

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»
Государственное учреждение «Научно-исследовательский институт
физической культуры и спорта Республики Беларусь»

**МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ
КОНФЕРЕНЦИЯ ГОСУДАРСТВ – УЧАСТНИКОВ СНГ
ПО ПРОБЛЕМАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА**

Доклады пленарных заседаний

Минск, 27–28 мая 2010 г.

Минск
БГУФК
2010

УДК 796:061.3+796/799

ББК 75.4

М43

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК

Редакционная коллегия:

д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский* (главный редактор);
д-р пед. наук, проф. *Т. Д. Полякова* (заместитель главного редактора);
д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко*;
д-р пед. наук, проф. *Е. И. Иванченко*;
д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов*;
д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич*;
д-р пед. наук, доц. *А. М. Шахлай*

Международная научно-практическая конференция государств – участников СНГ
М43 по проблемам физической культуры и спорта : доклады пленарных заседаний, Минск,
27–28 мая 2010 г. / редкол. : М. Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК,
2010. – 283 с.

ISBN 978-985-6953-23-4.

В сборнике докладов пленарных заседаний Международной научно-практической конференции государств – участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта рассматриваются современные подходы к обеспечению спорта высших достижений, паралимпийского спорта и спорта для всех, а также медико-биологические проблемы в подготовке спортсменов различной квалификации, управленческие аспекты подготовки, повышения квалификации и переподготовки кадров в области физической культуры и спорта.

Представленные материалы могут быть использованы профессорско-преподавательским составом, студентами, магистрантами, аспирантами, докторантами в учебном процессе и научной деятельности в области физической культуры, спорта и туризма, а также специалистами отрасли в процессе повышения квалификации и переподготовки кадров.

УДК 796:061.3+796/799

ББК 75.4

ISBN 978-985-6953-23-4

© УО «Белорусский государственный университет
физической культуры», 2010

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ (НА ПРИМЕРЕ ПОДГОТОВКИ ЧЕМПИОНОВ И ПРИЗЕРОВ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР 2008 ГОДА В ЭСТАФЕТНОМ БЕГЕ)

Врублевский Е.П., д-р пед. наук, профессор,

Полесский государственный университет,

Республика Беларусь,

Врублевский Д.Е.,

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,

Российская Федерация

Введение. Эстафетный бег, как правило, вызывает наибольший интерес у зрителей и часто отличается своей непредсказуемостью. Известно много примеров, когда команды, составленные из спринтеров, имеющих весьма высокие личные результаты в беге, уступали квартетам с более низкими индивидуальными достижениями. Это объясняется тем, что конечный результат в эстафетном беге зависит не только от скоростных возможностей отдельных бегунов, но и от надежности технического взаимодействия спортсменов в установленной правилами «зоне», поскольку на каждом этапе эстафеты при передаче палочки можно потерять от 0,1 до 0,3 с, а то и вообще лишиться шансов на успех.

Цель исследования – разработать и обосновать критерии оценки технического мастерства спортсменов в эстафетном беге 4×100 м и 4×400 м.

Результаты исследования и их обсуждение. На основании многолетних исследований были разработаны информативные критерии соревновательной деятельности легкоатлетов, специализирующихся в эстафетном беге. Покадровый расчет времени бега, проводимый с использованием высокочастотной видеокамеры и фотоэлектронного хронометража, позволил определить и объективизировать ряд показателей, которые дают возможность сравнивать не только то, какой вклад внес тот или иной спортсмен в общий результат, но и оценить, как технически грамотно проходила каждая из трех передач эстафетной палочки.

В эстафетном беге 4×100 м критериями оценки технического мастерства спортсменов в процессе их тренировочной и соревновательной деятельности являются:

1. *Время бега (с) спортсмена на отрезке 0–90 м (от окончания «зоны передачи» до середины «зоны передачи» следующего этапа).*

Отрезок 0–90 м выбран потому, что он характеризует индивидуальные скоростные способности бегуна без учета взаимодействия с партнером в «зоне передачи» («чистое» время бега спринтера без передачи на этапе).

