Спортивная энциклопедия Беларуси

Минск
«Беларуская Энцыклапедыя» имени Петруся Броўкі
2005
Редакционная коллегия:
Г.П.Пашков (гл. редактор), Ю.Л.Сиваков (председатель редколлегии),
Е.Д.Велова, А.И.Бондарь, В.М.Василевский, Н.А.Гамза, В.И.Ганопольский,
А.А.Гужаловский, Г.В.Забурьянова, Н.Т.Зайчиков, А.В.Кошелев, А.И.Литвиненко,
А.В.Медведь, В.И.Морозов, А.М.Петриков, П.П.Рябухин, О.А.Шепель,
М.Б.Юспа, Т.П.Юшкевич

Консультанты:
В.Ф.Алдеев, А.Т.Абраменко, Т.С.Алексеева, Г.Д.Артёменко, Н.Я.Бабец,
В.В.Бабук, Ю.Ф.Бурянов, В.И.Вагель, Г.С.Дедюля, Т.П.Думко, В.С.Коваленко,
А.В.Кошелев, Б.В.Крищенович, С.Ю.Новиков, О.С.Коженков, А.В.Кулачков,
Е.К.Куликович, П.А.Лебедев, Л.В.Марищук, А.Л.Мозырков, О.Ф.Надененко,
В.В.Нозожилов, С.А.Патрикеев, Н.В.Прокопович, В.И.Рудницкий, А.А.Сединин,
Н.П.Сенчук, Л.В.Сенько, А.А.Семкин, А.А.Середин, В.Ф.Слайка, С.М.Чистяков,
Н.О.Юранова, Л.К.Юрченко

ISBN 985-11-0309-8 © Издательство «Беларуская Энцыклапедыя»
имени Петруся Бровкі, 2005

Т. В. Люкович.


ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Последовательное понимание устойчивости организма к действию неблагоприятных факторов — холода, жары, повышенной солнечной радиации и др.; важнейшая составная часть физ. воспитания. Ос. средствами З. являются планомерное использование естественных факторов природы — воздуха, воды и солнечные лучи. Интенсивная мышечная работа усиливает их влияние. Многократное воздействие на поверхность тела по механизму условных рефлексов приходит к развитию приспособительных реакций и изменению функционирования дыхания, кровообращения, обмена веществ и др. При этом происходит совершенствование функций теплообмена, которая имеет важное значение в сохранении теплового равновесия в различных т-ных условиях внешней среды. В результате З. к холоду увеличивается теплообразование, улучшается кровоснабжение кожных покровов. При З. к высокой температуре резко уменьшается потоотделение, испарения пота с поверхности тела. Непрерывное условное воздействие на организм создает через 1—1,5 мес. с последующим их прекращением закаленность организма.

ЗАКОН РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ «О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ». Принят в 1993, в последней редакции вступил в силу 29.11.2003; определяет правовые и эконом. основы деятельности в сфере физ. культуры и спорта. В Законе изложены общие положения и гос. политика в сфере физ. культуры и спорта, гос. и местных программ развития физ. культуры и спорта. Представлена система физ. культуры и спорта: Нац. олимпийский комитет Республики Беларусь, Паралимпийский комитет Республики Беларусь, федерации, союзы, ассоциации, клубы по видам спорта, специализированные учебно-спорт. учреждения, физ.-оздоров., спорт. центры (комбинаты, комплексы) и др. Отражены основные положения физ. воспитания в учебных заведениях, физ. культура, клубы по видам спорта, специализированные учебно-спорт. учреждения, система планирования, оценки, контроля спорта, соревнований, обучение, научно-метод. и тренерский состав, подготовка и повышение квалификации специалистов, а также вопросы подготовки юношеских сборных команд. В законе определены основные принципы и задачи физ. культуры и спорта. А. А. Середин.

ЗАЛ СПОРТИВНЫЙ, закрытое помещение для занятий физическими упражнениями, соревнований по ручным снарядам (балетка, кросс, теннис), гимнастике, боксу, борьбе, жёлтой, фехтованию и т. п. З., оборудованные для выполнения каких-либо видов спорта считаются универсальными и, наоборот, специализированными. Размеры З. должны соответствовать требованиям, предъявляемым для занятий или соревнований по тем или иным видам спорта, напр., высота 3. для спортивных игр определяются условно: 6 м. — для большого футбола, 4—5 м — для волейбола, баскетбола, тенниса. В комплекте З. обычно входят раздевалки, душевые, пом. инструктора, спортивные залы, инвентарь и др. А. А. Середин.