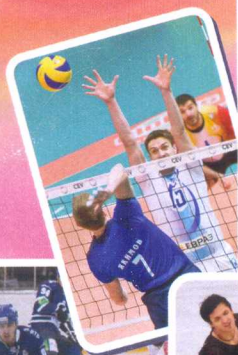




**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА**



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ СПОРТА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
СМОЛЕНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
СМОЛЕНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОГО
ВОЗРАСТА**

Сборник научных трудов

Международной научно-практической конференции

Москва-Смоленск, 2013

УДК 796: 37.063

ББК 77

А 245

Редакционная коллегия:

д.б.н., проф., член-корр. РАО В.К. Бальсевич; д.п.н., проф., засл. раб. высш. школы РФ В.П. Губа (ответственный редактор); к.п.н., доц. Д.В. Губа; д.п.н., проф. Г.Н. Германов; д.п.н., проф. В.А. Ермаков; нач. гл. управл. спорта Смоленской области Э.М. Заенчковский; д.п.н., проф. П.В. Квашук; к.п.н., доц. И.В. Кулищенко; д.м.н., проф. Т.И. Легонькова; к.п.н., доц. М.С. Леонтьева; д.п.н., проф. Л.И. Лубышева; к.м.н., доц. В.В. Маринич; к.п.н., проф. Т.В. Михайлова; д.п.н., проф. член-корр. РАО С.Д. Неверкович; д.п.н., проф. В.Г. Никитушкин; д.п.н., проф. В.А. Родионов; д.п.н., проф. А. Скрипко; д.п.н., проф. А. Стула; к.п.н., доц. А.Н.Хорунжий (ответственный редактор); д.п.н., проф. Н.Н. Чесноков.

A245 Актуальные вопросы профессиональной подготовки высококвалифицированных спортсменов различного возраста: сборник научных трудов Международной научно-практической конференции / под общ. ред. д.п.н., проф. В.П. Губы, к.п.н., доц. Хорунжего А.Н. г. Москва-Смоленск, 23 — 24 декабря 2013 г. — 340 с.

ISBN 978-5-91812-068-2

В сборник научных трудов Международной научно-практической конференции, посвященные актуальным вопросам профессиональной подготовки высококвалифицированных спортсменов различного возраста России, стран СНГ и Польши. В преддверии Олимпийских игр в Сочи раскрывая сущность основных направлений в совершенствовании системы подготовки высококвалифицированных спортсменов в различных видах спорта, в большей степени акцентируя внимание на Олимпийских видах спорта.

В сборник вошли материалы исследований ведущих отечественных (Москва, Санкт-Петербург, Волгоград, Владивосток, Смоленск, Тула, Брянск, Воронеж, Малаховка, Сочи, Коломна и др.) и зарубежных (Минск, Пинск, Гродно, Краков, Гожув, Ополе, Познань) специалистов по данной тематике.

Сборник научных трудов адресован широкому кругу специалистов занимающихся вопросами оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов различного возраста, а также аспирантам и студентам обучающихся в специализированных вузах и факультетах физической культуры.

© Главное управление спорта Смоленской области

© Смоленское государственное училище олимпийского резерва

ОСОБЕННОСТИ ФАРМАКОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

Морозов О.С.¹, Маринич В.В.²

¹*Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, Москва, Россия*

²*Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь*

Современный спорт высших достижений – это возможность здорового человека развить адаптационные способности организма в условиях экстремальной деятельности и, прежде всего, при больших физических и психоэмоциональных нагрузках.

Ограничение спортивной работоспособности каким-либо фактором, являющимся управляемым, но оставшимся незамеченным тренером и спортсменом, может перечеркнуть всю карьеру последнего.

Своевременное выявление факторов, лимитирующих физическую деятельность, умение устранять эти факторы и адекватное применение средств коррекции помогают достичь высоких результатов в спорте и сохранить здоровье спортсмена. Применение физического воздействия, фармакологических средств позволяет повышать работоспособность и способность к быстрому восстановлению ресурсов организма спортсмена после экстремальной нагрузки.

Назначая спортсмену различные виды стимуляции, всегда следует учитывать индивидуальные особенности именно его организма, степень тренированности и выносливости, ограничивающие «верхнюю планку» – предел физиологически возможного форсажа при мобилизации эндогенных механизмов обеспечения конечного спортивного результата.