2. *Время разницы (с) входа в «зону передачи» принимающего и передающего эстафетную палочки.*

3. *Время нахождения (с) эстафетной палочки в «зоне передачи».*

4. *Длительность процесса передачи – от момента отведения принимающим руки до завершения приема эстафетной палочки (метры или количество беговых шагов принимающего).*

5. *Динамика времени бега (с) принимающего на 30-метровом стартовом участке (10 м «зона разгона» и 10 м + 10 м «зона передачи»).* Последний критерий позволяет детально проследить за тем, как разгоняется спортсмен, а также за процессом взаимодействия с партнером в «зоне передачи». Здесь необходимо обратить внимание на то, что время пробегания каждого последующего 10-метрового отрезка должно улучшаться.

6. *Время пробегания (с) передающим последних 10 м этапа перед входом в «зону передачи» (оценивается уровень скоростной выносливости участника эстафетного бега).*

7. *Время бега 100 м (с) каждым спортсменом (следует учесть, что спортсмены 2–4-го этапов пробегают данную дистанцию с 20-метрового разбега).*

В таблице 1 представлено отражение данных критериев в победном беге в Пекине (2008 г.) чемпионки Олимпийских игр.

Таблица 1 – Критерии оценки технического мастерства членов сборной команды России, чемпионки Олимпийских игр в эстафетном беге 4×100 м

Критерии	Фамилия и имя спортсменов	Результат
Время бега спортсменов на отрезке 0–90 м (от окончания «зоны передачи» до середины «зоны передачи» следующего этапа; для 1-го этапа – от линии старта)	первый этап – Полякова Евгения	10,51 с
	второй этап – Федорива Александра	9,43 с
	третий этап – Гущина Юлия	9,25 с
	четвертый этап – Чермошанская Юлия	8,99 с
Разница входа в «зону передачи» принимающей и передающей эстафетную палочку	Федорива А. – Полякова Е.	0,19 с
	Гущина Ю. – Федорива А.	0,22 с
	Чермошанская Ю. – Гущина Ю.	0,31 с
Время нахождения эстафетной палочки в «зоне передачи»	Полякова Е. – Федорива А. 1–2-й этапы	2,19 с
	Федорива А. – Гущина Ю. 2–3-й этапы	2,06 с
	Гущина Ю. – Чермошанская Ю. 3–4-й этапы	2,13 с
Длительность процесса передачи (от момента отведения руки до завершения передачи эстафетной палочки)	Полякова Е. – Федорива А. 1–2-й этапы	1–6 м
	Федорива А. – Гущина Ю. 2–3-й этапы	0–7 м
	Гущина Ю. – Чермошанская Ю. 3–4-й этапы	5–10 м
Динамика бега принимающей на 30-метровом стартовом участке (10 м «зоны разгона» и 10 м + 10 м «зоны передачи»)	Федорива А. (1,85 с + 1,26 с + 1,11 с)	4,22 с
	Гущина Ю. (1,80 с + 1,20 с + 1,08 с)	4,08 с
	Чермошанская Ю. (2,07 с + 1,32 с + 1,12 с)	4,51 с
Время пробегания передающей последних 10 м этапа перед входом в «зону передачи»	Полякова Евгения	0,98 с
	Федорива Александра	1,08 с
	Гущина Юлия	1,09 с
Время бега 100 м каждой спортсменкой	Полякова Евгения (бег по виражу)	11,66 с
	Федорива А. – (бег с ходу по прямой)	10,55 с
	Гущина Ю. – (бег с ходу по виражу)	10,33 с
	Чермошанская Ю. – (бег с ходу по прямой)	10,12 с

Что касается эстафетного бега 4×400 м, то здесь основными критериями оценки технического и тактического мастерства спортсменов будут следующие:

1. *Время бега (с) спортсмена на отрезке 0–390 метров*

Данный отрезок выбран с тем расчетом, что он характеризует индивидуальное («чистое») время бега спортсмена без учета взаимодействия с партнером в «зоне передачи» и различных обстоятельств, складывающихся при передаче эстафетной палочки. Время пробегания участника первого этапа при этом фиксируется от старта до линий начала «зоны передачи» второго этапа. Для спортсмена, бегущего на втором этапе, время пробегания данного отрезка – от стартовых линий бега на 800 м, которые отмечены на каждой дорожке, до общей линии начала «зоны передачи», которая, по правилам соревнований, наносится за 10 м до финиша бега всех дистанций.

