперативного согласования тренировочной нагрузки с текущим состоянием гормонального статуса спортсменки. Предложена концепция нормирования тренировочной нагрузки в фазах менструального цикла на основе вариативности сердечного ритма.

Ключевые слова: тренировочная нагрузка; гормональный статус; фазы менструального цикла.

MODERN PROBLEMS AND PERSPECTIVE CONCEPTS IN FEMALE SPORT

The current situation in women's sport is assessed in the paper. The authors offer an automated information navigator for an efficient coordination of the training load with the current state of the hormonal status of a sportswoman. A concept of the training load regulation in different phases of the menstrual cycle based on the heart rate variability is proposed.

Keywords: training load; hormonal status; phases of the menstrual cycle.

Навойчик А.А., Храмов В.В., Навойчик В.П.

СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СТРИТБОЛА В БЕЛАРУСИ ПО ИТОГАМ АНАЛИЗА МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ 2018 ГОДА..... 32

Проанализирован уровень развития баскетбола «3×3» в Республике Беларусь. Подведены итоги выступлений национальных сборных на континентальных первенствах. Отмечены существующие тенденции в развитии, перспективные направления и типичные ошибки на этапах комплектования команд, организации тренировочного и соревновательного процессов.

Ключевые слова: стритбол; баскетбол «3×3»; II Европейские игры; национальная сборная; комплектование команд; международные соревнования.

THE STATE AND PROSPECTS OF STREETBALL DEVELOPMENT IN BELARUS FOLLOWING THE RESULTS OF THE INTERNATIONAL COMPETITIONS 2018

The level of development of basketball "3×3" in the Republic of Belarus is analyzed. The results of the national teams in continental competitions are summed up. The existing development trends, perspective directions and typical mistakes at the stages of teams building, training and competitive processes organization are noted.

Keywords: streetball; basketball "3×3"; The II European games; national team; team building; international competitions.

Прохоров Ю.М.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ И МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВЫСОКИХ СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ В БОКСЕ 37

В статье рассматриваются факторы, существенно влияющие на результаты поединка боксеров на ринге в условиях соревнований. Способность вариативного, оптимального и рационально технического выполнения специальных приемов определяется автором в качестве модельных характеристик тотального поведения боксера новой формации.

Ключевые слова: агрессивный, силовой и игровой бокс; оптимальность и рациональность движений; чистота технического выполнения приемов; соревновательная практика; модель тотального поведения боксера на ринге.

THEORETICAL BASES AND MODEL CHARACTERISTICS OF HIGH SPORTS ACHIEVEMENTS IN BOXING

Factors significantly affecting the results of a boxer's fight in the ring in competitive conditions are considered in the article. The ability of variable, optimum, and rational technical performance of special actions is defined by the author as model characteristics of total behavior of a boxer of the new formation.

Keywords: aggressive, power and game boxing; optimality and rationality of movements; purity of actions technical performance; competitive practice; total behavior model of a boxer in the ring.

Юшкевич Т.П.

ПЕРСПЕКТИВЫ УЛУЧШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ В ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОМ СПРИНТЕ 42

В статье дана характеристика спринтерскому бегу. Выполнен анализ факторов, определяющих спортивный результат в беге на 100 и 200 м с точки зрения имеющихся резервных возможностей. Показаны модельные характеристики силовой подготовленности спринтеров различной квалификации. Даны рекомендации по оптимизации соотношений объемов тренировочной работы, направленной на развитие скорости бега к объемам работы на развитие скоростной выносливости на различных этапах годового цикла подготовки.

Ключевые слова: легкоатлетическом спринт; результат; перспективы улучшения.

PROSPECTS FOR IMPROVING RESULTS IN TRACK AND FIELD SPRINT

Characteristic of track and field sprint is given in the article. Analysis of the factors defining sports result in 100 and 200 m running from the point of view of available reserve opportunities has been made. Model characteristics of power readiness of sprinters of various qualification are shown. Recommendations on optimization of ratios of training volumes aimed at running speed development to training volumes for high-speed endurance development at various stages of the year cycle of preparation are made.

Keywords: track and field sprint; result; prospects for improving.

Лесив Г.Г., Карась О.В.

