

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ  
КОНФЕРЕНЦИЯ ПО ПРОБЛЕМАМ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ГОСУДАРСТВ –  
УЧАСТНИКОВ СОДРУЖЕСТВА НЕЗАВИСИМЫХ  
ГОСУДАРСТВ**

Материалы Международной  
научно-практической конференции

(Минск, 23–24 мая 2012 г.)

В четырех частях

Часть 2

Минск  
БГУФК  
2012

УДК796:061.3+796/799  
ББК 75.4  
М43

*Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК*

**Редакционная коллегия:**

д-р пед. наук, проф. *Т. Д. Полякова* (главный редактор);  
д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич* (заместитель главного редактора);

д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко*;  
д-р пед. наук, проф. *Е. И. Иванченко*;  
д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский*;  
д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов*;  
д-р пед. наук, проф. *А. М. Шахлай*

**Международная** научно-практическая конференция по проблемам физической культуры и спорта государств – участников Содружества Независимых Государств : материалы Международной научно-практической конференции : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2012. – Ч. 2. – 413 с.  
ISBN 978-985-7023-30-1 (ч. 2).  
ISBN 978-985-7023-28-8.

В сборнике статей Международной научно-практической конференции по проблемам физической культуры и спорта государств – участников Содружества Независимых Государств рассматриваются современные подходы к подготовке спортсменов различной квалификации, управленческие аспекты и проблемы подготовки, повышения квалификации и переподготовки кадров в области физической культуры и спорта.

Представленные материалы могут быть использованы профессорско-преподавательским составом, докторами, аспирантами, магистрантами, студентами в научной деятельности и учебном процессе в области физической культуры, спорта и туризма, а также специалистами в процессе повышения квалификации и переподготовки кадров.

**УДК 796:061.3+796/799  
ББК 75.4**

**ISBN 978-985-7023-30-1 (ч. 2).  
ISBN 978-985-7023-28-8.**

© УО «Белорусский государственный университет физической культуры», 2012

шенствования ССП требует изучения динамики и мощности физиологических нагрузок с позиций механизмов энергообеспечения в соревновательном поединке.

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 264 с.
2. Бойко, В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
3. Игуменов, В.М. Спортивная борьба / В.М. Игуменов, Б. А. Подливаев. – М.: Просвещение, 1993. – 128 с.
4. Акопян, А.О. Скоростно-силовая подготовка в видах единоборств / А. О. Акопян, В. А. Панков, С. А. Астахов. – М.: Советский спорт, 2003. – 44 с.

## **УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ОСНОВАНИИ УЧЕТА ТЕОРИИ БИОРИТМОВ**

***О.М. Кабакович,***

Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка,  
Республика Беларусь

Бег на средние дистанции в современной легкой атлетике является одним из интереснейших видов. Высокая скорость бега, внезапные рывки и перестроения по дистанции, упорная борьба от старта до финиша – все это придает соревнованиям в беге на средние дистанции особую красоту и привлекательность.

В настоящее время уровень спортивных результатов белорусских легкоатлетов за последние несколько десятилетий заметно стабилизировался, а в ряде дисциплин и снизился. И если в спринте, спортивной ходьбе и технических видах программы соревнований (особенно в метаниях) наши спортсмены завоевывают призовые места на международной арене, то в беге на средние дистанции отставание более чем заметно. По мнению тренеров сборной команды страны, проблема тут не только в том, что лидеры сборной не могут проявить себя, но и в низких результатах в беге на средние дистанции в стране в целом. Так, для прохождения в финальную часть чемпионата Республики Беларусь в беге на 800 м, 1500 м достаточно показать результат уровня КМС – I, а иногда и II взрослого разряда. Одной из основных причин такого положения вещей является некачественная подготовка резерва. Результаты лидеров юношеских и юниорских сборных значительно отстают от мировых, а большинство членов национальных команд – одаренные атлеты, подающие большие надежды, – не добиваются в дальнейшем по-настоящему высоких результатов или заканчивают занятия спортом, едва достигнув 20–22 лет. Это объясняется, в первую очередь, большой загруженностью атлетов соревнованиями.

Анализ спортивной практики и литературных данных, касающихся подготовки бегунов на средние дистанции, показывает слабую изученность проблемы. Исследований по этому вопросу явно недостаточно и он остался нерешенным со времен бывшего Советского Союза. Данное положение развития бега на средние дистанции на современном этапе не в состоянии обеспечить должного уровня подготовки бегунов в достижении результатов мирового класса [4].

Молодые тренеры, желая побыстрее проявить себя, забывают о разносторонней подготовке своих учеников, форсируя их тренировочный процесс. Установлено, что даже молодые спортсмены имеют лишний вес, слабый опорно-двигательный аппарат, низкую техническую, функциональную и физическую подготовленность. Отмечается и низкая мотивация спортсменов на достижение высоких результатов. Не случайно многие из них боятся стартов, а их соревновательная деятельность не отвечает стабильности. Помимо этого нехватка обучающих программ, рекомендаций по тренировке «средневики», недостаточное количество публикаций в научно-методической литературе, а часто и недоступность такой информации негативно влияют на качество подготовки спортсменов.

