

Усенко И.В., Масловская Ю.И.

АНАЛИЗ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ В БЕЛОРУССКОМ СПОРТЕ 2

Юшкевич Т.П., Гурская О.В.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ С РЕЗУЛЬТАТОМ В БЕГЕ НА 400 МЕТРОВ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОК 10

Статья посвящена проблеме управления тренировочным процессом легкоатлеток-спринтеров, специализирующихся в беге на 400 м на основе использования показателей специальной физической подготовленности. Определены наиболее эффективные контрольные упражнения, которые в наибольшей степени взаимосвязаны с результатом на основной соревновательной дистанции и могут использоваться для оценки уровня физической подготовленности спортсменок на различных этапах подготовки. Ключевые слова: бегуны на 400 м; управление тренировочным процессом; педагогический контроль; тестирование.

INTERRELATION OF INDICATORS OF SPECIAL PHYSICAL PREPAREDNESS WITH THE RESULT IN 400 METERS RUNNING IN HIGHLY QUALIFIED SPORTSWOMEN

The article is devoted to the problem of the training process management of female athletes-sprinters specializing in 400 m running based on application of indicators of special physical preparedness. The most effective control exercises greatly connected with the result on the main competitive distance and which can be used to assess the level of physical preparedness of sportswomen at various stages of preparation are defined.

Keywords: 400 m runners; training process management; pedagogical control; testing.

Баргаш В.А.

ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНО-БОЕВЫХ ВИДАХ ЕДИНОБОРСТВ..... 16

Статья посвящена проблемам организации многолетней подготовки в спортивно-боевых видах единоборств. Рассмотрены методологические основы организации подготовки спортсменов в видах спорта, включенных в программу Олимпийский игр, и выполнен аналитический обзор основных подходов, характерных для занимающихся спортивным и прикладным направлениями спортивно-боевых единоборств.

Ключевые слова: организация многолетней подготовки квалифицированных спортсменов; отбор и спортивная ориентация; особенности построения тренировочного процесса; спортивные и прикладные направления спортивно-боевых единоборств; рациональное построение спортивной подготовки.

PROBLEMS OF ORGANIZATION OF LONG-TERM PREPARATION IN COMBAT SPORTS

The article is devoted to the problems of organization of long-term preparation in combat sports. Methodological basics of athletes training process organization in the Olympic sports are considered, and an analytical review of the main approaches characteristic for athletes engaged in sports and applied combat sports has been carried out.

Keywords: organization of long-term preparation of highly qualified athletes; selection and sports orientation; features of the training process construction; sports and applied directions of combat sports; rational construction of sports training.

Сергеев С.А.

ДИНАМИКА ИНТЕРВАЛЬНОЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ КАК ФАКТОР ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОКСЕРОВ..... 23

В статье предложен оригинальный подход к анализу соревновательной деятельности боксеров по дифференцированному интервально-временному критерию, который позволяет определить фазы боевой активности различной степени эффективности, выделить основные технико-тактические приемы и действия, обеспечивающие достижение преимущества в конкретные промежутки времени боя.

Ключевые слова: соревновательная результативность; боевая активность; интервал поединка; коэффициент эффективности; технико-тактический арсенал; функциональная готовность.

DYNAMICS OF INTERVAL COMPETITIVE EFFECTIVENESS OF FIGHTING AS A FACTOR OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING INDIVIDUALIZATION OF BOXERS

Original approach to competitive activity analysis of boxers by the differentiated interval-time criterion allowing to define phases of fighting activity of various degree of efficiency and to mark out the main technical-tactical tricks and actions providing advantage in specific periods of fight is offered in the article.

Keywords: competitive effectiveness; fighting activity; match interval; effectiveness ratio; technical and tactical arsenal; functional readiness.

Лашук А.В., Зимницкая Р.Э.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛЬНЫХ АРБИТРОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ..... 32

В статье раскрываются особенности подготовки футбольных арбитров Высшей лиги в подготовительном периоде. Выявлены систематичность и планомерность тренировочного процесса, а также проблемы, с которыми судья сталкивается в период подготовки к матчам. Определена эффективность упражнений, которые арбитры применяют для самостоятельных тренировок. Ключевые слова: футбольный арбитр; физическая подготовка; подготовительный период; тренировочный процесс.