ДИНАМИКА ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГИМНАСТОК НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ В ГОДИЧНОМ МАКРОЦИКЛЕ 2017–2018 ГОДОВ 48

В статье представлены данные о динамике технической подготовленности гимнасток национальной команды Республики Беларусь в годовом макроцикле 2017–2018 годов. Результаты исследования показали наличие прироста уровня технического мастерства спортсменок в видах гимнастического многоборья. Однако для завоевания индивидуальных олимпийских лицензий в 2019 году необходимо внести коррективы в тренировочный процесс ведущих гимнасток страны.

Ключевые слова: техническая и специальная физическая подготовленность; гимнастическое многоборье; оценка трудности упражнения; оценка исполнения упражнения; окончательная оценка.

DYNAMICS OF TECHNICAL PREPAREDNESS OF FEMALE GYMNASTS OF THE NATIONAL TEAM OF THE REPUBLIC OF BELARUS IN THE YEARLY MACROCYCLE OF 2017–2018

Data on dynamics of technical preparedness of gymnasts of the National Team of the Republic of Belarus in the yearly macrocycle of 2017–2018 are provided in the article. Research results demonstrate the gain in the level of gymnasts' technical skill in the all-around gymnastics. However, to win individual Olympic licenses in 2019 it is necessary to make amendments in the training process of the leading gymnasts of the country.

Keywords: technical and special physical preparedness; all-around gymnastics; exercise difficulty evaluation; exercise execution evaluation; final assessment.

ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Хэн Чюантао, Шахлай А.М.

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ 6–8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ 53

В данной статье рассматриваются вопросы повышения эффективности процесса технической подготовки в настольном теннисе на основе учета динамики развития вида спорта, а также факторы, влияющие на уровень освоения технических приемов, и исследованы вопросы содержания тренировки на этапе начальной спортивной подготовки.

Результаты проведенного корреляционного анализа взаимосвязи технической и физической подготовленности занимающихся, экспериментальное обоснование целесообразности использования ограничения зоны попаданий в разучивании технических приемов позволяют оптимизировать процесс технической подготовки игроков в настольный теннис.

Ключевые слова: настольный теннис; техническая подготовка; технический прием; тренировочное задание.

WAYS OF IMPROVING THE EFFICIENCY OF TECHNICAL TRAINING OF CHILDREN AGED 6–8 YEARS ENGAGED IN TABLE TENNIS

The issues of improving the efficiency of the technical training process in table tennis based on taking into account the development trends of the sport are considered in the article, the factors influencing the level of techniques mastering are discussed, and the training content at the initial preparation stage is explored. The results of the correlation analysis of the relationship of technical and physical preparedness of the involved, experimental justification of the use of limiting the area of hitting in techniques learning allows to optimize the process of technical training of table tennis players.

Keywords: table tennis; technical training; technique; training task.

Михеев А.А., Примак Д.В., Михеев Н.А.

ИЗУЧЕНИЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ СТОИМОСТИ ВИБРОМИОСТИМУЛЯЦИОННЫХ ТРЕНИРОВОК СПОРТСМЕНОВ-ЕДИНОБОРЦЕВ 60

Вибрационная тренировка приводит к интенсификации физических упражнений малой интенсивности. При этом расход энергии в процессе выполнения вибрационных упражнений превышает расход энергии при выполнении равноценных по объему и интенсивности традиционных упражнений на 65 %.

Ключевые слова: вибрационная тренировка; расход энергии; частота сердечных сокращений.

POWER CONSUMPTION INVESTIGATION IN THE COURSE OF VIBROMIOSTIMULATION TRAINING OF WRESTLERS

Vibration training leads to intensification of physical exercises of low intensity. In the course of vibration exercises power consumption exceeds this index by 65 percent when performing equivalent in the volume and intensity traditional exercises.

Keywords: vibration training; power consumption; heart rate.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

Новиков А.Н., Леонов В.В., Марцулевич А.Ч.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ КУРСАНТОВ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «АКАДЕМИЯ МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ»

64

В данной статье оценена эффективность учебной программы по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка» при развитии силовой выносливости.

Представлены результаты тестирования силовой выносливости и функционального состояния курсантов 1–4-го годов обучения учреждения высшего образования «Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь».

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; курсанты; силовая выносливость; функциональное состояние.