Управление – это контроль хода тренировочного процесса и коррекция его в случае необходимости в соответствии с критериями его эффективности. Управление конкретно основано на сличении реальной динамики существенных характеристик тренировочного процесса с заранее заданным эталоном. В качестве последнего могут служить спортивный результат и модельные показатели, отражающие изменение технического мастерства, физической подготовленности и функционального состояния спортсмена под влиянием тренировочных и соревновательных нагрузок. Коррекция хода тренировочного процесса осуществляется при изменении соответствующих параметров тренировочной нагрузки.

Таким образом, техника управления ходом тренировочного процесса чрезвычайно проста и очевидна. Она разработана еще на заре становления современной методики подготовки спортсменов и в наши дни отличается от своего прообраза только более объективными способами оценки уровня специальной подготовленности спортсмена [1].

Проблема управления тренировочным процессом занимает многих исследователей в области спорта. Определение соотношений между количественными характеристиками тренировочных нагрузок (объем и интенсивность) и результатами соревнований является важнейшей частью управления тренировочным процессом, возможностью его регулирования. Чтобы эффективно управлять, тренеру нужна объективная и по возможности более полная информация о спортсмене, его морфологических особенностях, функциональных возможностях, уровне специальной физической, технической, тактической, психологической подготовленности, состоянии здоровья, биоритмах, способности к быстрому восстановлению после больших тренировочных нагрузок.

Основные параметры тренировочной нагрузки (объем и интенсивность) в настоящее время достигли уровня, близкого к пределу возможностей человека. Следовательно, надо искать другие возможности повышения эффективности тренировочного процесса. Одним из таких путей, по нашему мнению, является использование теории биоритмов. Правильное распределение тренировочных нагрузок в течение подготовительного периода, опираясь на данные теории биоритмов, позволит наиболее полно учесть все нюансы, состояния организма спортсмена при подготовке к участию в соревнованиях различного масштаба.

Ученых-биоритмологов интересует все многообразие норм: для разных часов суток, разных сезонов года, разного возраста человека. Исследователи пытаются понять с точки зрения теории биоритмов, что такое здоровье и что такое патология, а также где проходит граница между ними. Существование бесчисленного количества ритмических колебаний позволяет организму сформировать наиболее рациональные взаимоотношения с внешней средой и способствует его выживанию. Согласно наиболее широко распространенной гипотезе, любой живой организм является независимой колебательной системой, которая характеризуется целым набором внутренних ритмов [2].

Из всего многообразия биоритмических процессов, протекающих в организме человека, наибольшее значение для него имеют три цикла: физический, интеллектуальный и эмоциональный, и от рождения до смерти каждый из нас подвержен влиянию этих трех циклических процессов.

В момент рождения человека каждый из биоритмов стартует с нулевой точки и начинает возрастать в позитивной фазе. Во время этой фазы энергия и способности спортсмена довольно высоки. Постепенно уменьшаясь, циклы переходят нулевую точку по истечении времени, равного половине их периода. Для физического цикла это 11,5 дня, для эмоционального – 14 дней, для интеллектуального – 16,5 дня. Затем они вступают в негативную фазу. В этой фазе физические, эмоциональные и интеллектуальные возможности бегуна низки. Далее идет увеличение энергии: синусоида цикла поднимается вверх и в конце цикла вновь пересекает нулевую точку. Процесс переходит в позитивную фазу, и цикл завершается, чтобы повторяться вновь и вновь [3].

Знание и учет биологических ритмов для спортсмена совершенно необходимы. Это связано с тем, что на соревнованиях спортсмены работают на пределе человеческих возможностей и нужно использовать любой шанс эти возможности повысить. Каждый спортсмен должен иметь свой график биоритмов физического, эмоционального и интеллектуального циклов, следовать этому графику и стараться, чтобы любые соревнования совпадали с позитивными циклами этого графика.

Из вышеуказанного можно сделать вывод, что игнорирование биоритмов приводит к существенным «сбоям» в тренировочном процессе. При этом в ряде случаев нагрузки оказываются чрезмерными, а в других условиях – недостаточными. Применение биоритмов поможет спланировать критические дни и избежать жизненных осложнений. Так как критические дни составляют только 20 % дней всей жизни, оставшиеся 80 % дней являются смешанными, их характер изменчив. Необходимо составлять планы подготовки, которые гармонируют с биоритмическим профилем для некритических дней, когда все эти три цикла находятся вблизи их положительных пиков и имеется максимально возможный запас энергии, что поможет достичь более высоких результатов.

