

МЕЖДУНАРОДНАЯ АССОЦИАЦИЯ УНИВЕРСИТЕТОВ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАЗАХСКАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА И ТУРИЗМА

**«СОВРЕМЕННЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ
И СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ»
XIII Международный научный конгресс**

МАТЕРИАЛЫ КОНГРЕССА

7-10 октября 2009 г.

1 том

Алматы, 2009

О. Л. Ковалевская Оптимизация технико-тактических действий в нападении квалифицированных волейболистов.....	537
Р. С. Кокебаева Особенности влияния занятий физической культурой на физическую подготовленность студентов (на примере технических специальностей).....	539
Л. С. Кузнецова Особенности проявления координационных способностей у школьников среднего звена.....	542
Г. А. Кузьменко Эмоциональный интеллект детского тренера.....	544
Э. С. Кульмаметьева Теория и методика ведения дневника физического самовоспитания на уроках физкультуры.....	547
Ю. Ф. Курамшин Становление и современные тенденции развития теории физической культуры.....	550
М. Е. Кусмиденов Круговая тренировка – один из способов повышения эффективности уроков физической культуры.....	551
Ю. В. Литвиненко Оценка техники спортсменов различной квалификации в циклических видах спорта на основе учета темпо-ритмической структуры двигательных действий.....	554
В. С. Макеева, Т. Н. Мостовая Формирование навыков неречевого общения средствами физической культуры.....	555
Е. Б. Мохова Теоретико-методологические основы управления самообразовательной деятельностью студентов.....	558
Е. М. Мухиддинов, С. Е. Дайрабаев Академическая успеваемость студентов в зависимости от затрат времени на спортивное совершенствование в режиме учебной недели.....	560
Д. К. Нурмуханбетова Оценка особенностей освоения способов плавания студентами различных специализаций.....	564
Л. И. Орехов, Н. Мамбетов, Р. Байтлеу, С. Ж. Бозтаева Профилактика суицидального поведения молодежи средствами спортивной тренировки.....	567
Н. О. Отегенов Актуальные проблемы профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту.....	570
Н. О. Отегенов, А. Б. Габдуллин	

ОЦЕНКА ТЕХНИКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА НА ОСНОВЕ УЧЕТА ТЕМПО-РИТМОВОЙ СТРУКТУРЫ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Ю. В. Литвиненко

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина*

Введение. На пути совершенствования технического мастерства спортсменов возникает ряд проблем требующих своего решения. Как показывают данные литературы, одной из таких проблем является недостаточность исследования в теории и практике существенных аспектов разработки рациональных образцов спортивной техники в различных видах спорта [2]. При исследовании последней важным является определение особенностей временных характеристик соревновательных движений, поскольку именно по темпо-ритмовой структуре можно, в определенной степени, судить о совершенстве самого двигательного действия [1].

В связи с этим, на примере шорт-трека, нами определяется и проводится анализ временной структуры спортсменов различной квалификации при беге по прямой.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение специальной научно-методической литературы, видеосъемка, биомеханический видеокomпьютерный анализ. В данном исследовании приняло участие 6 высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в шорт-треке (МСМК) и 16 квалифицированных (I разряд).

Результаты исследования и их обсуждения. Одним из наиболее информативных показателей характеризующих эффективность спортивной техники является продолжительность отдельных фаз двигательного действия. Данный биомеханический показатель характеризует не только темпо-ритмовую структуру, но и косвенно отражает экономичность циклического движения.

В процессе исследований установлено, что длительность фазы двухопорного отталкивания со смещением вправо у высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в шорт-треке составила 0,2 с ($S=0,01$), а у квалифицированных спортсменов – 0,22 с ($S=0,02$).

Самой непродолжительной фазой у высококвалифицированных спортсменов оказалась фаза свободного проката на правой ноге 0,16 с ($S=0,01$). Длительность данной фазы у квалифицированных спортсменов – 0,22 с ($S=0,02$).

Длительность фазы одноопорного отталкивания правой ногой, у высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в шорт-треке оказалась наиболее продолжительной среди исследуемых фаз бега по прямой 0,28 с ($S=0,01$), у квалифицированных спортсменов эта фаза была на 0,02 с больше.

Уменьшение длительности отдельных фаз бега по прямой позволяет увеличить темп, что будет положительно сказываться на прохождении прямого отрезка круга. Учитывая тот факт, что на максимальных скоростях бега спортсмены, специализирующиеся в шорт-треке едва ли успевают выполнить один парный шаг на прямой, акцентированное внимание на увеличение силы отталкивания не будет эффективным, а напротив будет способствовать более позднему входу спортсмена в поворот, что одновременно создаст благоприятные условия соперникам для осуществления обгона.

Длительность фазы свободного проката у квалифицированных спортсменов статистически достоверно ($P < 0,05$) больше, нежели у высококвалифицированных спортсменов, что отразилось на ритмической структуре.

