

2. Оценка специальной физической подготовленности конькобежцев в осенне-летний период / В. А. Орлов [и др.] // Конькобежный спорт: сб. ст. / сост. Г. М. Панов. – М.: Физкультура и спорт, 1975. – Вып. 2. – С. 33–35.
3. Панов, Г. М. Исследование значимости основных факторов, лимитирующих результативность конькобежцев-многоборцев: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г. М. Панов; Гос. центральный ин-т физ. культуры. – Москва, 1970. – 23 с.
4. Стенин, Б. А. Исследование факторов, определяющих физическую подготовку конькобежцев высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Б. А. Стенин // Гос. центральный ин-т физ. культуры. – М., 1973. – 23 с.
5. Коваленко, В. А. Рациональное соотношение тренировочных нагрузок в процессе многолетней подготовки конькобежцев-спринтеров: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В. А. Коваленко; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М., 1982. – 15 с.
6. Кубаткин, В. П. Классификация зон тренировочных нагрузок и управление подготовкой конькобежцев. // Конькобежный спорт: ежегодник / сост. А. И. Безденежных.; редкол. Б. П. Барышев [и др.]. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – С. 14–16.

ВОЛЬТИЖНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ: СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ

Антонов Г.В., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Обучение в акробатике связано с необходимостью освоения широкого круга технических действий, отличающихся структурной сложностью и разнообразием условий их выполнения [12]. Это, в свою очередь, требует от спортсменов проявления соответствующих физических качеств и способностей. Для выполнения вольтижных упражнений уровень скоростно-силовой подготовленности в мужской парно-групповой акробатике имеет особое значение. [5].

На сегодняшний день сложность вольтижных акробатических упражнений в мужских парах очень возросла. Результатом этого является необходимость повышения качества тренировочного процесса путем изучения особенностей техники акробатических упражнений, разработки эффективных способов их выполнения и постоянного совершенствования методики обучения [2, 3, 4].

В связи с недостаточной разработанностью данных вопросов в акробатике нами были проведены исследования, направленные на обоснование использования методики специальной физической подготовки для совершенствования техники выполнения вольтижных упражнений в акробатике.

Для решения поставленной цели были использованы следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, педагогические наблюдения, метод экспертных оценок.

По результатам тестирования были сформированы контрольная и экспериментальная группы. В обе группы входило по десять акробатов (5 верхних и 5 нижних) I разряда.

Исследования заключаются в сопоставлении результатов обучения двух групп (контрольной и экспериментальной) по итогам трех месяцев тренировок. При этом в контрольной группе испытуемые обучались вольтижным упражнениям по стандартной, общепринятой методике. Экспериментальная обучалась тем же вольтижным упражнениям, но в процесс их обучения были добавлены специально подобранные комплексы упражнений: один для верхних, другой для нижних. Упражнения, отобранные в эти комплексы, направлены на развитие специальной физической и технической подготовленности и наиболее соответствуют двигательным действиям, которые присутствуют в изучаемых вольтижных упражнениях.

Мы предполагали, что результаты исследования позволят обосновать методику специальной физической подготовки акробатов для более успешного обучения вольтижным упражнениям.

Специфика исполнения «темповых» упражнений накладывает определенный отпечаток на технику выполнения элементов в полете, то есть вольтижных упражнений, поскольку является в них энергонасыщающим, разгонным элементом [9]. Таким образом, структурной основой для вольтижных упражнений, задающей высоту и скорость является «темповое упражнение» [11].

Экспериментальная проверка показала, что использование разработанного нами комплекса упражнений позволит эффективно управлять процессом подготовки акробатов в мужских парах (при совершенствовании техники выполнения вольтижных упражнений).

Сравнивая результаты оценки за технику выполнения 4 вольтижных упражнений, представленных в таблицах 1 и 2, можно заключить, что акробаты экспериментальной группы технически качественней их выполнили, чем представители контрольной группы.