К подготовке спортсменов необходимо подходить с учетом достижений в различных областях науки, в том числе и биоритмологии. Если полученные сведения действительно оказывают влияние на качество подготовки спортсменов, то использование их в практике спортивной работы поможет подготовить спортсменов высокого класса с меньшим ущербом для их здоровья.

1. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
2. Малахов, Г.П. Биоритмология и уринотерапия / Г.П. Малахов. – СПб: Комплект, 1994. – 352 с.
3. Ужegov, Г.Н. Три биоритма. Диагностика физического, эмоционального и интеллектуального состояния на 2004 и 2005 годы / Г.Н. Ужegov. – СПб.: Питер, 2004. – 336 с.
4. Шаров, А.В. Моделирование и регулирование тренировочной деятельности в беге на средние и длинные дистанции: монография / А.В. Шаров. – Брест: изд-во БрГУ, 2007. – 209 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

### НАПРАВЛЕНИЕ 1. СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ПАРАЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ ..... 3

---

---

**Акулич Л.И.**

Нормативы для оценки специальной физической подготовленности волейболистов кандидатов и членов молодежных и юниорских сборных команд Республики Беларусь ..... 3

**Акулич Л.И., Гуткович А.А.**

Обоснование необходимости оценки специальной физической подготовленности волейболистов с дифференцировкой значимости специальных физических качеств ..... 6

**Альшеевский И.И., Висковский Д., Казимиренко Е.**

Рейтинг команд мирового конькобежного спорта ..... 9

**Анисимов Н.Н., Сергеевич С.А.**

Изучение параметров бега конькобежек на дистанции 500 метров ..... 12

**Ахмеров В.Э., Цагельникова А.А.**

Определение средств контроля и разносторонняя оценка специальной физической подготовленности квалифицированных теннисистов ..... 14

**Баилакова Г.И.**

Взаимовлияние тренировочных нагрузок в современном пятиборье и принципы их планирования ..... 17

**Борисова О.В.**

Формирование оптимальной организационно-управленческой модели – важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса (на материале России и Украины) ..... 20

**Борсук Н.А.**

Факторы и условия, влияющие на эффективность использования изометрических упражнений в общей физической подготовке высококвалифицированных гандболистов для профилактики травматизма ..... 22

**Брискин Ю.А., Питын М.П., Задорожна О.Р.**

Уровень теоретической подготовленности фехтовальщиков на различных этапах многолетней подготовки ..... 24

**Брускова И.В., Герстен Б.И.**

Проблемы инваспорта XXI века ..... 28

**Булатов П.П., Кутас П.П.**

Значение тактических действий в однодневных шоссейных велосипедных гонках ..... 30

**Волосунова И.В.**

Развитие легкой атлетики на Днепропетровщине в послевоенный период и в период независимости Украины ..... 31

**Воропай М.К., Демко Н.А., Гришанова Н.В.**

Влияние физических нагрузок различной интенсивности на свойства внимания спортсменов-ориентировщиков высокой квалификации ..... 34

**Глазырина Л.Д., Родзевич-Грун И.**

Формирование тактических умений юных спортсменов в условиях современной спортивной подготовки ..... 36

**Глазько А.Б., Лещинская М.А., Глазько Т.А.**

Сравнительный анализ результатов пловчих на Олимпийских играх 2000, 2004, 2008 годов и чемпионатах (первенствах) Республики Беларусь 2009, 2010, 2011 годов ..... 38

**Глазько А.Б., Лещинская М.А., Глазько Т.А.**

Сравнительный анализ результатов пловцов на Олимпийских играх 2000, 2004, 2008 годов и чемпионатах (первенствах) Республики Беларусь 2009, 2010, 2011 годов ..... 40

**Гулевич А.В.**

Стартовая подготовка в плавании как неотъемлемый элемент тренировки пловцов-спринтеров ..... 43

