

4. Медведев, В.В. Психологические основы тактической подготовки спортсменов / В.В. Медведев. – М.: ГЦОЛИФК, 1987. – 25 с.
5. Бег на средние и длинные дистанции: система подготовки / Ф.П. Сулов [и др.]. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 176 с.
6. Полунин, А.И. Школа бега Вячеслава Евстратова / А.И. Полунин. – М.: Советский спорт, 2003. – 216 с.

О НЕКОТОРЫХ СОВРЕМЕННЫХ ТЕНДЕНЦИЯХ ИЗМЕНЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

К.А. Юшкевич,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Олимпийские игры, в том виде, в каком их знают сейчас, имеют большую историю, уходящую в античные времена. За все это время Игры претерпевали большие изменения, которые также происходят и по сей день. Кроме всего прочего, неоднократно различным преобразованиям подвергалась и программа Олимпийских игр.

Как известно, МОК устанавливает программу Олимпийских игр, в которую входят только олимпийские виды спорта. Согласно Олимпийской хартии, соревновательную программу Олимпийских игр необходимо пересматривать после каждой Игр. Этого не происходило с конца 50-х годов прошлого века – только нынешний президент МОК Жак Рогге не только осознал необходимость этого но и начал предпринимать конкретные шаги.

Ни для кого не является секретом, что Жак Рогге ранее уже пытался исключить из программы Игр бейсбол, софтбол и современное пятиборье, освобождая место под другие виды спорта, о которых будет сказано позже.

Только на 117-й сессии Международного олимпийского комитета в Сингапуре в 2005 г. из программы летних Олимпийских игр в Лондоне в 2012 г. были исключены такие виды спорта, как бейсбол и софтбол. Причинами решения исключить эти виды спорта стал запрет руководства североамериканской Главной бейсбольной лиги на участие в Олимпийских играх игроков-профессионалов клубов лиги и весьма узкая география распространения.

На этой же сессии МОК принял решение, что программа соревнований должна быть дополнена несколькими видами спорта. В их число входили каратэ, сквош, гольф и роликовый спорт, а также регби. Однако после проведения голосования, ни одна из пяти игр не набрала того количества голосов, которое позволило бы включить ее в олимпийскую программу. Некоторые изменения коснулись и различных дисциплин, представленных олимпийскими видами спорта. Игры в Лондоне будет проходить с участием девушек-боксеров; предусматривается соревнование по теннису среди смешанных пар; изменения произошли в гандболе (отменен турнир за 5–8-е места среди команд, не прошедших в четвертьфинал), велоспорте (добавятся такие виды соревнований, как командная гонка преследования, кейрин у женщин и командный спринт, при этом индивидуальная гонка преследования, гонка по очкам и мэдисон будут отменены), пятиборье (бег и стрельба будут объединены в одно соревнование). Женские соревнования байдарок-одиночек на дистанции 200 метров вытеснили мужские соревнования каноэ-двоек на дистанцию 500 метров.

Таким образом, Игры Олимпиады в Лондоне 2012 года будет включать в себя состязания в 26 видах спорта, а не 28, как было на предыдущих Играх в Пекине.

Из Олимпийской Хартии – устава Международного олимпийского комитета, – известны и критерии, соответствия которым, вид спорта может быть включен в программу Олимпийских игр. К таким критериям относятся следующие:

– в программу Игр Олимпиады могут быть включены только виды спорта, широко распространенные не менее чем в 75 странах на четырех континентах для мужчин и не менее чем в 40 странах на трех континентах для женщин;

– в программу зимних Олимпийских игр могут быть включены только виды спорта, широко распространенные не менее чем в 25 странах на трех континентах.

Виды спорта включаются в программу Олимпийских игр не менее чем за семь лет до соответствующих Олимпийских игр, после того никакие изменения не допускаются.

На 121-й сессии МОК в Копенгагене (Дания) снова было пересмотрено содержание программы Игр Олимпиады. Большинство членов исполкома МОК проголосовали за включение в расписание Игр двух видов спорта – гольфа и регби (гольф набрал 63 голоса «за» и 27 «против»; регби получил 81 голос «за» и 8 «против»). Эти виды спорта войдут в программу Игр Олимпиады в Рио-де-Жанейро в 2016 году.