В свою очередь, расстояние 390 м для участников третьего и четвертого этапов составит от финишной линии всех беговых дисциплин до общей линии начала «зоны передачи».

При оценке времени пробегания конкретным участником данного отрезка следует также учесть, что бегуны 2–4 этапов преодолевают расстояние 390 м с предварительного разбега, в отличие от стартующего на первом этапе.

2. *Количество метров, пробегаемых спортсменом с эстафетной палочкой*

Расстояние определяется от момента ее приема до момента завершения передачи участнику следующего этапа и дает возможность установить метраж пробегаемого с палочкой в руке участка дистанции. Для 1-го этапа – это отрезок от старта до завершения передачи эстафетной палочки 2-му этапу. Для 2 и 3-го этапов – от момента приема эстафетной палочки до завершения передачи ее следующему этапу, а для 4-го этапа – до финиша.

3. *Время и скорость бега спортсмена от момента приема и до завершения передачи эстафетной палочки*

Данные параметры рассчитываются с учетом метража, указанного в пункте 2, и позволяют «уравнять» спортсменов, пробегающих разное количество метров с эстафетной палочкой.

Так как спортсмены каждого этапа пробегают различные отрезки эстафетной дистанции (иногда меньше, чем 400 м), то более объективным критерием определения вклада каждого спортсмена в общекomандный результат является его средняя скорость на пробегаемом им отрезке без учета взаимодействия с партнером, а также других возможных помех при приеме-передаче палочки.

4. *Время нахождения (с) эстафетной палочки в 400-метровом отрезке дистанции*

Учитывая тот факт, что спортсмен того или иного этапа не всегда пробегает, в зависимости от места передачи, дистанцию, равную точно 400 м, и что часто уже принявший эстафетную палочку спортсмен добежит несколько метров, оставшихся до окончания 400-метрового отрезка предыдущим спортсменом, данный критерий обусловлен не только тем, как бежит спортсмен свой этап, но и как взаимодействуют два бегуна в процессе передачи палочки;

Следует отметить, что получить наиболее точную информацию о результативности вклада конкретного атлета в общий результат можно при условии, если каждый из спортсменов будет пробегать одинаковую длину дистанции и принимать палочку в одном и том же месте, что в условиях соревнований невозможно. Тем не менее, вышеуказанные критерии позволяют максимально достоверно оценивать соревновательную деятельность легкоатлетов, участвующих в эстафетном беге 4×400 м. Это особенно важно при оперативном отборе спортсменов, к примеру, в тот или иной круг соревнований.

В качестве примера анализа соревновательной деятельности участников эстафетного бега 4×400 м, с учетом разработанных критериев, в таблице 2 представлены данные сборной команды России на XXIX Олимпийских играх (Пекин, 2008 г.).

Таблица 2 – Критерии оценки технического и тактического мастерства членов сборной команды России в эстафетном беге 4×400 м, призеров Олимпийских игр

Критерии	Фамилия и имя спортсмена, № этапа			
	Дылдин Максим, 1-й	Фролов Владислав, 2-й	Кокорин Антон, 3-й	Алексеев Денис, 4-й
Время бега спортсмена на отрезке 0–390 м	43,98 с	43,55 с	43,09 с	42,24 с
Количество метров, пробегаемых спортсменом с эстафетной палочкой	396 м	399 м	397 м	402,5 м
Время и скорость бега спортсмена от момента приема и до завершения передачи эстафетной палочки	44,85 с, 8,83 м/с	44,93 с, 8,88 м/с	44,33 с, 8,95 м/с	43,95 с, 9,16 м/с
Время нахождения эстафетной палочки в 400-метровом отрезке дистанции	45,25 с	44,89 с	44,33 с	43,56 с

Мужской квартет российской сборной первый раз в современной истории легкой атлетики страны завоевал бронзовые олимпийские медали на этой дистанции эстафетного бега. При этом спортсмены установили рекорд России, впервые «выбежав» из 3 минут.

Выводы. Таким образом, многолетние исследования тренировочной и соревновательной деятельности в рамках научно-методического обеспечения спортсменов, специализирующихся в эстафетном беге, проводимые авторами в составе КНГ сборной команды России по легкой атлетике, дали возможность разработать критерии оценки технического мастерства в эстафетном беге.