COMPARATIVE ANALYSIS OF STRENGTH ENDURANCE OF CADETS OF THE HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT ACADEMY OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF THE REPUBLIC OF BELARUS

An assessment of the effectiveness of the program on the discipline “Professionally Applied Physical Training” in the development of strength endurance is provided in the article. The testing results of strength endurance and functional state of cadets of the 1–4 years of the higher educational establishment Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Belarus are presented.

Keywords: professionally applied physical training; cadets; strength endurance; functional state.

Глазырина Л.Д., Мо Сяохэ.

ФОРМИРОВАНИЕ ТУРИСТСКИХ УМЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

69

В данной статье рассматривается проблема формирования туристских умений и навыков детей старшего дошкольного возраста в досуговой деятельности. Приводится развернутый конспект досугового мероприятия туристской направленности. Представлена тема досуга, цель, задачи, программа занятий, методические рекомендации к организации и проведению досуга.

Ключевые слова: досуг; досуговая деятельность; туристские умения; дети старшего дошкольного возраста.

TOURIST SKILLS FORMATION IN CHILDREN OF THE SENIOR PRESCHOOL AGE BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE IN CONDITIONS OF LEISURE ACTIVITIES

The problem of tourist skills formation in children of the senior preschool age in leisure activities is considered in the article. A detailed outline of tourism oriented leisure activity is given. A leisure theme, its purpose, the tasks, the program of occupations, and guidelines on organization of leisure activities are presented.

Keywords: leisure; leisure activities; tourist skills; children of senior preschool age.

Янович Ю.А.

ИНТЕГРАЦИЯ ОБЩЕПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО И СПОРТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЙ В УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (НА ПРИМЕРЕ ЧИРЛИДИНГА)

74

В статью включен краткий обзор диссертационного исследования, в котором впервые дано теоретико-экспериментальное обоснование концепции педагогической интеграции общеподготовительного и спортивного направлений с целью повышения эффективности освоения учебной дисциплины «Физическая культура» для студентов основного и подготовительного отделений учреждений высшего образования.

Ключевые слова: физическое воспитание студентов; педагогическая интеграция; общеподготовительное и спортивное направления учебной дисциплины «Физическая культура»; чирлидинг.

INTEGRATION OF THE GENERAL PREPARATORY AND SPORTS DIRECTIONS IN THE EDUCATIONAL DISCIPLINE “PHYSICAL CULTURE” (ON THE EXAMPLE OF CHEERLEADING)

The article includes a brief review of the dissertation research, which for the first time provides a theoretical and experimental substantiation of the concept of pedagogical integration of general preparatory and sports directions in order to increase the efficiency of learning the discipline “Physical Culture” for students of the main and preparatory departments of higher educational establishments.

Keywords: physical education of students; pedagogical integration; general preparatory and sports directions of the educational discipline “Physical Culture”; cheerleading.

Гуслистова И.И.

СОДЕРЖАНИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СРЕДНИХ ШКОЛАХ-УЧИЛИЩАХ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ...

79

Статья посвящена проблеме развития олимпийского образования в средних школах-училищах олимпийского резерва и его структуры. Основными компонентами структуры являются: методологический, целевой, содержательный, результативный блоки. Реализация их содержания направлена на достижение результатов: овладение знаниями, умениями и навыками как системой на основе единства учебной, воспитательной и учебно-тренировочной деятельности, достижение высокого уровня спортивной подготовленности, возрастание актуальности ценностей олимпизма в системе ценностных приоритетов спортсменов и роли нравственных качеств в структуре личности учащегося-спортсмена, развитие ценностно-мотивационной и профессиональной сферы.

Ключевые слова: олимпизм; содержание олимпийского образования; ценностное отношение; системный подход.

THE CONTENT OF THE OLYMPIC EDUCATION AT SPECIALIZED SECONDARY SCHOOLS OF THE OLYMPIC RESERVE

The article is devoted to the problem of the Olympic education development at the specialized secondary schools of the Olympic reserve and its structure. The principal components of the structure are: methodological unit, target unit, informative unit, and productive unit. Implementation of their contents is directed to achievement of the following results: mastering knowledge and skills as a system on the basis of the unity of educational, educational, tutorial and training activities, achievement of high levels of sports preparedness, increase of the Olympism values relevance in the system of value priorities of athletes and the role of moral qualities in structure of the personality of a pupil-athlete, development of the value-motivational and occupational sphere.

