

Опытное внедрение ЭУМП по волейболу производилось в рамках республиканского педагогического эксперимента, а затем в ходе инновационной деятельности, осуществляемой Министерством образования Республики Беларусь. Полученные данные свидетельствуют о педагогической целесообразности предлагаемой формы информатизации уроков физической культуры и здоровья.

ЭУМП по волейболу предоставляет в распоряжение участников образовательного процесса инструменты, с помощью которых могут быть достигнуты следующие результаты:

- способ решения двигательной задачи изучается при помощи конкретных зрительных ориентиров;
- сокращается время на прием и освоение обучающимся информации учебного назначения;
- эффект «прочувствования движения» достигается на основе соединения образа мышечного ощущения со знаниями, которые получены в ходе предъявления обучающим специальных знаний;
- педагог подбирает учебный материал и темп его предъявления обучающимся в соответствии с заданным уровнем сложности.

1. Физическая культура и здоровье. V–XI классы: учеб. программа для общеобр. учрежд. с рус. яз. обуч. // Нац. ин-т образования Мин-ва образования Респ. Беларусь. – Минск, 2012. – 81 с.

2. Школьный футбол: мультимедийное электронное пособие для 5-9 классов [Электронный ресурс] / Федерация футбола Украины. – 2009. – Электрон. дан. (198 Мб). – Режим доступа: http://mirknig.com/knigi/nauka_ucheba/1181453168-shklniy-futbol-multimedyniy-elektronniy-posbnik.html. – Дата доступа: 15.10.2013.

ОЛИМПИЙСКИЕ ТРАДИЦИИ БЕЛОРУССКИХ МЕТАТЕЛЕЙ МОЛОТА

Чеботарь Д.А.,

Новикова А.А.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Олимпийские игры занимают особое место в истории спортивного движения любой страны, независимо от ее размеров, количества населения и популярности тех или иных видов спорта. Каждая страна имеет своих героев-олимпиоников, ведет свой собственный счет олимпиадам, терпеливо и методично растит олимпийцев завтрашнего и даже послезавтрашнего дня – спорт ведь не стоит на месте, он бесконечен и многообразен, как жизнь.

Метание молота – сравнительно молодой вид легкой атлетики. Его история начинается в середине XVIII в. В те времена кузнецы Ирландии и Шотландии часто соревновались в ловкости и силе, бросая на дальность обыкновенный молот – свое основное орудие производства. Со временем это увлечение стало очень популярным и было включено в программу легкоатлетических соревнований. Первый чемпионат Англии состоялся в 1866 г. Победителем стал Р. Джеймс, показавший результат 24,50 м. Первый мировой рекорд был зафиксирован в 1877 г. – 33,53 м, установил его англичанин Г. Халес.

Сначала молот метали с размахиваний и одного поворота. Результат замерялся от впереди стоящей ноги до места приземления. Со временем были разработаны определенные правила соревнований, которые постоянно совершенствовались (количество попыток, размеры круга и сектора для метания, стандарты снаряда). Так, деревянная ручка была сначала заменена цепью с двумя ручками, а затем стальной проволокой и одной ручкой, обушок молота приобрел форму шара; масса – 7,265 кг, длина – 1 м 21,5 см стали постоянными.

В 1900 г. метание молота было включено в программу Олимпийских игр в Париже, это способствовало большей популяризации этого вида легкой атлетики во всех странах мира.

Первым олимпийским чемпионом стал американец Д. Флэнэ-гэн – 49,73 м. Он же выигрывал это звание в 1904–1908 гг. [1].

Метание молота – вид спорта, в котором белорусские спортсмены традиционно занимают ведущие позиции в мире. Развитие и становление метания молота в Беларуси связано с именем заслуженного тренера СССР Е. Шукевича, у которого занимались и совершенствовались спортивные

мастерство М. Кривоносов, В. Руденков, А. Болтовский, Р. Клим. Они установили семь рекордов мира, завоевали 2 золотые и 2 серебряные олимпийские медали, являлись победителями и призерами чемпионатов Европы, 13 раз становились чемпионами СССР.