FEATURES OF PHYSICAL TRAINING OF FOOTBALL REFEREES IN THE PREPARATORY PERIOD

The article reveals the features of the Top league football referees training in the preparatory period. Systematic and planned character of the training process is revealed, as well as the problems that a referee faces preparing for the matches. The effectiveness of exercises that referees use for self-training is determined.

Keywords: football referee; physical training; preparatory period; training process.

Лесив Г.Г., Антонов Г.В., Карась О.В.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ ГИМНАСТИКИ СПОРТИВНОЙ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ НА 2019–2030 ГОДЫ..... 37

В статье представлен анализ современного состояния развития гимнастики спортивной в Республике Беларусь, определены основные положения концепции развития вида спорта в стране до 2030 года, намечены пути повышения эффективности системы подготовки спортсменов мужской и женской национальных команд и их резерва.

Ключевые слова: концепция развития гимнастики; план-прогноз; спортивный резерв; мужская и женская национальные команды.

THE MAIN DIRECTIONS OF THE CONCEPT OF THE ARTISTIC GYMNASTICS DEVELOPMENT IN THE REPUBLIC OF BELARUS FOR 2019–2030

The current state of development of the artistic gymnastics in the Republic of Belarus is analyzed, the main provisions of the concept of development of the sport in the country by 2030 are defined, the ways to improve the effectiveness of the training system of athletes of the Men's and Women's National Teams and their reserves are outlined in the article.

Keywords: gymnastics development concept; forecast plan; sports reserve; Men's and Women's National Teams.

Мацюсь Н.Ю.

ДИАГНОСТИКА ОБУЧАЕМОСТИ КАК СРЕДСТВО ОПТИМИЗАЦИИ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ГИМНАСТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА 45

В статье представлены результаты исследования, полученные в ходе внедрения в тренировочный процесс технологии диагностики обучаемости начинающих спортсменов сложнокоординационным действиям. Обоснована необходимость изучения обучаемости с целью оптимизации системы спортивного отбора на этапе начальной подготовки в гимнастических видах спорта.

Ключевые слова: спортивный отбор; этап начальной подготовки; гимнастические виды спорта; обучаемость сложнокоординационным действиям; оптимизация; технология диагностики.

DIAGNOSTICS OF LEARNING ABILITY AS A MEANS OF THE SYSTEM OF SPORTS SELECTION OPTIMIZATION AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING IN GYMNASTICS

Research results received while introduction of the diagnostics technology of learning ability to complex coordination actions in the training process of novice athletes are presented in the article. The need to study the learning ability aimed to optimize the system of sports selection at the stage of initial training in gymnastics is substantiated.

Keywords: sports selection; stage of initial training; gymnastics; learning ability to complex coordination actions; optimization; diagnostics technology.

ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Саликов В.В.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ГИБКОСТИ И ЛОВКОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ С УЧЕТОМ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ 54

В работе отражена взаимосвязь совершенствования личностных качеств спортсменов-волейболистов с физическими качествами «гибкость» и «ловкость». Приведены данные авторского исследования в рамках педагогического эксперимента по совершенствованию гибкости и ловкости с учетом личностных качеств спортсменов.

Ключевые слова: волейбол; личностные качества; личность; гибкость; ловкость.

IMPROVEMENT OF FLEXIBILITY AND AGILITY IN VOLLEYBALL PLAYERS WITH CONSIDERATION OF PERSONAL QUALITIES DEVELOPMENT

The paper reflects the relationship of improving the personal qualities of volleyball athletes with physical qualities of flexibility and agility. The data of the author's research carried out in the framework of an educational experiment on flexibility and agility improvement with consideration of athletes' personal qualities are presented.