|   |    |
|---|----|
| <b>Гурская О.В., Голенко А.С., Винидиктова С.М.</b><br>Сопоставление показателей физической подготовленности и функционального состояния легкоатлетов в подготовительном и соревновательном периодах..... | 46 |
| <b>Давидович Т.Н., Хорошилов К.А., Лапухина Э.А.</b><br>Техническая подготовленность баскетболисток БГУФК.....  | 48 |
| <b>Дворяков М.И., Булатов П.П.</b><br>Тактика в велосипедных шоссейных гонках – критериум.....  | 51 |
| <b>Демко Н.А., Вороний М.К., Корнеев Л.Л.</b><br>Методика тренировки лыжников-гонщиков старших разрядов в пред- и послеолимпийский этапы подготовки .....   | 53 |
| <b>Долбишева Н.Г.</b><br>Хронология достижений спортсменов постсоветского пространства на Всемирных играх .....   | 57 |
| <b>Жуков С.Е., Ольшевский В.С., Сируц А.Л.</b><br>Педагогический контроль технической подготовленности спортсменов, специализирующихся в гребле академической .....                                       | 62 |
| <b>Журавлёва Т.В.</b><br>Правовой статус Паралимпийского комитета Республики Беларусь.....  | 66 |
| <b>Журавлёва Т.В.</b><br>Организационно-правовой аспект адаптивного спорта высших достижений в Республике Беларусь .....  | 69 |
| <b>Иванченко А.Е., Иванченко Е.И.</b><br>Повышение целевой точности трехочковых бросков в баскетболе с помощью игры на бильярде «снукер» и его упражнений .....   | 72 |
| <b>Ивко В.С.</b><br>Средства и методы скоростно-силовой подготовленности у высококвалифицированных борцов греко-римского стиля.....   | 75 |
| <b>Кабакович О.М.</b><br>Управление тренировочным процессом бегунов на средние дистанции на основании учета теории биоритмов .....  | 77 |
| <b>Каминский В.В., Дворяков М.И., Шупикова Е.Н.</b><br>Экспертная оценка тактических действий в многодневных шоссейных велосипедных гонках.....   | 79 |
| <b>Корбит М.И.</b><br>Совершенствование стрелковой подготовки биатлонистов высокой квалификации на высокоинтенсивных режимах нагрузки в годичном цикле подготовки.....                                    | 80 |
| <b>Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Орлюк С.В.</b><br>Вегетативная регуляция ритма сердца у спортсменов с различным уровнем психомоторного реагирования .....                                       | 83 |
| <b>Костюкевич Э.А.</b><br>Анализ показателей результативности в конном спорте по результатам судейских оценок в выездке.....  | 86 |
| <b>Кутас П.П., Каминский В.В.</b><br>Анализ выступления белорусских велосипедистов на международных соревнованиях в 2011 году .....   | 89 |
| <b>Куц Т.А.</b><br>Количественная характеристика и эффективность выполнения нападающих ударов с задней линии в современном мужском волейболе.....   | 91 |
| <b>Либерман Л.А., Третьяк В.Л.</b><br>Методика совершенствования скоростно-силовых качеств в спортивной борьбе .....  | 94 |
| <b>Либерман Л.А.</b><br>Особенности развития физических качеств у борцов греко-римского стиля .....   | 95 |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Лисовская А.В., Иванова Н.Н.</b><br>Психологическая подготовка фигуристов .....   | 97  |