В настоящее время происходит оценка значимости факторов, информативно характеризующих подготовленность спортсмена, а из известных на сегодня критериев нет интегральной схемы (включающей спортивное мастерство, технико-тактические показатели, взаимодействие функциональных систем и психики спортсмена), существенно отражающей прогностическую оценку актуального состояния и готовности спортсмена (А.А. Новиков, О.С. Морозов, В.В. Маринич, 2011).

Проводимые исследования направлены на использование системного подхода в управлении подготовкой спортсменов. Это неизбежно требует дальнейшего поиска и уточнения взаимосвязей отдельных составляющих комплексной оценки готовности спортсмена к соревновательным достижениям,

параметров регуляции состояния его организма в период соревнований и подготовки к ним.

Следовательно, необходимо создать площадки комплексного обследования спортсменов, моделирования сценариев прогноза соревновательной деятельности.

Мы считаем, что показатели подготовленности и систематика индивидуальных особенностей основана на уровне значимости каждого информативного элемента соревновательной деятельности спортсмена, оценке вклада каждого из показателей этих элементов. Одновременно при учете уровня спортивных достижений и индивидуальных возможностей спортсмена, динамики результатов, необходимо определение вектора функционального состояния (дефицит, нормы, отсутствие или наличие адаптационного резерва и функциональных компенсаций) (В.В. Маринич, О.С. Морозов, 2011).

Цель исследования. Разработать интегральные критерии оценки состояния спортсменов с учетом предельных показателей технико-тактической подготовленности, функционального состояния организма для прогнозирования соревновательного результата.

Материалы и методы исследования. В исследовании участвовали 24 квалифицированных спортсмена (мастера спорта, мастера спорта международного класса, заслуженные мастера спорта) - члены сборной команды РФ в период учебно-тренировочных сборов при подготовке к чемпионату Европы. При срочном медицинском контроле использовался метод оценки вариабельности ритма сердца.

Собственные исследования. В последние годы отмечается активное внедрение в практику спортивной подготовки значительного количества фармакологических препаратов, используемых с целью повышения общей и специальной физической работоспособности спортсменов, ускорения процессов восстановления.

Предсоревновательный период требует минимизации количества и доз основных групп фармакологических препаратов (поливитаминов, микроэлементов, коферментов). В качестве витаминного и минерального комплекса использовался остеогард, супрадин и ланангин в средних суточных дозировках. Из группы антигипоксантов предпочтение было отдано милдронату. За 5-7 дней до соревнований препараты были отменены.

Во второй половине предсоревновательного периода в связи с нарастанием нагрузок (за 10 дней до чемпионата Европы) предпринято назначение адаптогенов, энергетически насыщенных препаратов, гепатопротекторов (женьшень, неотон, карсил) в средних терапевтических дозах. Взаимосвязь интегральных показателей подготовленности спортсменов с учетом фармакологического обеспечения процесса подготовки показана на схеме.

Как видно из представленных данных, в период соревновательной подготовки непосредственно перед соревнованиями, не более 8, но не менее 5 дней до старта спортсмен выполняет технико-тактические приемы в зоне соревновательной интенсивности с разными по соревновательной тактике и особенностями технического разнообразия спарринг партнерами.

Спортсмен осознает, в каких соревновательных эпизодах он выиграл, в каких проиграл – в целом из выигранных эпизодов складывается победа в каждом конкретном соревновательном бое. Если спортсмен одерживает победы во всех боях программы соревнований своей весовой категории – он одерживает победу в соревновании. Характеры побед и поражений могут быть различны, также

функционального дефицита, соответственно компенсация энергозатрат более пролонгирована, чем при одержанной победе: «состояние побежденного».

В случае одержанной спортсменом победы на фоне психической мобилизации и отсутствия стенических эмоций наблюдается компенсаторное восстановление энергозатрат, которое является компонентом функционального резерва для дальнейших побед: «состояние победителя». В этом состоянии фармакологическая поддержка с повышением дозировок препаратов является более оправданной.