Keywords: volleyball; personal qualities; personality; flexibility; agility.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

Комоцкий К.Р., Шахлай А.М.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРИКЛАДНЫХ НАВЫКОВ ПРИМЕНЕНИЯ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ У КУРСАНТОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ 61

В статье рассматриваются проблемы соответствия содержания учебной дисциплины «Профессионально-прикладная физическая подготовка» курсантов учреждений высшего образования органов внутренних дел Республики Беларусь возложенным задачам на этапе первоначальной подготовки, а также организации учебного процесса на примере Могилевского института МВД.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; курсанты; силовое задержание; боевые приемы борьбы; самозащита.

FORMATION OF APPLIED SKILLS OF FIGHTING TECHNIQUE APPLICATION IN CADETS OF HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS OF THE LAW-ENFORCEMENT BODIES OF THE REPUBLIC OF BELARUS

The problem of the content compliance of the discipline Professional and Applied Physical Training of cadets of higher educational establishments of the law-enforcement bodies of the Republic of Belarus at the stage of initial preparation to the tasks assigned to and of the educational process organization on the example of the Mogilev Institute of the Ministry of Internal Affairs are considered in the article.

Keywords: professional and applied physical training; cadets; power detention; combat techniques; self-defense.

В статье представлен сравнительный анализ скоростно-силовых и скоростных способностей курсантов Академии МВД. Дана оценка эффективности учебной программы по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка» при развитии скоростно-силовых и скоростных способностей. Определены направления совершенствования процесса профессионально-прикладной физической подготовки курсантов Академии МВД.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка; скоростно-силовые способности; скоростные способности; курсанты.

COMPARATIVE ANALYSIS OF SPEED-STRENGTH AND SPEED ABILITIES OF CADETS OF THE HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT THE ACADEMY OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF THE REPUBLIC OF BELARUS

The article presents a comparative analysis of speed-strength and speed abilities of cadets of the Academy of the Ministry of Internal Affairs. The effectiveness of the program of the discipline Professional and Applied Physical Training in the development of speed-strength and speed abilities has been evaluated. The directions for improving the process of professionally applied physical training of cadets of the Academy of the Ministry of Internal Affairs have been determined.

Keywords: professional-applied physical training; speed-strength abilities; speed abilities; cadets.

В учреждениях дошкольного образования одной из задач физического воспитания детей дошкольного возраста является формирование представлений об олимпийском движении. Решение данной задачи параллельно затрагивает и ряд других, в том числе и воспитательных. В статье представлен анализ диагностики воспитанников старшего дошкольного возраста о сформированности нравственно-волевых качеств, а также описаны методические рекомендации по их развитию.

Ключевые слова: олимпийское образование; учреждения дошкольного образования; физкультурно-оздоровительная работа; физкультурные занятия; методические рекомендации.

FORMATION OF MORAL AND STRONG-WILLED QUALITIES IN ELDER PRESCHOOLERS ON THE BASIS OF THE OLYMPIC VALUES

One of the tasks of physical education of preschool children in pre-school educational establishments is to form ideas about the Olympic movement. The solution of this problem simultaneously affects a number of other tasks, including educational ones. Analysis of moral and strong-willed qualities development in elder preschoolers and methodological recommendations on their formation are presented in the article.

Keywords: Olympic education; preschool educational establishments; physical culture and recreational activities; physical culture; methodological recommendations.

В современных психолого-педагогических исследованиях образовательного процесса начальной школы игра как развивающий вид деятельности продолжает занимать сильные позиции. В нашем исследовании по олимпийскому образованию в начальной школе мы применяем инновационную квест-технология, которая может стать одним из средств, способствующих всестороннему влиянию на развитие личности ребенка. Внедрение квест-технологии в образовательно-воспитательный процесс начальной школы способно содействовать преемственности дошкольного и начального образования, создавая условия для учета индивидуальных особенностей каждого младшего школьника, приобщая к общечеловеческим ценностям, мотивации к ведению здорового образа жизни и занятиям спортом.

Ключевые слова: олимпийское образование; начальная школа; квест-технология; младшие школьники.