Keywords: Olympism; Olympic education content; value relation; system approach.

МЕНЕДЖМЕНТ; МАРКЕТИНГ; ЭКОНОМИКА СПОРТА, РЕКРЕАЦИЯ И ТУРИЗМ

Голомазова Е.С., Ерофеева А.С., Лушневский А.А.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ КАК ФАКТОР ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ УСЛУГ АГРОЭКОТУРИЗМА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

84

Проведенный контент-анализ описаний 384 агроэкоусадоб, представленных в интернете, показал, что предложения агроэкотуризма в Республике Беларусь являются мало дифференцированными и сконцентрированы на гастрономических, спортивных и банных услугах. Одним из наименее задействованных видов услуг является психологический туризм, который, в свою очередь, отвечает стремлению современного потребителя к получению новых впечатлений и цифровой детоксикации. В работе приводится обоснование возможности использования психологического туризма агроэкоусадобами, а также фрагмент программы проведения мероприятия на основе методики спонтанных танцев с элементами народного творчества.

Ключевые слова: психологический туризм; агроэкотуризм; услуги; Республика Беларусь.

PSYCHOLOGICAL TOURISM AS A FACTOR OF AGROECOTOURISM SERVICES DIFFERENTIATION IN THE REPUBLIC OF BELARUS

A content analysis of descriptions of 384 agroecofarms presented on the Internet showed that the ecotourism offers in the Republic of Belarus are poorly differentiated and are focused on gastronomic, sports, and sauna services. One of the least involved types of services is psychological tourism, which in turn responds to the desire of the modern consumer to get new experience and digital detox. The paper presents justification for the use of psychological tourism by agroecofarms, as well as a program of activities based on the technique of spontaneous dances with elements of folk art.

Keywords: psychological tourism; agroecotourism; services; Republic of Belarus.

Стрельченко А.И., Еловая Е.М.

АНАЛИЗ ДИНАМИКИ ТУРИСТИЧЕСКОГО ЭКСПОРТА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ЗА 2016–2018 ГОДЫ

89

В статье проанализирован потенциал туристической отрасли Республики Беларусь за 2016–2018 годы, произведен анализ динамики экспорта туристических услуг Республики Беларусь за тот же период; раскрыты основные маркетинговые направления по продвижению туристического потенциала Республики Беларусь на зарубежные целевые рынки.

Ключевые слова: экспорт; туризм; туристический экспорт; туристические услуги; туристический потенциал; экспортный потенциал; продвижение.

ANALYSIS OF THE TOURISM EXPORT DYNAMICS OF THE REPUBLIC OF BELARUS FOR 2016–2018

The article analyzes the potential of the tourism industry of the Republic of Belarus for 2016–2018 and the dynamics of tourism services export of the Republic of Belarus for the same period; the main marketing directions to promote the tourism potential of the Republic of Belarus to foreign target markets are revealed.

Keywords: export; tourism; tourism export; tourism services; tourism potential; export potential; promotion.

ДИСКУССИОННАЯ ПЛОЩАДКА

Буйко Т.Н.

К ВОПРОСУ О МОДЕЛИ СПЕЦИАЛИСТА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

96

БИБЛИОТЕКА ТРЕНЕРА

Марк Б. Андерсен.

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ НА ПРАКТИКЕ

101

ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Григоревич В.В.

ВКЛАД ТЕХНИКУМОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОДГОТОВКУ КАДРОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ В БССР И БЕЛАРУСИ (1945–1992 ГГ.)

112

В статье раскрывается роль техникумов физической культуры в подготовке физкультурных кадров для Беларуси. Особо освещается деятельность Гродненского техникума физической культуры в послевоенный период (1945–1957, 1963–1992 гг.).

Ключевые слова: подготовка кадров; техникумы физической культуры; выпускники.

CONTRIBUTION OF TECHNICAL SCHOOLS OF PHYSICAL CULTURE TO SPORTS SPECIALISTS TRAINING IN BELARUS (1945–1992)

The article reveals the role of physical culture technical schools in training physical education personnel for Belarus. The activities of Grodno Technical School of Physical Culture in the post-war period (1945–1957, 1963–1992) are given a special coverage.

Keywords: specialists training; technical schools of physical culture; graduates.