Исследование variability ритма сердца показало сохранение в динамике наблюдения хорошего функционального состояния, уровня функционирования физиологической системы близкого к нормальному, удовлетворительных адаптационных резервов у большинства обследованных спортсменов (у 75%, 77,5%, 85,9% соответственно), несмотря на нарастающие нагрузки, снижения уровня мотивации к спортивной деятельности и эмоционального появления спортсменами субъективного «чувства усталости».

Заключение. Обоснованное биологическими закономерностями своевременное применение ряда лекарственных средств расширяет функциональные возможности организма здорового человека, открывает возможности выполнения соревновательных нагрузок на более высоком уровне функциональных возможностей организма и позволяет совершенствовать технологию спортивной подготовки.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступительное слово	8
Антипов А.В. Анализ соматических характеристик юных футболистов 12-16 лет ..9	
Афонасьев С.Л. Эффективность лично ориентированной методики физической реабилитации при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника	15
Афтайкии В. С. Дифференцированный подход к оценке физических качеств юных черлидеров	18
Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Теоретико-методические основы формирования здорового образа жизни подрастающего поколения в образовательных учреждениях России	20
Барков В.А., Карпович Т.Я. К развитию мелкой моторики у детей с нарушениями зрения средствами адаптивной физической культуры	25
Барков В.А., Баркова В.В., Войтишкин В.Л, Кулешов В.И. Анализ причин нарушения физического здоровья студентов	28
Браташова Р.В., Родионов В.А. Проблема адаптации студентов-первокурсников в период обучения в вузе	31
Васильев Г.Ф. Системное использование утяжелений в спортивной практике	33
Вершинин М.А., Вандышев С.В. Особенности спортивного отбора в тхэквандо на основе морфофункциональных показателей	37
Вершинин М.А., Финогенова Н.В. Основы методики обучения детей дошкольного возраста подвижным играм с элементами спорта	41
Воробьева О.В. Сохранение и укрепление здоровья в условиях образовательной среды колледжа	46
Герасев А.В., Ермаков В.А., Шашков К.А. Теоретическая схема интегративного подхода к организации спортивной тренировки юных футболистов	49
Германов Г.Н., Ретюонских М.Е., Машошина И.В. Организация двигательной деятельности учащихся подготовительной медицинской группы на уроках физической культуры с использованием двигательных заданий	53
Гордиенко Н.Д. Требования к профессионально-прикладной физической подготовленности студентов среднего профессионального образования в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения	58
Гришаненко А.Ю. Развитие двигательной культуры у девочек 5-6 лет на занятиях по художественной гимнастике	62
Губа В.П., Маевский К.В. Качественные показатели игровой деятельности юных спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (футзале)	65
Губа В.П., Маринич В.В. Анализ распределения генетических полиморфизмов генов ACE, PPARA, 5HTT у спортсменов мини-футболистов высокой квалификации	67
Демин А.А., Губа Д.В. Факторы, определяющие эффективность организационно-педагогической деятельности в клубах высшего и первого дивизионов по подготовке спортивного резерва в мини-футболе	75
Демченская Л.Г. Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий для формирования культуры здоровья	79

