

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ СССР  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ВСЕСОЮЗНЫЙ СОВЕТ ВДЦСО ПРОФСОЮЗОВ

РОССИЙСКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ СОВЕТ ВДЦСО ПРОФСОЮЗОВ

Т Е З И С Ы

докладов Всесоюзной научно-практической  
конференции "Физическая культура в условиях  
производства"

(Ростов-на-Дону, 20-22 ноября 1990 г.)

Москва 1990

Редакционная коллегия: к.п.н. П.А.ВИНОГРАДОВ (отв. редактор),  
С.Н.БЕГОВА, к.м.н. Л.С.ЗАХАРОВА, Н.И.КОЖЕВАТКИНА, д.м.н.,  
профессор В.В.МАТОВ, к.п.н. Л.Н.НИФОНТОВА, И.В.ШЕЛЕКАСОВА.

ISBN 5-85193-006-3

## АКТИВНЫЙ ОТДЫХ В РЕЖИМЕ ТРУДА ОСНОВНЫХ ПРОФЕССИЙ ШВЕЙНОГО ПРОИЗВОДСТВА

Л.Н.Аболина

Исследования условий труда, динамики работоспособности и развития утомления в дневном и недельном циклах, рассмотренные в работе на появление усталости в различных частях тела, изучение физического развития и состояния здоровья у 847 женщин-работниц Астраханского производственно-швейного объединения позволили разработать комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме труда и отдыха:

раскройщицам - самомассаж рук с элементами точечного массажа (перед работой), экстензионный пояс (в течение первых 2 ч работы), профилактические приемы (в продолжение дня при возникновении усталости), самомассаж ног с элементами точечного массажа (после смены);

обмеловщицам - вводная гимнастика, гимнастика "зоркость" и профилактические приемы (в течение дня при появлении усталости), самомассаж ног с элементами точечного массажа (после смены);

сортировщицам - вводная гимнастика, экстензионный пояс (в течение первых 2 ч работы), гимнастика "зоркость" и профилактические приемы (при усталости), самомассаж ног с элементами точечного массажа (после смены);

швейно-мотористкам - самомассаж рук с элементами точечного массажа, экстензионный пояс (первые 2 ч работы), гимнастика "зоркость" и профилактические приемы (при возникновении усталости), посещение кабинета психологической разгрузки (после смены).

Эффективность от внедрения предложенных мероприятий составила от 3 до 7,5% повышения производительности труда.

## ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ НА БАЗЕ СОВРЕМЕННЫХ ЭВМ И ИХ РОЛЬ В ФУНКЦИОНИРОВАНИИ СЛУЖБЫ ЗДОРОВЬЯ

М.С.Абрамов

Качественная, быстрая и многоаспектная обработка материалов обследования состояния здоровья и физкультурно-спортивных интересов трудящихся обуславливает необходимость создания автоматизированного банка данных на базе ЭВМ. В отличие от обычных

силы и ловкости) подразделяются на группы тренажеров - для коллективного и индивидуального пользования, каждая из которых свою очередь состоит из подгрупп тренажеров - для закрытых помещений и открытых площадок. В свою очередь подгруппы включают тренажеры для детей и взрослых.

Найдены два основных подхода к созданию ТПФС: 1) игровая ситуация создается расположением набора традиционных тренажеров в соответствии с разработанным алгоритмом игры; 2) используются тренажеры для развития физических качеств занимающихся на базе специализированных, оснащенных микро-компьютером с дисплеем, позволяющих за счет наборов сменных нагрузочных узлов (собственно тренажеров) и пакетов программ с различными игровыми ситуациями образовывать ряд легко трансформируемых ТПФС.

Ведется проработка таких ТПФС, как "Махалет" для развития мышц плечевого пояса; "Шагоход" для развития общей выносливости; "Педальный" для развития мышц ног, в т.ч. и для инвалидов; "Дибатут" для развития вестибулярного аппарата; "Гребной" для развития общей выносливости; "Динамический" для развития мышц бедер; "Бокс" для развития реакции и ловкости; "Велотренажер" для развития общей выносливости; "Динамический" для развития мышц плечевого пояса.

Группа этих тренажеров может заменить ряд традиционных тренажеров с монотонной работой и значительно повысить эффективность и интерес к занятиям ФП.

#### АНАЛИЗ РАБОТЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЦЕНТРОВ ПРОМЫШЛЕННЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ

Е.Г.Гуринович

В целях изучения особенностей работы ФЦ, эффективности их использования проведено комплексное организационное обследование 27 центров, действующих на ряде промышленных предприятий Ленинграда.

Определены оптимальные условия функционирования ФЦ: наличие научно обоснованной системы организации работы и четко разработанных требований к деятельности центра; методики изучения комплексных характеристик работников, оздоровительной и

физической эффективности деятельности центра; методическая эффективность проведения занятий; эффективная система повышения квалификации кадров.

Анализ деятельности ФЦ показал, что основными недостатками являются: несогласованность режима работы центров с режимом работы и отдыха трудящихся; низкая загруженность; ограниченный спектр физкультурно-оздоровительных, восстановительно-профилактических и консультативно-диагностических услуг, оказываемых ФЦ; отсутствие объективной информации об эффективности деятельности ФЦ.

К числу основных причин, затрудняющих эффективность использования центров, следует отнести: низкий уровень научно-методического и материально-технического обеспечения; неадекватность штатного и правового обеспечения деятельности; несовершенство организационной структуры; отсутствие возможности для систематического повышения квалификации работников центра; наличие факторов недооценки физической культуры в укреплении здоровья и повышения работоспособности со стороны трудящихся, администрации и общественных организаций.