Метание молота в белорусской легкой атлетике является одним из ведущих видов. На счету метателей молота Беларуси золотая олимпийская медаль 1964 г. (Олимпиада в Токио) – Р. Клим, 6 серебряных медалей: 1956 г. (Мельбурн) – М. Кривоносов, 1968 г. (Мехико) – Р. Клим, 1992 г. (Барселона) – И. Астапкович, 2004 г. (Афины) – И. Тихон, 2008 г. (Пекин) – В. Девятковский, 2016 г. (Рио-де-Жанейро) – И. Тихон, а также 3 бронзовые медали: 1972 г. (Мюнхен) – В. Хмелевский, 2000 г. (Сидней) – И. Астапкович и 2008 г. (Пекин) – И. Тихон.

Значительный вклад в этот вид легкой атлетики внес М. Кривоносов, который 6 раз улучшал мировой рекорд, начав с результата 63,34 м и доведя его до 67,32 м. Он же установил 22 рекорда, из которых 5 были рекордами СССР. М. Кривоносов 6 раз выигрывал звание чемпиона СССР и одним из первых белорусских спортсменов-легкоатлетов стал чемпионом Европы в 1954 г. в Берне с мировым рекордом 63,34 м.

Белорусскую «линию» в метании молота продолжил Р. Клим. И не просто продолжил. Если М. Кривоносов стал обладателем серебряной олимпийской медали, а В. Руденков – золотой, то Клим сумел завоевать и ту, и другую. И при этом его спортивная судьба сложилась весьма своеобразно. В спорт Клим пришел в том возрасте, в котором ныне спортсмена объявляют ветераном и стараются отправить «на покой», освобождая дорогу молодым. К счастью, в 50–60-е годы в нашем спорте руководствовались принципом спортивным, а не возрастным, преимущество отдавалось тем, кто в данный момент сильнее, а не моложе. Иначе бы Клим не попал в сборную, не завоевал олимпийские медали.

Впервые призером чемпионата СССР Клим стал в 30 лет. М.Н. Кривоносов в 25 лет был уже чемпионом Европы, а в 27 олимпийским призером. Но все, что делал Клим, было прочно и фундаментально. Достигнув какого-то рубежа, он стоял на нем основательно, готовясь шагнуть дальше. Это поняли и оценили тренеры сборной. На чемпионате СССР 1964 г. Клим занял лишь 6-е место, проиграв победителю около 5 м. И все-таки, чувствуя силу Клим, ему дали шанс, и Ромуальд этот шанс не упустил. На последних отборочных соревнованиях он установил рекорд страны и поехал на Игры в Токио. И там он установил рекорд СССР, но одновременно этот результат был и олимпийским рекордом. Так мало кому известный Ромуальд Клим стал олимпийским чемпионом. А вот чемпионат СССР впервые он выиграл только 2 года спустя. В том году Клим сделал золотой дубль, выиграв еще и чемпионат Европы. В последующие годы Клим еще трижды становился чемпионом СССР, последний раз, когда ему было уже 38 лет, был серебряным призером Олимпиады 1968 г. и чемпионата Европы 1969 г., установил 10 рекордов СССР – всего на один меньше, чем рекордсмен среди рекордсменов М. Кривоносов.

На счету Р. Клим – 11 рекордов СССР, из которых один рекорд Европы – 71,02 м и один мировой рекорд – 74,52 м.

Большой вклад в историю развития метания молота внес советский и белорусский легкоатлет Игорь Астапкович. Он – заслуженный мастер спорта СССР (1991), заслуженный мастер спорта Республики Беларусь (1995). И. Астапкович является серебряным призером XXV Олимпийских игр в Барселоне (1992), бронзовым призером Олимпийских игр 2000 г, победителем Всемирной универсиады в Загребе (1987) и Дуйсбурге (1989), победителем Игр доброй воли в Сиэтле (1990), обладателем Кубка Европы (1991), серебряным призером Кубка Европы (1995), чемпионом Европы 1990 (Сплит, Хорватия), серебряным призером чемпионата Европы (1994, Хельсинки), трехкратным серебряным призером чемпионатов мира: в Токио (1991), в Штутгарте (1993), в Гетеборге (1995), 6-кратным чемпионом СССР.

В 1992 г. на финале Гран-при в Севилье установил рекорд Республики Беларусь – 84,62 (3-й результат в мире за всю историю метания молота, мировой рекорд на счету Юрия Седых – 86,74).