Дзюбялов А.В. Проблемы сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи средствами физической культуры	81
Домнина А.В. Общее понятие компетентности в физическом воспитании студентов.....	85
Duda H., Stula A. Wpływ treningu rekreacyjnego u kobiet na poprawę wydolności fizycznej.....	88
Епифанов К.Н., Михайлова Т.В. Самооценка физкультурно-спортивной активности, школьников, абитуриентов и студентов в системе формирования физической культуры личности	95
Ермаков В.А., Наткин И.В., Ларин О.С., Шашков К.А. Зона ближайшего развития как фактор повышения эффективности тренировочного процесса юных футболистов	101
Желтов С.Н. Мониторинг состояния здоровья и подготовленности учащихся, как формадифференцированного обучения физической культуры	104
Желтов С.Н., Тимофеев В.А. Примененис информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе по физическому воспитанию	107
Знатнова Е.В. Исследование проблемы деформации свода стопы у детей старшего дошкольного возраста	110
Кадлаур Е.Г., Шангарович В.В. Патологическая трансформация сердца у гребцов на байдарках и каноэ	113
Квашук П.В., Семаева Г.Н., Верлин С.В. Факторы, определяющие эффективность техники гребли на байдарках и каноэ	120
Киреев А.С. Мотивация деятельности студентов на занятиях физической культуры в современных условиях образовательной среды	125
Клименко Т.М. Оценка структурно-функционального ремоделирования сердца у подростков с повышенным кардиоваскулярным риском при проведении нагрузочных проб.....	129
Ключников А.В. К вопросу об эффективности структуры технико-тактического мастерства в пожарно-спасательном двоеборье.....	134
Коренкова В.В. Специфика занятий по физическому воспитанию в вузе со студентами специальной медицинской группы с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата	137
Костенкова С.В. Система и содержание организационных форм физической культуры в рамках реализации личноcтно-ориентированного образования	139
Кот Е.Ю. Физическая культура и спорт в условиях образовательной среды	141
Кривоносова Г.М., Маринич В.В., Легонькова Т.И., Степина Т.Г. Оценка функции внешнего дыхания у детей, больных бронхиальной астмой.....	144
Криштопов А.А., Горбунов А.Г. Методика совершенствования скоростно-силовых качеств военнослужащих ПВО сухопутных войск РФ.....	146
Кузнецов Р.Р. Особенности проведения тренировочных занятий с юными футболистами на основе метода круговой тренировки	149
Кулпшенко И.В., Антипова Е.М. Методические приемы варьирования тренировочной нагрузки в процессе занятий аэробикой и шейпингом с девушками 18-20 лет.....	150
Кулькова И.В. Эффективность применения оздоровительных средств физического воспитания в специальных коррекционных дошкольных учреждениях	154

Легоньков С.В., Комарова Т.К. Круговая тренировка как форма организации занятий.....	157
Легонькова Т.И., Штыкова О.Н., Степина Т.Г., Войтенкова О.В. Будущее начинается сегодня	161
Лимаренко О.В., Лимаренко А.П. Физическая подготовленность девушек-старшеклассниц и ее соответствие нормативным требованиям программы «президентские состязания»	164
Макарцева О.В., Катцин Ю.П., Воробьева Н.А. Особенности организации и функционирования физкультурно – спортивной деятельности вуза (на примере СМОЛГУ).....	169
Макеев П.В. Физическая подготовленность юных футболистов 12-16 лет различных соматических типов.....	172
Макеева В.С., Исамухамедова Т.А. Формирование профессионального развития студентов инженерных специальностей средствами физической культуры	175
Маринич В.В., Мизеринский Ю.Л., Каллаур Е.Г., Шантарович В.В. Анализ уровня окиси азота в выдыхаемом воздухе у квалифицированных спортсменов-подростков (гребля на байдарках и каноэ).....	179
Маринич Т.В. Оценка отношения к собственному здоровью учащихся в условиях современного социума	183
Масалова О.Ю. Показатели эффективности образовательного процесса по физической культуре в высшей школе	187
Михеев Н.А., Акимов Д.Ю., Ткачев В.С., Михеев А.А. Исследования уровня метаболитов в крови спортсменов в процессе вибративной тренировки	192
Морозов О.С., Маринич В.В. Особенности фармакологического обеспечения в предсоревновательном цикле подготовки квалифицированных спортсменов	198
Морозова Е.А. Современные подходы формирования у детей старшего дошкольного возраста ценностного отношения к здоровому образу жизни.....	201
Мухина М.П. Организация педагогической системы физического воспитания в условиях стандартизации дошкольного образования.....	205
Нарский А.Г., Ключников А.В. Исследование динамики подготовленности курсантов инженерных институтов МЧС Республики Беларусь под влиянием занятий различной направленности.....	208
Ненашев Е.С., Кругликов Л.В. Проблемы современного патриотического воспитания учащихся старших классов на уроках физической культуры.....	211
Неретин А.В. Динамика показателей социально-психологического климата футбольной команды в учебно-тренировочном процессе	213
Никитушкин В.Г. Развитие детско-юношеского спорта в России на период 2000-2012 гг.	218
Никитушкина Н.Н. Сохранение контингента учащихся спортивных школ	223
Николаев А.А., Хоруужий К.А., Хоруужий А.Н. Физическое развитие современных юношей 14-17 лет	225
Nowak M.A., Szczepanowska E., Mariola Radzińska M. Unprofessional concepts of health in physically active women aged 60-75.....	227