Использование данных критериев в работе с бегунами позволит стабилизировать в процессе тренировочной деятельности ключевые моменты технического мастерства при взаимодействии спортсменов в «зоне передач», повысит их уверенность в возможности эффективного приема и передачи эстафетной палочки на высокой скорости. Важным фактором является оперативность получения информации для тренеров и спортсменов, что способствует внесению корректив после каждой пробежки. Все это в значительной мере потенцирует резервы бегунов и повышает технико-тактический потенциал всей команды.

СОДЕРЖАНИЕ

НАПРАВЛЕНИЕ 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ПАРАЛИМПИЙСКОГО СПОРТА	3
--	----------

Айрапетьянц Л.Р.

К проблеме управления процессом подготовки спортсменов	3
--	---

Айрапетьянц Л.Р., Багдасаров А.Ю.

К проблеме построения соревновательной деятельности дзюдоистов высокого класса	7
--	---

Акрамов Ж.А., Сейтхалилов Э.А.

Отбор и применение эффективных средств физической подготовки в гандболе	10
---	----

Бабушкин Г.Д., Диких К.В.

Исследование когнитивно-психологического ресурса конькобежцев различной квалификации	15
--	----

Врублевский Е.П., Врублевский Д.Е.

Научно-методическое обеспечение тренировочного процесса высококвалифицированных легкоатлетов (на примере подготовки чемпионов и призеров Олимпийских игр 2008 года в эстафетном беге)	21
---	----

Гончарук С.Г.

Профессиональная подготовка спортивных психологов в Республике Молдова	24
--	----

Дворецкий Л.К., Барбарич О.Г.

Индивидуализация тренировочного процесса лидера белорусских гимнасток в период непосредственной подготовки к Олимпийским играм в Пекине	27
---	----

Дворецкий Л.К., Барбарич О.Г.

Причины ненадежного выполнения соревновательных действий гимнастами высокой квалификации	32
--	----

Загурский Н.С.

Опыт применения компьютерного тренажера «Скатт» в стрелковой подготовке биатлонистов	37
--	----

Козин В.В., Лалаков Г.С.

Анализ технико-тактических действий баскетболистов 15–17 лет в условиях соревновательного противоборства	45
--	----

Кондаков А.М., Горская И.Ю.

Особенности технико-тактической и координационной подготовленности квалифицированных самбистов различных весовых категорий	51
--	----

Кручинский Н.Г.

Оптимизация научного и методического обеспечения подготовки спортсменов высокого класса: новая модель	56
---	----

Лалаков Г.С., Козин В.В.

Допустимые тренировочные нагрузки, направленные на совершенствование технико-тактического мастерства и поддержание функционального состояния футболистов 16–18 лет	60
--	----

Пристапа Е.Н., Брискин Ю.А., Передерий А.В.

Спорт инвалидов как составляющая международного олимпийского движения	66
---	----

Сопов В.Ф. Организация и содержание психологической подготовки спортсменов к зимним Олимпийским играм	75
Шелков О.М., Чурганов О.А. Психолого-педагогическое обеспечение паралимпийских видов спорта	80
НАПРАВЛЕНИЕ 2. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	
<hr/>	
Виноградов В.Е. Применение внутренировочных воздействий для увеличения специальной работоспособности легкоатлетов-спринтеров	85
Гаврилова Е.А. Внезапная смерть в спорте	91
Данаил С.Н., Раку С.Б., Бадюл Е. Физическое состояние пациентов при болевом синдроме плеча	97
Дривотинов Б.В., Мамуткина Д.Н., Тарасевич М.И. Клиника и патогенез транзиторной ишемической атаки	100
Дривотинов Б.В., Реуцкая Н.Е., Синицкая М.О., Тарасевич М.И. Исходы диабетической дистальной полинейропатии.....	107
Дышко Б.А. Индивидуальные дыхательные тренажеры комплексного воздействия как средство повышения работоспособности спортсменов высшей квалификации	110
Касрадзе П.А. Комплексное лечение болезни Осгуд-Шлаттера среди спортсменов детского и юношеского возраста.....	118
Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Дудник А.К. Контроль за психофизиологическим состоянием спортсменов высокой квалификации в условиях напряженной мышечной деятельности	120
Корягина Ю.В. Психофизиологические и хронобиологические особенности адаптации организма человека к занятиям различными видами спорта	125
Моссэ И.Б., Малашевич П.Н., Моссэ Н.И. Перспективы использования генетического тестирования в спорте высших достижений	131
Никандров В.Н., Жук О.Н., Домашевич Е.В. Опыт использования ингаляций кислородно-гелиевых смесей для повышения работоспособности спортсменов различных видов спорта.....	138
Оганесян А.С., Ктикян Т.Г., Хачатрян А.Ж., Степанян К.О., Манукян Н.В. Использование растительных адаптогенов в спорте и мониторинг их эффективности	143
Першин С.М., Давыдовский А.Г. Низкоинтенсивные физические и физико-химические факторы биокommunikаций в спортивной деятельности (факты и гипотеза).....	149