| <b>Лукьянчук Д.В., Саулите С.А., Глазков Г.А.</b><br>Анализ соревновательно-технических действий в таэквондо ВТФ и в таэквондо ИТФ .....   | 98  |
| <b>Миронов А.А., Симоненко Л.И., Федотенко С.И.</b><br>Исследование энергозатрат у бегуний на длинные дистанции .....  | 100 |
| <b>Михеев А.А., Михеев Н.А., Ивановский Е.В., Колюхневич А.В.</b><br>Динамика показателей пострурального контроля у спортсменов в процессе применения пролонгированных упражнений .....  | 102 |
| <b>Михеев А.А., Михеев Н.А., Джамилашвили М.В., Белевич О.И.</b><br>Исследование пульсовой стоимости пролонгированных упражнений, а также эффективности вибрационных упражнений с целью развития силовых качеств спортсменов ..... | 104 |
| <b>Мищук Д.Н.</b><br>Особенности психофизиологических характеристик связующих в волейболе .....  | 106 |
| <b>Мовсесов А.Г., Ахмеров Э.К., Боярина Ю.С.</b><br>Педагогический контроль как главная составляющая НИР и НИРС кафедры спортивных игр БГУФК .....   | 109 |
| <b>Мовсесов А.Г., Ахмеров Э.К.</b><br>Общие основы многолетней тренировки и их методическая реализация в спортивных играх .....  | 111 |
| <b>Морозевич-Шилюк Т.А.</b><br>Проблемы подготовки акробатов высокого класса: вопросы научно-методического обеспечения .....   | 113 |
| <b>Навицкий И.А., Жигунов В.Н.</b><br>Особенности тактической подготовки в беге на выносливость в современных условиях .....   | 115 |
| <b>Навицкий И.А., Шут С.А.</b><br>Подготовка к соревнованиям, проводящимся в неблагоприятное время суток .....   | 117 |
| <b>Новицкий О.А., Пономаренко В.К.</b><br>Скелетно-мышечная модель человека в Anybody Modeling System .....  | 119 |
| <b>Пенигин А.С.</b><br>Анализ соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов-фристайлистов в аспекте динамики спортивных результатов в годичном цикле тренировки .....  | 123 |
| <b>Петухова Н.А.</b><br>Анализ выступлений спортсменов национальной команды Республики Беларусь по конному спорту на главных стартах 2011 года .....   | 126 |
| <b>Прилуцкий П.М., Платонова Е.А., Платонова О.Е.</b><br>Динамика общего и парциальных объемов тренировочной нагрузки в годичном макроцикле у пловцов 15–17 лет .....  | 129 |
| <b>Рак Ю.А., Иванова Н.Н.</b><br>Подбор музыкальных произведений для юных фигуристов 8–10 лет .....  | 131 |
| <b>Рудницкий В.И., Либерман Л.А.</b><br>Основные упражнения борца .....  | 133 |
| <b>Савицкий А.В.</b><br>Влияние сбивающих факторов на соревновательную деятельность квалифицированных яхтсменов .....  | 134 |
| <b>Струганов С.М.</b><br>Совершенствование системы физической подготовки в процессе обучения и практической деятельности высококвалифицированных специалистов для силовых структур .....   | 137 |
| <b>Томилин К.Г.</b><br>Тайм-менеджмент: планирование годичного цикла подготовки яхтсменов-гонщиков высокой квалификации .....  | 139 |