Вадим Девятковский является всемирно известным белорусским легкоатлетом, чемпионом мира и призером Олимпийских игр. С ранних лет его интересовала легкая атлетика, а особенно метание молота. Именно этот вид спорта и выбрал для себя будущий спортсмен. Первыми соревнованиями для Вадима были первенства города и района. Уже на этих этапах Девятковский показал свой огромный спортивный потенциал. Несколько лет спустя молодой метатель молота становится наиболее перспективным легкоатлетом Беларуси. Особенно памятным стал для него 2005 год. Сна-

чала В. Девятковский принял участие в универсиаде, на которой завоевал золотую медаль. В этом же году белорусский легкоатлет дебютировал на чемпионате мира. И снова не обошлось без приятных неожиданностей. Метнув снаряд на победное расстояние, В. Девятковский стал золотым призером. В 2006 году Вадим сумел снова подняться на пьедестал почета международных соревнований – он занял 2-е место на чемпионате Европы. Но самые лучшие показатели Девятковский продемонстрировал на двух Олимпиадах. В Афинах он немного не дотянул до медали, удовлетворившись 4-м местом. А спустя 4 года в Пекине В. Девятковский стал серебряным призером Олимпиады. К сожалению, спортивная карьера белорусского легкоатлета не обошлась без скандалов. После Пекинской Олимпиады его допинг-проба показала положительный результат. Девятковский оказался под угрозой потери серебряной медали и пожизненной дисквалификации. Но, к счастью, все обошлось. В 2010 году МОК признал, что допинг-пробы были взяты с нарушениями правил, Вадиму вернули его награду и сняли все обвинения.

Вместе с В. Девятковским выступал Заслуженный мастер спорта Республики Беларусь И.Г. Тихон.

Иван Тихон неоднократно принимал участие в различных национальных первенствах и чемпионатах. Безусловно, результатом выступлений в большинстве своем были почетные награды. В итоге спортсмен стал настоящей звездой в собственной стране, укрепив статус после первого выступления на международных соревнованиях. Тихона полюбили все белорусские болельщики без исключения. Они ценили его и считали одним из самых перспективных метателей молота не только в государстве, но и во всем мире.

На кануне Олимпийских игр в Сиднее Тихон показывал стабильный результат, но они и близко не говорили о том, что можно завоевать медаль. Вместе с Игорем Астапковичем он метнул снаряд – редчайший случай – в одну и ту же точку 79,17. Но бронзовую награду получил И. Астапкович [2].

Успех Ивана Тихона пришел в 2003 г. на чемпионате мира в Париже. Именно тогда он впервые в своей жизни стал чемпионом мира послав снаряд на 83,05 м. После этой сенсационной победы он продолжил борьбу за самые высокие награды иных соревнований. На XXII летней Универсиаде в 2003 г. завоевал золото.

На Олимпийских играх 2004 г. Иван Тихон стал обладателем серебряной медали.

В 2007 г. в городе Осака броском на 83,63 м Иван Тихон завоевал золотую медаль чемпионата мира. В 2008 году на Олимпийских играх в Пекине завоевана бронзовая медаль. В 2016 г. Ивану удалось завоевать 2 серебряные награды: за 2-е место в чемпионате Европы по легкой атлетике с результатом 78,84 м и на XXXI летних Олимпийских играх с результатом 77,79 м.

В настоящее время Иван Тихон продолжает свою спортивную карьеру. Своим примером привлекает внимание в легкую атлетику десятки юных спортсменов.

1. Легкая атлетика: учеб. / М. Е. Кобринский [и др]; под общ. ред. М. Е. Кобринского, Т. П. Юшкевича, А. Н. Конникова. – Минск: Тесей, 2005. – 336 с.
2. Попко, И. Ю. Звезды Гродненского спорта / И. Ю. Попко. – Минск: Попурри, 2007. – 160 с.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОБУЧЕНИИ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ТЕХНИКИ ПЛАВАНИЯ

Чудников А.С.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

На современном этапе развития спорта одной из актуальных проблем является повышение качества и эффективности учебно-тренировочного процесса на основе внедрения новых, более эффективных средств и методов освоения и совершенствования движений. Достижение высоких результатов во многом зависит от овладения спортсменом технического мастерства. В связи с этим педагогу-тренеру важно на любом этапе подготовки правильно оценивать основные двигательные навыки пловца и совершенствовать их.