OLYMPIC EDUCATION OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN THROUGH QUEST-TECHNOLOGIES INTRODUCTION

Game as a developing activity continues to occupy a strong position in modern psychological and pedagogical studies of the educational process in primary school. In our study on Olympic education in primary school we use an innovative quest technology, which can be one of the means to promote a comprehensive impact on the child's personality development. Introduction of the quest technology in the educational process of primary school can promote continuity of pre-school and primary education, creating conditions to take into consideration individual characteristics of each junior schoolchild introducing them to universal values, a healthy lifestyle motivation and sports.

Keywords: Olympic education; primary school; quest technology; junior schoolchildren.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В статье приводятся результаты исследований по выявлению взаимосвязи показателей функционального состояния и работоспособности конькобежцев и представителей группы сравнения в зависимости от различных аллельных вариантов генов ACE и BDKRB2, ассоциированных с предрасположенностью к оптимальной адаптации сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам. Показано, что функциональное состояние системы кровообращения как в покое, так и после нагрузки, зависит от аллельных вариантов генов ACE и BDKRB2.

Ключевые слова: функциональное состояние; работоспособность; сердечно-сосудистая система; гены ACE и BDKRB2.

CHARACTERISTIC OF THE FUNCTIONAL STATE AND EFFICIENCY OF SKATERS AND REPRESENTATIVES OF GROUP OF COMPARISON WITH VARIOUS ALLELIC OPTIONS OF ACE AND BDKRB2 GENES

Research results on identification of interrelation of indicators of the functional state and efficiency of skaters and representatives of group of comparison depending on various allelic options of ACE and BDKRB2 genes associated with predisposition to optimum adaptation of the cardiovascular system to exercise stresses are presented in the article. It is shown that the functional state of the blood circulatory system, both at rest and after loading, depends on allelic options of ACE and BDKRB2 genes.

Keywords: functional state; efficiency; cardiovascular system; ACE and BDKRB2 genes.

Васюк В.Е., Дорожко А.С.

ОЦЕНКА ГЕНЕРАЦИИ ПРОДВИГАЮЩИХ СИЛ ПРИ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ СПОРТСМЕНА С ОПОРОЙ В ЛЫЖНЫХ ЛОКОМОЦИЯХ 91

В статье изложена методика оценки генерации продвигающих сил при взаимодействии спортсмена с опорной поверхностью во время бега на лыжах. Для регистрации мощности движений при выполнении отталкивания ногами использовалась мобильная сенсорная система, основанная на беспроводной тензометрии. Суть метода регистрации усилий заключалась в закреплении на лыжероллерах интеллектуальных датчиков «SKI-Smart», разработанных в лаборатории спортивной биомеханики Белорусского национального технического университета. Определение ключевых моментов фаз двигательного цикла осуществлялось по соотношению графиков упругих деформаций лыжероллеров с видеофрагментами выполнения упражнения.

Ключевые слова: лыжные гонки; техническое мастерство; скоростно-силовая подготовленность; тензометрия; интеллектуальные сенсорные системы.

ASSESSMENT OF THE PROPULSIVE FORCES GENERATION IN AN ATHLETE'S INTERACTION WITH SUPPORT IN SKIING LOCOMOTIONS

An assessment technique of the propulsive forces generation while athlete's interaction with the supporting surface in the process of skiing is presented in the article. To record the power of movement when performing repulsion with the feet, a mobile sensor system based on wireless strain gauge was used. The essence of the efforts registration method was in fastening on the roller skis the "SKI-Smart" sensors, developed in the laboratory of sports biomechanics of the Belarusian National Technical University. Determination of the key moments of the phases of the motor cycle was carried out by correlating the graphs of elastic deformations of roller skis with video clips of the exercise.

Keywords: cross-country skiing; technical skill; speed-strength preparedness; strain gauge sensors; smart sensory systems.

Налецкая Т.Н., Морозевич О.А.