|   |            |
|---|------------|
| <b>Фильгина Е.В.</b><br>Теоретические основы дифференцирования силовой подготовки в женском спорте.....   | 141        |
| <b>Хроменкова Е.В.</b><br>Анализ соревновательной деятельности в комбинированном виде современного пятиборья при подготовке к Олимпийским играм в Лондоне.....                            | 144        |
| <b>Чудников А.С.</b><br>Планирование физической нагрузки пловцов-спринтеров в годичном цикле подготовки на этапе спортивного совершенствования.....                                       | 147        |
| <b>Шаров А.В., Шутеев А.И., Сидорук Е.С.</b><br>Методические концепции тренировки в беге на выносливость при использовании больших объемов бега в непрерывном режиме .....                | 150        |
| <b>Шахлай А.М.</b><br>Совершенствование соревновательного единоборства высококвалифицированных борцов .....   | 152        |
| <b>Шинкарук О.А.</b><br>Обоснование возрастных границ зоны первых успехов в спорте .....  | 154        |
| <b>Шумайлов В.А., Черкасов И.Ф.</b><br>Организационно-методические особенности физической подготовки юных бегунов на короткие дистанции на этапе начальной спортивной специализации ..... | 157        |
| <b>Юшкевич Т.П., Аврутин С.Ю., Костенко И.А.</b><br>Основные параметры техники прыжка в длину спортсменов различной квалификации .....  | 159        |
| <b>Юшкевич Т.П., Кругленя А.Н., Седнева А.В.</b><br>Индивидуальный подход к тактической подготовке бегунов на средние дистанции .....   | 162        |
| <b>Юшкевич К.А.</b><br>О некоторых современных тенденциях изменения программы Олимпийских игр .....   | 164        |
| <b>Lescinskis Maris, Ciematnieks Ugis, Saulite Sergejs, Bagojans Alberts</b><br>Dynamics of forearm muscles parameters of kettlebell lifters applying different training methods.....     | 165        |
| <b>Lescinskis Maris, Boichanka Siarhei, Cupriks Leonids, Glazkovs Genadijs</b><br>Dynamics of competition exercises in kettlebell sport applying different training methods.....          | 168        |
| <b>НАПРАВЛЕНИЕ 2. СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ.....</b>   | <b>171</b> |
| <hr/>   |            |
| <b>Адамбеков К.И., Абилдабеков С.А.</b><br>Физическая подготовка школьников 4–6-х классов на основе занятий борьбой самбо .....   | 171        |
| <b>Асташова А.Ю., Хроменкова Е.В.</b><br>Динамика показателей морфофункционального состояния мальчиков 10–11 лет, занимающихся плаванием....  | 174        |
| <b>Бабурова Н.А.</b><br>Использование методов контроля мыслей в спорте .....  | 179        |
| <b>Беспутчик В.Г., Ярмолюк В.А.</b><br>Корпоративная физическая культура, спорт и персонал организации .....  | 180        |
| <b>Горовой В.А.</b><br>Взаимосвязь мотивационно-целевого компонента физической рекреации и объема двигательной активности студенток .....   | 183        |
| <b>Давидовская О.Л., Волков Ю.О.</b><br>Комплексная оценка гибкости позвоночника студенток непрофильных вузов .....   | 186        |
| <b>Даниленко Т.А.</b><br>Ветеранское спортивное движение как колоссальный потенциал совершенствования работы в сфере физической культуры и спорта .....                                   | 189        |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Жданова О.</b><br>Аспекты формирования мотивации к физической рекреации.....  | 190 |
| <b>Жигар А.С.</b><br>Совершенствование силовой тренировки квалифицированных пловцов .....  | 192 |
| <b>Жилкин К.А.</b><br>Особенности развития и контроля выносливости пловцов .....   | 195 |
| <b>Житько З.М.</b><br>Повышение уровня физической подготовленности на дополнительных занятиях с детьми<br>дошкольного возраста.....  | 198 |
| <b>Жукова Т.А.</b><br>Теоретическое обоснование системы спортивного отбора в плавании и других водных видах спорта.....  | 199 |
| <b>Задков А.А., Козыро А.А.</b><br>Разработка классификации соревновательных фигур в танце «Медленный вальс» .....   | 202 |
| <b>Злотников А.А.</b><br>Методологические принципы исследований спорта для всех: социологический аспект.....   | 205 |
| <b>Конников А.Н.</b><br>Использование наклонной беговой дорожки для развития скоростных способностей студентов .....   | 207 |
| <b>Кононович С.Г.</b><br>Специальная физическая подготовка пловца .....  | 209 |
| <b>Крашенинников Р.Н., Сорока И.Н., Андрушевская А.И.</b><br>Особенности развития физических качеств у детей 14–15 лет, занимающихся легкой атлетикой .....                | 212 |
| <b>Крыловский О.В., Орлова Н.В.</b><br>Комплексное использование средств бокса с целью совершенствования физической подготовленности<br>студентов непрофильных вузов ..... | 215 |
| <b>Ласовская И.В.</b><br>Общая характеристика координационных способностей и методика их воспитания у фехтовальщиков .....   | 217 |
| <b>Логвина Т.Ю.</b><br>Актуальные проблемы в оценке эффективности физического воспитания в дошкольных учреждениях .....  | 218 |
| <b>Максименя И.Ю.</b><br>Особенности выполнения упражнений для совершенствования гибкости на занятиях спортивным<br>скалолазанием .....                                    | 221 |
| <b>Малахов С.В.</b><br>Реализация принципа энтропии в обучении плаванию детей 4–5 лет на этапе формирующего<br>эксперимента .....  | 222 |
| <b>Матвеева И.В.</b><br>От традиции к инновации .....  | 225 |
| <b>Новик Ю.Н., Крыловский О.В.</b><br>Использование средств атлетической гимнастики на уроках физической культуры<br>в общеобразовательных школах .....                    | 227 |
| <b>Павлова Ю.А.</b><br>Двигательная активность людей разного возраста (на примере жителей Львовской области, Украина) .....  | 229 |
| <b>Рукавицына С.Л.</b><br>Развитие мелкой моторики у дошкольников средствами художественной гимнастики .....   | 231 |
| <b>Рыжков Б.В., Матюхов Д.М.</b><br>Применение игрового метода в тренировочном процессе юных легкоатлетов .....  | 233 |
| <b>Садовникова В.В.</b><br>Методические особенности использования фитнес-йоги .....  | 234 |

