

КАМЕНЕЦ-ПОДОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

# ПРОБЛЕМЫ БИОМЕХАНИКИ СПОРТА

(Тезисы докладов научной конференции)

г. Каменец-Подольский  
1981 год

тенне стрелки табло-имитатора или механического исполнительного блока тренажера продолжается. В случае рассогласования выдается команда «стоп», по которой движение автоматически останавливается и возобновляется после исправления ошибки (время исправления фиксируется в блоке памяти). Эксперименты показали, что применение данной системы при освоении гимнастических упражнений различной сложности дает достоверный педагогический эффект.

## **К ВОПРОСУ СПЕЦИАЛЬНОЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ С ПОМОЩЬЮ ТРЕНАЖЕРНЫХ УСТРОЙСТВ.**

М. В. Дутчак, Т. А. Сапешко, И. И. Чуприн,

Метод сопряженного воздействия призван лежать в основе процесса оптимизации специальной скоростно-силовой подготовки спортсменов. Успешное решение данной проблемы во многом зависит от разработки тренажерных устройств, позволяющих всесторонне моделировать различные игровые ситуации.

Нами сконструирован тренажерный комплекс, создающий благоприятные условия для одновременного совершенствования специальных скоростно-силовых качеств, технических приемов игры, развития мыслительных процессов специфичных для гандбола. Он состоит из 12 стоек-мишеней у каждой из которых находятся две сигнальные лампы (красная указывает направление перемещения, синяя — направление передачи), которые соединены при помощи электропроводов с пультом управления. С помощью предлагаемого тренажерного устройства задается программа действий, интенсивность которой регулируется частотой сердечных сокращений. Использование данного комплекса в учебно-тренировочном процессе с юными гандболистами дает большой практический эффект. Кроме того, он прост в изготовлении и несложен в эксплуатации.

## **БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ ПРИМЕНЕНИЯ ПНЕВМОСНАРЯДОВ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

В. Г. Заякин, В. С. Савельев, Н. Г. Сучилин,

Исходя из известного материалистического положения о единстве среды и организма, один из мощных резервов повы-