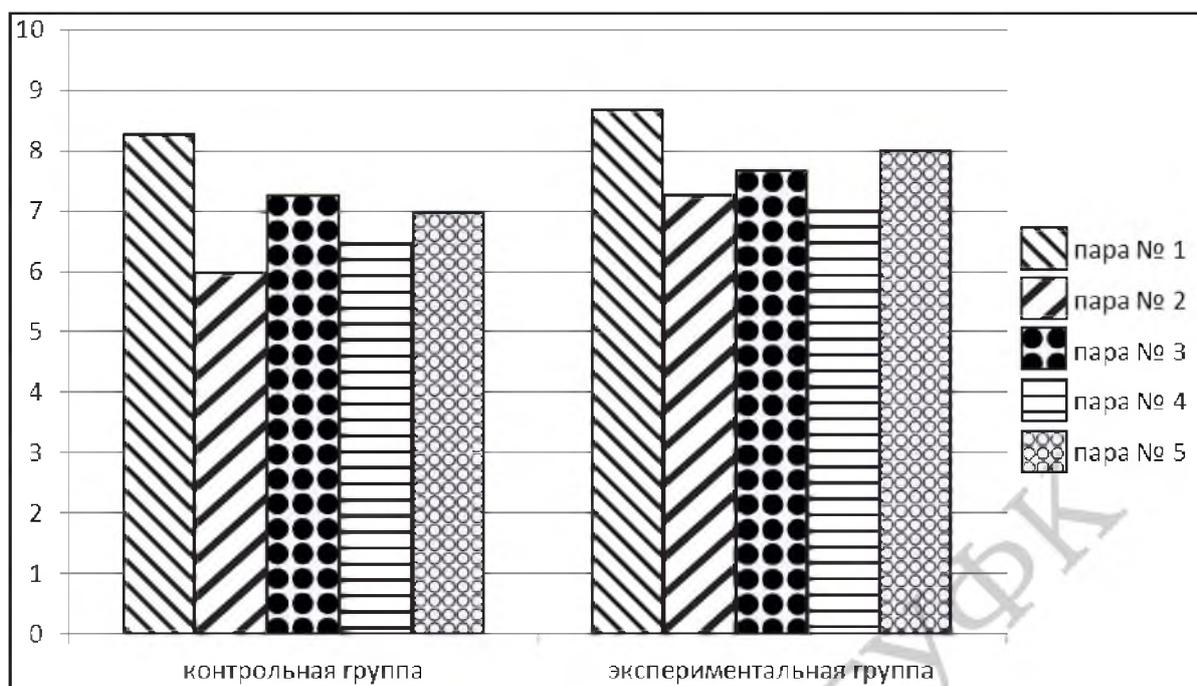


Рисунок 1 – Средний балл за выполнение соскока сальто назад прогнувшись

В таблицах представлено сравнение результатов за 4 упражнения, а также средний балл по группе за каждое из упражнений:

Таблица 1 – Оценка за выполнение соскоков акробатами контрольной группы (в баллах)

| Контрольная группа | | | | |
|------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| № | сальто назад – в соскок (с рук) | сальто назад – в соскок (с фуса) | бланж назад – в соскок (с рук) | бланж назад – в соскок (с фуса) |
| Пара № 1 | 6,7 | 6,7 | 7,2 | 8,3 |
| Пара № 2 | 5,7 | 5,3 | 6,3 | 6 |
| Пара № 3 | 6,7 | 6,7 | 6,5 | 7,3 |
| Пара № 4 | 6,7 | 5,7 | 6 | 6,5 |
| Пара № 5 | 6 | 6 | 6,3 | 7 |
| Средний балл по группе | 6,4 | 6,1 | 6,5 | 7 |

Таблица 2 – Оценка за выполнение соскоков акробатами экспериментальной группы (в баллах)

| Экспериментальная группа | | | | |
|--------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| № | сальто назад – в соскок (с рук) | сальто назад – в соскок (с фуса) | бланж назад – в соскок (с рук) | бланж назад – в соскок (с фуса) |
| Пара № 1 | 8,3 | 7 | 8 | 8,7 |
| Пара № 2 | 7 | 6,7 | 6,7 | 7,3 |
| Пара № 3 | 7,3 | 7 | 7 | 7,7 |
| Пара № 4 | 7 | 6,3 | 6,3 | 7 |
| Пара № 5 | 8,3 | 8 | 8 | 8 |
| Средний балл по группе | 7,6 | 7 | 7,2 | 7,7 |

Проведенное нами исследование показало, что использование дополнительных комплексов специализированных упражнений, направленных на коррекцию техники гладкого темпа, положительно сказывается на результатах обучения. Мы сравнили результаты, показанные акробатами в экспериментальной и контрольной группах, при выполнении различных контрольных упражнений. Анализ результатов показал, что оценки за выполнение контрольных упражнений в экспериментальной группе в среднем выше:

В 1-м упр. – на 16,1 %

В 2-м упр. – на 13,2 %

В 3-м упр. – на 10,27 %

В 4-м упр. – на 9,3 %

Эти показатели объективно указывают на эффективность использования предложенного нами комплекса упражнений при обучении вольтижным элементам.