|   |            |
|---|------------|
| <b>Сергеев С.А.</b><br>Подходы к систематизации процесса повышения уровня технической подготовленности в боксе.....   | 236        |
| <b>Синкевич С.В.</b><br>Пути совершенствования тренировочной нагрузки в силовом троеборье в годичном цикле подготовки .....   | 238        |
| <b>Теплов А.А., Гук А.В.</b><br>Динамика спортивно-технических показателей на чемпионатах мира по пауэрлифтингу<br>в троеборье среди женщин.....  | 240        |
| <b>Титова Н.Л., Иванченко Е.И., Прилуцкий П.М.</b><br>Распределение средств для развития специальной силы пловцов 13–14 лет при проведении занятий<br>в воде .....                                | 246        |
| <b>Усачев Ю.А., Билецкая В.В.</b><br>Формирование фитнес-культуры студентов в учебно-оздоровительных занятиях избранным видом<br>спорта .....   | 249        |
| <b>Ушакова Н.А., Ушакова И.В.</b><br>Интенсификация учебно-тренировочного процесса в индивидуальных уроках на современном этапе<br>развития фехтования.....                                       | 251        |
| <b>Юсупова Л.А., Кривоплясова-Лешкович М.И.</b><br>Методика комплексной хореографической подготовки при проведении занятий с дошкольниками.....   | 253        |
| <b>Юсупова Л.А., Миронов В.М.</b><br>Развитие гибкости на занятиях по спортивной аэробике на этапе начальной подготовки.....  | 255        |
| <b>Яременко О.Н.</b><br>Структура самостоятельных занятий оздоровительным фитнесом в процессе физического воспитания<br>студентов.....  | 257        |
| <b>НАПРАВЛЕНИЕ 3. УПРАВЛЕНИЕ ОТРАСЛЬЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА,<br/>СПОРТ И ТУРИЗМ», ПОДГОТОВКА, ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ<br/>И ПЕРЕПОДГОТОВКА КАДРОВ.....</b>  | <b>259</b> |
| <hr/>   |            |
| <b>Агафонова М.Е.</b><br>Актуальность раздела «Медико-биологические основы подготовки в спорте» в образовательной<br>программе повышения квалификации руководящих работников и специалистов.....  | 259        |
| <b>Афтимичук О.Е.</b><br>Содержание и оценка знаний и умений ритмоструктурной организации дидактического общения<br>учителя физической культуры «Макротекст – подготовительная часть урока» ..... | 261        |
| <b>Баранашиник А.В.</b><br>Новации в непрерывном профессиональном образовании .....   | 264        |
| <b>Беланов А.Э., Гришаев О.В.</b><br>Научно-методические и организационные основы деятельности кафедры физического воспитания<br>и спорта Воронежского государственного университета.....         | 267        |
| <b>Белова Е.Д., Синютин А.А.</b><br>Формирование профессионально значимых качеств учителя физической культуры,<br>работающего с детьми, имеющими психофизические особенности .....                | 269        |
| <b>Бондарович Ж.Н.</b><br>Показатели эффективности деятельности спортивной организации.....   | 271        |
| <b>Борисова О.В., Матвеев С.Ф.</b><br>Проблемы подготовки кадров и пути их решения на примере учебной дисциплины<br>«Профессиональный спорт» .....  | 272        |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Бородич Е.А., Николайчик Т.А.</b><br>Документационное обеспечение управления.....   | 275 |
| <b>Власенко Н.Э.</b><br>Задачи занятий фитбол-гимнастикой в физическом воспитании детей дошкольного возраста .....   | 278 |
| <b>Власенко Н.Э.</b><br>Характерные признаки организационно-управленческой компетентности руководителя физического воспитания учреждения дошкольного образования .....               | 280 |
| <b>Волков Н.К., Гарлинская Н.В., Неправская А.С., Ярышко А.А.</b><br>Мониторинг образовательного процесса и творчество преподавателя .....   | 282 |
| <b>Воронович Ю.В., Ранцев А.П., Мельников А.С.</b><br>Повышение уровня физической работоспособности на основе регулирования физических нагрузок по частоте сердечных сокращений..... | 285 |
| <b>Гордеева И.В.</b><br>О профессиональной компетентности будущих специалистов физкультурно-оздоровительной сферы.....   | 287 |
| <b>Гракович О.Л.</b><br>Оценка двигательного компонента профессиональной компетенции студентов в области лыжного спорта .....  | 289 |
| <b>Гусарова О.А., Нехайчик З.А.</b><br>Опыт планирования деятельности в учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры».....                    | 290 |
| <b>Денисенко Н.Ф., Литвинович В.М.</b><br>О некоторых подходах к подготовке спортивных менеджеров .....  | 292 |
| <b>Дылян Г.Д.</b><br>Критерии успешности профессиональной деятельности учителя МГОУОР .....  | 295 |
| <b>Жуков С.Е., Жукова Т.А.</b><br>Дифференцированный подход к содержанию учебного процесса по плаванию студентов Института туризма.....  | 297 |
| <b>Журович Н.В., Слишина Т.Л.</b><br>Тестовый контроль знаний студентов .....  | 299 |
| <b>Зернов В.И., Зернова Т.В.</b><br>Применение методов научных исследований в образовательном процессе ИППК БГУФК при изучении дисциплины «Плавание» .....                           | 301 |
| <b>Зубко Т.В.</b><br>Проведение оздоровительно-образовательных мероприятий в системе дополнительного образования взрослых (теоретический аспект).....                                | 303 |
| <b>Каткова Т.В., Врублевский Е.П., Врублевская Л.Г.</b><br>Информационное обеспечение подготовки специалистов по физической культуре.....  | 304 |
| <b>Кийко Е.Н.</b><br>Специфика дисциплины «Охрана труда» в спортивном вузе.....  | 306 |
| <b>Киндрук Л.Ф., Крайко Б.Н.</b><br>Оценка качества вузовского образования .....   | 308 |
| <b>Кобринский М.Е., Фильгина Е.В., Грицкевич А.И.</b><br>Моделирование образовательной интеграционной системы.....   | 310 |
| <b>Коледа В.А., Овсянкин В.А., Новицкая В.И.</b><br>Современные подходы к проблеме повышения квалификации специалистов физической культуры вузов ....                                | 312 |
| <b>Котельников А.В., Лашук В.В., Садовникова В.В.</b><br>«Каникулы 2010» – проект организации воспитательной деятельности подростков во время каникул.....                           | 314 |