Питомец С.П., Лосицкий Е.А., Короленок А.В. Способ сохранения анаболической направленности тренировочного процесса.....	155
Сережкина Т.В., Королевич М.П., Стаценко Е.А., Бизюк Л.А. Изучение биологического действия лекарственного средства «Эхингин» на популяции одноклеточных микроорганизмов <i>Tetrahymena pyriformis</i>	159
Улащик В.С., Zubовский Д.К. Спортивная физиотерапия: состояние и перспективы развития	164
НАПРАВЛЕНИЕ 3. СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ	172
<hr/>	
Аикина Л.И. Подготовка женщин средствами оздоровительного плавания в дородовом периоде.....	172
Афанасьев С.Н. Актуальные вопросы физического воспитания и физической реабилитации детей в Украине	175
Ачилов А.М., Сейтхалилов Э.А. Педагогические и социально-экономические основы развития детского спорта в Республике Узбекистан.....	179
Губанова Л.А., Каримова Д.Д. Мотивация учащихся к различным формам занятий физическими упражнениями	183
Дутчак М.В. Концептуальные основы и социальные технологии формирования системы спорта для всех в Украине	186
Керимов Ф.А., Гончарова О.В. Анализ практического опыта учителей физической культуры при помощи анкетирования	190
Марищук В.Л., Марищук Л.В. Обучение рукопашному бою как средство развития личностных свойств военнослужащих	197
Пельменев В.К., Ширшова Е.О. Возрастные особенности распространения факторов риска для здоровья в поведении школьников г. Калининграда	202
Приступа Е.Н., Линец М.М. Рекреация как социально-культурное явление, разновидность и результат деятельности	206
Пулатов А.А., Пулатов Ш.А. Нетрадиционная методика формирования надежности техники и точности ударов у юных теннисистов в условиях действия факторов углового ускорения.....	215
Хатеновская А.А., Марищук Л.В. Взаимосвязь кинематических характеристик техники штрафного броска и показателей физического состояния баскетболистов-первокурсников	218
Юшкевич Т.П., Баранев Ю.А. Прогнозирование скоростно-силовых способностей легкоатлетов на этапе начальной спортивной специализации	224

**НАПРАВЛЕНИЕ 4. УПРАВЛЕНИЕ ОТРАСЛЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ТУРИЗМ»,
ПОДГОТОВКА, ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКА КАДРОВ 228**

Данаил С.Н.

Физкультурное образование в контексте современных разработок теории
деятельности и личности 228

Жиденс Я.Я., Швинкс У.Х., Дравнице И.М.

Система подготовки тренеров в Латвии 236

Керимов Ф.А., Гончарова О.В.

Исследование профессиональной подготовленности студентов ИФК к педагогической
практике в общеобразовательных школах с помощью анкетирования 240

Лищук И.В.

Формирование информационной культуры студентов в системе профессионального
образования 245

Медведев А.С.

О новых подходах к оздоровлению населения Республики Беларусь 248

Пищова А.В., Давыдовский А.Г.

Проблема анализа и прогнозирования профессиональных компетентностей
специалистов в сфере физической культуры и спорта 256

Полякова Т.Д., Панкова М.Д.

Опыт подготовки реабилитологов в Республике Беларусь 263

Самсонов И.И.

Управление развитием физической культуры и спортом на муниципальном уровне 268

Сафаров Ш.А.

Перестройка основных этапов физкультурного движения Республики Таджикистан 273