Установлено, что деятельность ФЦ - сложный, динамический, многофакторно организованный процесс, обусловленный действием целого комплекса факторов. Все они, имея специфическое содержание, находятся в тесной взаимосвязи. Отсутствие или низкий уровень реализации одного из них негативно отражается на результатах работы ФЦ.

#### МЕЖХОЗЯЙСТВЕННЫЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КЛУБ (МФСК) - ОДНА ИЗ ФОРМ УПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В СЕЛЬСКОМ РАЙОНЕ

Л.К.Дворецкий, А.В.Дубинин,  
А.А.Серёдин, А.И.Селиванов

Бобруйский МФСК "Урожай" является объединенным предприятием, созданным колхозами, совхозами и другими общественными организациями путем добровольного кооперирования финансовых, материально-технических и трудовых ресурсов в целях дальнейшего развития физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы среди трудящихся и членов их семей.

Клуб осуществляет оперативное управление закрепленным им имуществом, материально-технической базой и средствами, принадлежащими ему на правах общей собственности, исходя из принципа единоначалия руководства. Он решает вопросы улучшения материально-технической и спортивной базы, обеспечивает коллективы физкультуры хозяйств необходимой документацией, физкультурными кадрами, организует направления на учебу и повышение их квалификации. Внедряет передовой опыт и ведет агитационно-пропагандистскую деятельность по физической культуре и спорту.

Членами клуба могут быть как отдельные лица, так и коллективы. Он функционирует в условиях наличия спортивной базы, спецавто транспорта, оборудования и инвентаря для проведения учебно-тренировочной и физкультурно-оздоровительной работы, соревнований, а также спортивно-оздоровительного лагеря.

Долевые взносы отчисляются хозяйствами-участниками ежегодно в размере 26 руб. на одного трудящегося (первые два года последующим повышением на 8% (до 43 руб.) в течение последующих 5 лет.

Основным видом взноса служит денежный. Другие виды взносов должны превышать 30% назначенной суммы. В обоих случаях долевой взнос может быть принят в виде строительных и других материалов, различного оборудования, механизмов, машин, рабочей силы, предоставления для переоборудования капитальных строений и также непредусмотренные виды и формы услуг, но обязательно утвержденные советом МДСК. Важно подчеркнуть, что 10% от общей суммы взносов ежегодно используются на приобретение спортивного инвентаря и оборудования для членов клуба.

Таким образом, Бобруйский МДСК "Урожай" является самостоятельным предприятием, равноправным партнером агрофирм, кооперативов, агрокомбинатов и т.п., существующим в условиях хозяйства и осуществляющим управление физической культурой и спортом в сельском районе.

## ВЛИЯНИЕ ПРОПАГАНДЫ НА ФИЗИКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ИНТЕРЕСЫ СЕЛЬСКОГО НАСЕЛЕНИЯ

Л.К. Дворецкий, В.И. Малащенко,  
А.А. Середия

Изучалось влияние пропаганды физической культуры и спорта средствами массовой информации на физкультурно-спортивные интересы жителей Бобруйского района Могилевской области и Браславского района Витебской области.

Установлено, что большинство опрошенных (82,4%) обращаются к средствам массовой информации с целью удовлетворения познавательных интересов в области физической культуры, значительная часть (43,9%) из всех газет предпочтение отдает спортивной.

Установлено, что жители Бобруйского района в 1,6 раза чаще читают кинофильмы, чем жители Браславского района. В то же время население Витебской области в 2,5 раза чаще читает журналы, а в 1,2 раза газеты по сравнению с населением Могилевской области.

По данным исследования, около 80% колхозников не находят в поле деятельности лекционной пропаганды по физической культуре и спорту.

Высокой популярностью среди телезрителей пользуются спортивные и физкультурно-оздоровительные передачи (5-е место среди тем), при этом мужчины проявляют больший интерес к телепередачам, а женщины — к радиопередачам.

В Бобруйском районе различными спортивными мероприятиями охвачено 32,5% населения, в Браславском — 42,1%. Следовательно, в привлечении сельского населения к занятиям физкультурой и спортом огромное значение имеет пропаганда через средства массовой информации. Это подтверждают и методы математической статистики ( $\tau = 0,42$ ;  $P < 0,001$ ).

Необходимо указать на высокую значимость изучения влияния различных видов и форм пропаганды на различные возрастно-половые группы и использование наиболее эффективных для вовлечения жителей сельской местности в регулярные занятия физкультурой.

ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ ВСЕСОЮЗНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
"ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В УСЛОВИЯХ ПРОИЗВОДСТВА"

(Ростов-на-Дону, 20-22 ноября 1990 г.)

План проведения Госкомспортом СССР всесоюзных научно-практических конференций на 1990 г., стр. 137, поз. 862, код брикетатора 77.03.15.

ISBN 5-85193-006-3

Редактор Т.Чепрасова  
Техред Л.Кремар  
Корректор Л.Пучкова

Сдано в печать 09.08.90. Подписано в печать 03.08.90.  
Формат бумаги 60x90 1/16. Печать офсетная. П.л. 11.  
Уч.-изд.л. 10,34. Тираж 300 экз. Заказ 234/11

Отдел исследований организационно-методических проблем  
103064, Москва, ул. Казакова, д. 18. Тел. 265-32

Типография Госкомспорта СССР, офсетное производство  
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 40