Nowak M.A., Leonard Nowak L. Znaczenie wychowania fizycznego w upowszechnianiu prozdrowotnego stylu życia	229
Новиков А.А. История и будущее научного обеспечения сборных команд России (к 80-ти летнему юбилею ВНИИФК).....	236
Новиков А.А., Васильев Г.Ф. Психологические основы технической подготовки в спорте	239
Панфилов О.П., Борисова В.В., Шестакова Т.А., Руднева Л.В. Методологические основы систематизации фитнес – технологий в физическом воспитании детей	241
Петров В.К. К программе физического воспитания на этапе профессионального самоопределения старшеклассников.....	247
Петрук О.И., Леонтьева М.С. Особенности реабилитации детей-сирот с умственной отсталостью в процессе физического воспитания.....	250
Полехин Д.В., Леонтьева М.С. Методика применения бесконтактных подводящих упражнений в учебно-тренировочном процессе единоборцев	253
Полищук М.М. Методика обучения групповым тактическим действиям на этапе спортивного совершенствования	255
Постольник Ю.А., Раслопова Е.А. Влияние разнообразных упражнений водных видов спорта на психо-эмоциональное состояние студентов занимающихся плаванием на занятиях физической культуры в вузе	257
Пресняков В.В., Савченко В.А., Дрейке И.В. Разработка и применение методики скоростно-силовой подготовки квалифицированных спринтеров с учетом типологического профиля спортсмена	259
Radzińska M., Skrupko A., Nowak M.A. Negatywne i pozytywne oblicza współczesnego sportu Skrupko Anatol Czas wolny we współczesnej rodzinie	263
Родин А.В., Погорелый М.В. Содержание ведущих характеристик индивидуальной тактической подготовки волейболистов групп спортивного совершенствования	268
Сак Ю.В. Особенности формирования профессиональных компетенций по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов в учреждениях высшего образования	269
Сивцева А.К. Самостоятельные занятия школьников физической культурой	272
Сидорова С.В. Некоторые аспекты воспитательного процесса в высшем учебном заведении	275
Скорovich С.Л., Губя В.П. Теоретико-методические основы координационной подготовки высококвалифицированных мини-футболистов	276
Skrupko A. Czas wolny we współczesnej rodzinie	288
SKRYPKO A., JANIĄK A., SZEWCZYK P., BRAJER A. AKTYWNOŚĆ RUCHOWA GIMNAZJALISTÓW PHYSICAL ACTIVITY OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS	293
Солодников А.В. Тенденция изменения заболеваемости детей 8 – 16 лет с нарушениями зрения, обучающихся в общеобразовательных сельских школах, в ходе применения комплексов оздоровительной гимнастики	299
Спирин В.К., Мавренкова Е.А., Монахов О.В. Технология планирования учебного материала по предмету «физическая культура» на основе принципа цикличности организации физкультурной деятельности	300
Столов И.И. Спортивные школы: дифференциация функций.....	303
Строчаньски В., Скрипко А. Изменения уровня двигательных способностей юных футболистов в двухлетнем тренировочном цикле	306

Stula A., Duda H. Ocena efektywności gry piłkarzy Rosji w Mistrzostwach Europy Euro 2012	312
Суслов С.И., Леонтьева М.С. Эффективность организационно-методических условий реализации технической подготовки юных футболистов 10-11 лет	315
Сыч С.П. Формирование информационно-коммуникационной компетентности учителя физической культуры в условиях новой образовательной среды	318
Ходорик О.Г. Эффективность тестирования как интерактивного метода обучения в России	320
Хоруижий К.А. Влияние статодинамических силовых упражнений на показатели силы юношей 15-17 лет на начальном этапе подготовки в пауэрлифтинге	322
Хрусталев Г.А. Специальные особенности соревновательной деятельности высококвалифицированных команд в спортивных играх без ограничения количества замен	324
Чебураев В.С., Васильев Г.Ф. О пределах в спортивной науке и практике спорта	328
Яковлев А.Н. Формирование ценностного отношения к телу в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью	332
Якушев Д.С. Ведущие критерии начального спортивного отбора юных спортсменов-ориентировщиков	336