Также на включение в олимпийскую программу претендовали роллер-спорт, каратэ, сквош и недавно исключенные бейсбол и софтбол. Однако в практической плоскости вопрос о них может встать теперь только в 2013 году.

Если говорить о программе Зимних Олимпийских игр, то последние изменения касаются лишь включения в программу отдельных дисциплин. На Играх в Сочи в 2014 г. в программу включен слоупстайл во фри-стайле и сноуборде, а также параллельный слалом в сноуборде.

Некоторые виды спорта являются кандидатами на включение в программу Олимпийских игр. Например, спортивное ориентирование. Ранее неоднократно принимались попытки включить этот вид спорта в программу, однако у МОК есть свои предположения на этот счет. Основными недостатками ориентирования, с точки зрения МОК, являются сложность организации полноценных телевизионных трансляций, необходимость проводить соревнования вдали от городов, и достаточно длительное время самих соревнований. Поэтому были предприняты меры, чтобы разработать пригодный для Игр формат на основе паркового ориентирования и эстафет с короткими этапами, пока безрезультатно. Лыжное ориентирование более подходит в качестве оптимального формата для включения в зимние Олимпийские Игры.

Давно добивается включения в программу Игр и бильярд. Однако МОК не может определиться с дисциплиной в бильярдных видах спорта. Это очень сложно, так как в бильярде очень много разных направлений: пул, карамболь и снукер, не говоря уже о делениях этих дисциплин на внутренние.

Кандидатом на включение в программу зимних Олимпийских игр является **спидскиинг – скоростной спуск на лыжах по специально подготовленной трассе**.

МОК признает также, что включение в программу Игр пляжного футбола, хоккея с мячом (бенди), каратэ, роллер-спорта, сквоша положительно повлияет на развитие олимпийского движения.

В то же время при рассмотрении вопросов по включению различных видов спорта в программу Олимпийских игр учитывается следующий факт. Жак Рогге ратует за «компактность» Олимпийских игр, т. е. включение каких-либо видов спорта в программу возможно только при исключении некоторых видов спорта из нее. В целом количество видов спорта в программе Игр Олимпиады не должно быть больше 28, зимних Олимпийских игр – 7.

Олимпийская программа – очень тонкий механизм, в нем сочетаются командные и индивидуальные дисциплины. Каждый вид вносит свой неповторимый вклад. И неизвестно, как будет работать этот механизм, если убрать одни звенья и вставить другие. Однако очевидно, что мир меняется и надо идти в ногу со временем.

1. Зимние олимпийские виды спорта [Электронный ресурс]. – 2011. – Режим доступа: <http://www.my-olymp.ru/kandidat.html>. – Дата доступа: 17.02.2012

2. Кобринский, М.Е. Белорусский олимпийский учебник: учеб. пособие / М.Е.Кобринский, Л.Г.Тригубович. – Минск РУП: Белорусский Дом печати, 2005. – 239 с.

3. Олимпийская хартия 1991. Международного Олимпийского комитета. Правила и официальные разъяснения / Принята 96-й сессией МОК в Токио, 1990. – Киев, Киевский государственный институт физической культуры, 1993.

DYNAMICS OF FOREARM MUSCLES PARAMETERS OF KETTLEBELL LIFTERS APPLYING DIFFERENT TRAINING METHODS

Lescinskis Maris, dr.paed., Ciematnieks Ugis, dr.paed., Saulite Sergejs, dr.paed.,
Latvian Academy Of Sport Education,
Bagojans Alberts, dr.paed.,
Riga Technical University,
Latvia

Introduction

While endurance is very important in kettlebell lifting, this sport is characterized by work, during which one of the muscle groups is exposed to the greatest workloads. One of the most topical problems in contemporary kettlebell lifting training process is the forearm and hand muscle workout. Having analyzing muscle topography during performing kettlebell lifting exercises in competitions, several authors (Ромашин, 1998, Шикунов, 2003, 2005) as the most important muscle group consider the forearm muscles.

Forearm muscles are smaller muscle group, participating in these movements, but they like leg and back muscles are maximally loaded, while performing the competition exercises. This muscle group is constantly involved in activity, because all kettlebell lifting sport disciplines (kettlebell clean and jerk, kettlebell snatch, kettlebell long cycle clean and jerk, kettlebell juggling) are more or less associated with keeping a kettlebell in your hand. Most