

рушений сердечно-сосудистой системы у спортсменов в целях профилактики развития патологических процессов в сердце [1–3].

В заключение отметим, что профессорско-преподавательский состав и научные сотрудники вузов физической культуры обладают высокой научной квалификацией, в силу чего требуется более широкое их привлечение к разработке механизмов управления, координации деятельности, научно-методического обеспечения подготовки спортивного резерва.

1. Ашкинази, С. М. Основные направления и результаты научно-исследовательской деятельности в университете им. П. Ф. Лесгафта / С. М. Ашкинази // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 10. – С. 6–9.

2. Ашкинази, С. М. Современные подходы к сущности и значению научно-педагогических школ / С. М. Ашкинази, В. В. Рябчиков // Материалы VIII Междунар. конгр. «СПОРТ, ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ». – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2017. – С. 443–445.

3. Бакулев, С. Е. 120-летие авторитетного физкультурного вуза России и Европы / С. Е. Бакулев // Высшее образование в России. – 2016. – № 11. – С. 117–124.

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ В ТЕХНИКЕ МЕТАНИЯ МОЛОТА НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Барсуков К.В.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

Рассматривая проблему оптимального возраста для начала занятий спортом, можно выделить тот факт, что в целом для разных видов спорта установлены достаточно ограниченные возрастные диапазоны, оптимальные для начала освоения специализированной системы двигательных действий и их моторного обеспечения. Например, в легкоатлетических метаниях стадию становления высшего спортивного мастерства, а именно этап предварительной подготовки, рекомендуется начинать с 12–13 лет, уделяя определенное внимание обучению технике избранного вида спорта и различных вспомогательных и специально-подготовительных упражнений [1].

Вместе с тем анализ передового опыта подготовки высококвалифицированных, а также элитных спортсменов свидетельствует о том, что во многих случаях начало занятий избранным видом спорта варьирует уже в диапазоне младшего школьного возраста. Уже в 8–10 лет многие из будущих чемпионов приступили к вполне регулярным занятиям по совершенствованию своего спортивного мастерства. Следует заметить, что для этого существуют значительные биологические предпосылки, связанные с индивидуальным развитием организма, то есть совокупность последовательных морфологических, физио-

логических и биохимических преобразований, претерпеваемых человеком в процессе своего развития.

В 9 лет отмечается перестройка механизма двигательной регуляции. В характере построения движений отчетливо проявляются признаки участия в этом построении механизма центральных команд. Очень важный момент в онтогенетическом развитии центрального механизма управления движениями отмечен у 9-летних детей: появление первичных (предварительных) коррекций. В 10 лет происходит окончательное освоение растущим организмом более совершенного физиологического механизма программирования движений, обеспечивающего возможность предварительного учета не только пространственного, но и временного фактора – механизма центральных команд [2].

На основании данных биологических предпосылок становится возможным формирование базовых координаций в легкоатлетических метаниях, в частности, в метании молота, начиная с младшего школьного возраста, то есть с 9–10 лет. С позиций теории освоения двигательных действий В.Т. Назарова (1974), центральное внимание при этом необходимо уделить формированию элементов динамической осанки в данном виде легкоатлетических метаний, а также системному освоению различного вида управляющих движений. Следует заметить, что на данном этапе становления спортивного мастерства необходимо конструировать весьма подвижную, динамическую структуру основного соревновательного упражнения, способную к рациональному развитию под влиянием системной совокупности объективных и субъективных факторов.

1. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев: Олимп. лит-ра, 2004. – 808 с.

2. Безруких, М. М. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. – Академия, 2003. – 416 с.

ДИАГНОСТИКА ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СОТРУДНИКОВ СПЕЦПОДРАЗДЕЛЕНИЙ К ДЕЙСТВИЯМ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Барташ В.А.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

Под термином «готовность» обычно понимается состояние человека, определяемое его способностью к успешному выполнению какой-либо деятельности, связанной с сознательной направленностью на эту деятельность [1]. Специалисты рассматривают состояние готовности как сложную динамиче-