АНАЛИЗ ДЕЙСТВУЮЩЕЙ СИСТЕМЫ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА 97

В статье рассмотрены подходы к оценке эффективности функционирования организаций сферы физической культуры и спорта, применяемые в соответствии с действующими программными, законодательными и иными нормативными документами Республики Беларусь. Излагаются основные недостатки и дискуссионные моменты используемых в них показателей и методик их анализа, а также предлагаются пути нивелирования отрицательных аспектов, в том числе с применением опыта оценки социально-экономической эффективности деятельности организаций сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации.

Ключевые слова: физическая культура и спорт; эффективность функционирования; диверсификация эффектов; действующая система критериев оценки; недостатки и направления развития.

ANALYSIS OF THE CURRENT SYSTEM OF THE ACTIVITY EFFICIENCY EVALUATION IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

The article considers approaches to assessing the effectiveness of organizations functioning in the field of physical education and sports applied according to the existing program, legislative and other normative documents of the Republic of Belarus. Attention is paid to the methods described in the current regulatory documents of the Republic of Belarus. The main shortcomings and debatable points of the indicators used and methodologies of their analysis are stated, and the ways for these shortcomings levelling are proposed, including application of experience of the socio-economic performance evaluation of organizations in the field of physical culture and sport in the Russian Federation.

Keywords: physical culture and sport; functioning efficiency; diversification of effects; current system of evaluation criteria; shortcomings and development directions.

Апхилл М.А., Дрей К.

ДАТЬ СЕБЕ НЕЛЕСТНУЮ ХАРАКТЕРИСТИКУ: ОЦЕНКА, АТРИБУЦИЯ, РАЗМЫШЛЕНИЕ, КОНТРАКТУАЛЬНОЕ МЫШЛЕНИЕ 102

То, как человек реагирует на неприятности, является одним из компонентов ментальной устойчивости, и спортсмены могут преодолевать неприятности, связанные с поражениями, различными путями. В статье авторы фокусируют внимание на четырех типах когнитивного мышления (оценка, атрибуция, контрафактуальное мышление и размышление), которые спортсмены могут демонстрировать непосредственно после поражения в соревновании. В частности, дается определение каждому из указанных терминов и «упрощенное» описание соответствующих литературных источников с указанием преимущественных тенденций и значимых результатов исследований. Определены несколько областей, в которых литературные источники рассматривают проблему ретроспективного когнитивного восприятия спортсменами своих переживаний в связи с поражением с современных позиций. Авторы иллюстрируют свои предложения на примере боевых видов спорта.

Ключевые слова: ретроспективное когнитивное мышление; неприятные обстоятельства; ментальная устойчивость; копинг.

Гамза Н.А.	
КАФЕДРЕ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ 80 ЛЕТ	110
Матюк А.И., Волкова О.А.	
К 40-ЛЕТИЮ БЕЛОРУССКОГО КАРАТЭ	115
<i>В статье рассказывается о тех личностях, которые стояли у истоков белорусского каратэ – одного из наиболее популярных сегодня и в то же время малоизвестных видов единоборств. Раскрываются предпосылки возникновения, основные этапы развития этого вида спорта в БССР, роль белорусских спортсменов в его становлении. Анализируются причины запрета каратэ в СССР и БССР. Особое внимание уделяется современному состоянию и достижениям в развитии каратэ в Республике Беларусь.</i>	
<i>Ключевые слова: каратэ; история; белорусский спортсмен; тренеры; боевые виды; спорт; физическая культура.</i>	
TO THE 40-TH ANNIVERSARY OF THE BELARUSIAN KARATE	
<i>The article tells about those who stood at the origin of the Belarusian karate – one of the most popular today and at the same time little-known types of martial arts. The background for the origin, the main stages of development of this sport in the BSSR, the role of the Belarusian athletes in its formation are revealed. The reasons for the prohibition of karate in the USSR and the BSSR are analyzed. Particular attention is paid to the current state and achievements in the development of karate in the Republic of Belarus.</i>	
<i>Keywords: karate; history; Belarusian athlete; coaches; martial arts; sport; physical culture.</i>	
Куликович Е.К.	
КОМСОМОЛЬСКИЙ ВОЖАК, БОЕЦ, УЧЕНЫЙ, РЕКТОР БГОИФК	120