У высококвалифицированных спортсменов, при беге по прямой были получены следующие соотношения длительности исследуемых фаз: 1,25 : 1 : 1,75, у квалифицированных шорт-трековиков было получено несколько иное соотношение длительности фаз: 1 : 1 : 1,36.

Увеличение продолжительности свободного проката является явно не выгодным и как показывают наши данные с ростом спортивного мастерства длительность этой фазы снижается.

В этой связи следует отметить, что одной из задач, которая решается спортсменами на заключительной части прямой, является подготовка к бегу по повороту. Перед собственно выполнением поворота спортсмены на прямой «рассчитывают и подбирают расстояние» до входа в поворот, за счет увеличения или уменьшения длительности отдельных фаз, таким образом, чтобы подбегая к первой фишке, которая определяет начало поворота, они были бы уже готовы к выполнению последнего. Именно по этой причине увеличение длительности свободного проката у квалифицированных спортсменов может быть обусловлено следствием более низкой, по сравнению с высококвалифицированными спортсменами, скоростью бега.

Выводы. Полученные данные подтверждает бытующее в специальной литературе мнение о том, что с ростом мастерства у спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта, происходит уменьшение длительности отдельных фаз двигательного действия с одновременным увеличением темпа.

Литература

- 1 Гамалий В. В. Біомеханічні аспекти техніки рухових дій у спорті. – К.: Наук. світ, 2007. – 211 с.
- 2 Лапутин А. Н. Современные проблемы совершенствования технического мастерства спортсменов в олимпийском и профессиональном спорте. // Наука в олимпийском спорте. – 2001. – №2. – С. 38-46.

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ НЕРЕЧЕВОГО ОБЩЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В. С. Макеева, Т. Н. Мостовая

Орловский государственный технический университет, Орел, Россия

Введение. Человек отражается через особенности темперамента, нервной системы, интеллекта, а также через умение создать впечатление о себе, «подать себя» окружающим. Невербальная смысловая организация мира человека становится одной из важных проблем современного понимания общения и развития личности в целом на фоне агрессивного развития информационных технологий, лингвоцентризма в обучении и воспитании, «скученности» людей в городах-мегаполисах, их низкой двигательной активности и оторванности от природы. Успешность владения неречевой культурой общения оказывает существенное влияние на профессиональное становление, успеваемость и здоровье студента творческих профессий, т.е. практически на все сферы его жизнедеятельности [2, 3, 4, 5, 6].

Длительность фазы свободного проката у квалифицированных спортсменов статистически достоверно ($P < 0,05$) больше, нежели у высококвалифицированных спортсменов, что отразилось на ритмической структуре.

У высококвалифицированных спортсменов, при беге по прямой были получены следующие соотношения длительности исследуемых фаз: 1,25 : 1 : 1,75, у квалифицированных шорт-трековиков было получено несколько иное соотношение длительности фаз: 1 : 1 : 1,36.

Увеличение продолжительности свободного проката является явно не выгодным и как показывают наши данные с ростом спортивного мастерства длительность этой фазы снижается.

В этой связи следует отметить, что одной из задач, которая решается спортсменами на заключительной части прямой, является подготовка к бегу по повороту. Перед собственно выполнением поворота спортсмены на прямой «рассчитывают и подбирают расстояние» до входа в поворот, за счет увеличения или уменьшения длительности отдельных фаз, таким образом, чтобы подбегая к первой фишке, которая определяет начало поворота, они были бы уже готовы к выполнению последнего. Именно по этой причине увеличение длительности свободного проката у квалифицированных спортсменов может быть обусловлено следствием более низкой, по сравнению с высококвалифицированными спортсменами, скоростью бега.

Выводы. Полученные данные подтверждает бытующее в специальной литературе мнение о том, что с ростом мастерства у спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта, происходит уменьшение длительности отдельных фаз двигательного действия с одновременным увеличением темпа.

Литература

- 1 Гамалий В. В. Біомеханічні аспекти техніки рухових дій у спорті. – К.: Наук. світ, 2007. – 211 с.
- 2 Лапутин А. Н. Современные проблемы совершенствования технического мастерства спортсменов в олимпийском и профессиональном спорте. // Наука в олимпийском спорте. – 2001. – №2. – С. 38-46.

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ НЕРЕЧЕВОГО ОБЩЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В. С. Макеева, Т. Н. Мостовая

Орловский государственный технический университет, Орел, Россия

Введение. Человек отражается через особенности темперамента, нервной системы, интеллекта, а также через умение создать впечатление о себе, «подать себя» окружающим. Невербальная смысловая организация мира человека становится одной из важных проблем современного понимания общения и развития личности в целом на фоне агрессивного развития информационных технологий, лингвоцентризма в обучении и воспитании, «скученности» людей в городах-мегаполисах, их низкой двигательной активности и оторванности от природы. Успешность владения неречевой культурой общения оказывает существенное влияние на профессиональное становление, успеваемость и здоровье студента творческих профессий, т.е. практически на все сферы его жизнедеятельности [2, 3, 4, 5, 6].