1. Анцыперов, В.В. Обучение вольтижным элементам в парной акробатике / В.В. Анцыперов, А.Г. Трифионов, А.А. Решетин // Цельность человеческой сущности в физической культуре и спорте: тез. науч.-практ. конф. (Екатеринбург, 21–22 февраля 2007 г.). – Екатеринбург, 2007. – С. 10–12.

2. Баландин, В.И. Асимметрия мозга и потенциальные возможности спортсменов / В.И. Баландин, Г.А. Вайник // Тезисы научной конференции по итогам научной работы НИИФК. – СПб., 1996. – С. 16–17.

3. Белохвостов, Б.Н. Вольтижная акробатика / Б.Н. Белохвостов. – М.: Изд-во ЛКИ, 2008. – 304 с.

4. Болобан, В.Н. Спортивная акробатика / В.Н. Болобан. – Киев: Выща шк. Головное изд-во, 1988. – 168 с.

5. Решетин, А.А. Рационализация техники выполнения темповых акробатических упражнений / А.А. Решетин, В.В. Анцыперов, А.Г. Трифионов // Современное профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта: актуальные проблемы и пути совершенствования: труды Всероссийской научно-практической конференции (Волгоград, 23–24 мая 2007 г.). – Волгоград: ВГАФК, 2007. – С. 134–136.

6. Решетин, А.А. Ведущие биомеханические характеристики исполнения базового темпового упражнения / А.А. Решетин // Физическая культура и спорт в XXI веке: материалы Международной научно-практической конференции 17–19 апреля 2008 г // Волжский гуманитарный институт (филиал) ВолГУ. – Волгоград, 2008. – Вып. 4. – С. 253–256.

7. Решетин, А.А. Техника выполнения темповых упражнений в мужских парах / А.А. Решетин, В.В. Анцыперов, А.Г. Трифионов // Инновационные подходы в подготовке специалистов для сферы физической культуры и спорта: Труды Всероссийской научно-методической конф. (Россия, Волгоград, 10–11 июня 2008 г.); ФГОУВПО ВГАФК / под общ. ред. Ю.А. Зубарева [и др.]. – Волгоград, 2008. – С. 118–121.

СТРУКТУРА СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ СТАТУС СПОРТСМЕНОВ-ПРОФЕССИОНАЛОВ

Барышникова Л.Н.,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Касперович Е.В.,

Белорусский государственный университет,

Республика Беларусь

В XX веке спортивное движение в мире непрерывно расширялось, несмотря на пессимистические оценки ряда ученых социологов и философов, предрекающих постепенный закат спорта высших достижений в связи с отдельными негативными тенденциями, сопровождавшими его развитие.

В настоящее время большинство специалистов пришли к общему мнению о том, что спортивная практика разделилась на два направления: массовый (общедоступный ординарный) спорт и спорт высших достижений для ограниченного числа наиболее одаренных в двигательном и психическом развитии людей. И если структура массового спорта – его составляющие – не вызывает дискуссий среди специалистов, как теоретиков, так и практиков, то взгляды на структуру другого направления спортивного движения – структуру современного спорта высших достижений – в методических и управленческих литературных источниках значительно различаются. Одни авторы делят его на олимпийский и профессиональный спорт, другие – на профессиональный супердостиженческий и профессиональный коммерческий. Такое деление связано с субъективным подходом к рассматриваемой проблеме. Такое структурирование современного спорта не позволяет специалистам надежно прогнозировать его развитие, организовать целевую подготовку спортсменов и оказывать им оправданную государственную поддержку, а в системе подготовки специалистов в учебных заведениях вносит путаницу в умы студентов.

На основе системного анализа сложившихся в мире направлений и форм спортивной практики ученые пытаются найти их взаимосвязи, определить структуру современного спорта высших достижений, социальный и правовой статус спортсменов в условиях профессионализации и коммерциализации спорта. В XX веке в спортивном движении непрерывно происходили существенные качественные изменения. Прежде всего, это выражалось в коммерциализации и профессионализации спорта высших достижений. Наиболее ярко данные тенденции проявлялись в увеличении числа как официальных, так и коммерческих соревнований и турниров на международном уровне, с их значительными материальными вознаграждениями как за участие в соревнованиях, так и за достигнутый результат. Стоимость спортсменов и команд возрастала пропорционально их спортивному результату.