**Крапотин А.А., Петрусев С.В.**

Совершенствование учебного процесса в ИППК БГУФК на основе анализа запросов слушателей .....316

**Кряж В.Н.**

Основные направления и результаты разработки учебного предмета «Физическая культура и здоровье» ....319

**Латош И.С.**

Оценка уровня готовности учителей физической культуры преподавать футбол.....322

**Лицоева В.С., Дьяченко Н.С.**

Использование современных информационных технологий в процессе повышения квалификации и переподготовки специалистов отрасли физической культуры, спорта и туризма.....323

**Малетина Е.Б.**

Современное состояние и перспективы развития подготовки научно-педагогических кадров высшей квалификации в системе послевузовского образования .....326

**Масловский Е.А., Яковлев А.Н.**

Базовые телесно-организованные упражнения как инструментальная основа оздоровительных методов физкультурно-спортивной деятельности.....329

**Масловский Е.А., Яковлев А.Н.**

Диалектика духовного и телесного начал в контексте нового понимания физической культуры и спорта: социологические аспекты .....331

**Машарская Н.М.**

Образовательный мониторинг в процессе педагогической практики .....334

**Медников Р.Н., Лебедев В.М.**

Функциональная асимметрия как предмет спортивной педагогики и психологии в программе повышения квалификации специалистов по спортивным играм.....336

**Метель А.И.**

Формирование культуры здоровья личности в современном образовании .....338

**Микитчик О.С.**

«Охрана труда в отрасли» как нормативная дисциплина подготовки специалистов вузов физкультурно-спортивного профиля.....340

**Моисейчик Э.А., Софенко А.И.**

Физическая культура в системе подготовки студентов непрофильных специальностей .....343

**Мушта А.А., Новосельская Е.В.**

Спортивный клуб как управленческий проект: концептуальные основы и практика реализации.....346

**Невдах С.И.**

Научно-методическое обеспечение подготовки педагога в системе дополнительного образования взрослых .....348

**Николайчик Т.А., Бородич Е.А., Снаговский Е.А.**

Маркетинг в общей системе управления физической культурой и спортом .....350

**Огородников С.С.**

Использование различных вариантов структуры обучения в спортивных играх.....352

**Орлова Н.В.**

Использование психолого-педагогического подхода в профессиональной деятельности преподавателей высшей школы физической культуры и спорта .....354

**Петрович Л.В.**

Подготовка руководящих работников учреждений образования к управлению процессом воспитания.....356

**Петрусев С.В.**

Использование ролевых игр живого действия в процессе дополнительного образования педагогов .....358

**Приступа Н.И., Голенко А.С., Шаров А.В., Герасименко Е.Г.**

Оценка физической подготовленности студентов факультета физического воспитания на основе сопоставительных норм .....360

**Пуренок М.В., Овчинникова С.В.**

Особенности моторной активности преподавателя вуза.....362

**Ротмирова Е.А.**

Факторы роста профессиональной компетентности педагога в системе повышения квалификации .....364

**Рудницкий В.И., Сучков А.К.**

Значимость вариативного компонента в разработке учебных программ по курсу «Физическая культура» (на примере аграрного вуза).....366

**Самойлюк В.Н.**

Социальная ответственность бизнеса как фактор развития спорта.....369

**Синютнич А.А.**

Современные тенденции специального образования в сфере физического воспитания.....371

**Смотрицкая Г.Е.**

Формирование гендерной культуры педагогических работников как условие эффективности реализации гендерной политики в сфере образования .....372

**Смотрицкий А.Л.**

Структура личности и деятельности как факторы определения содержания повышения квалификации.....375

**Смотрицкий А.Л.**

Современные подходы к системе повышения квалификации педагогов .....378

**Солтанович Л.Л.**

Компьютеризация педагогического тестирования.....381

**Сотский Н.Б., Екимов В.Ю., Пономаренко В.К.**

О модернизации и интенсификации учебного процесса в преподавании курса биомеханики в спортивных вузах Республики Беларусь.....384

**Старчанка У.М.**

Асноўныя пастулаты тэорыі прыняцця рашэнняў менеджэра ў адукацыі .....386

**Тарасов П.В., Тарасова О.Ю.**

Использование информационно-компьютерных технологий в области физической культуры .....388

**Тимощенко Т.И.**

Модельные характеристики технико-тактических показателей соревновательной деятельности женской национальной команды Республики Беларусь по баскетболу на чемпионате Европы в 2011 году. ....390

**Чечета М.В.**

Основные принципы реализации здоровьесберегающей педагогики в современной образовательной системе.....393

**Шеститко И.В., Клезович О.В.**

Повышение квалификации педагогических работников по организации здоровьесберегающей образовательной деятельности .....396

**Шимоволос Т.К., Рыбачок А.П., Бобрик И.А.**

Профессиональная готовность учителя физической культуры к преподаванию легкой атлетики .....398

**Шульдов Е.В.**

Совершенствование эффективности выполнения двигательных действий в процессе учебно-тренировочных поединков .....400

**Юсупова Л.А.**

Методика преподавания гимнастики на курсах повышения квалификации учителей физической культуры и здоровья учреждений общего среднего образования .....402

*Научное издание*

**МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ  
КОНФЕРЕНЦИЯ ПО ПРОБЛЕМАМ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ГОСУДАРСТВ – УЧАСТНИКОВ  
СОДРУЖЕСТВА НЕЗАВИСИМЫХ ГОСУДАРСТВ**

Материалы Международной  
научно-практической конференции

(Минск, 23–24 мая 2012 г.)

В четырех частях

Часть 2

Компьютерная верстка *Т. Г. Данилевич, И. О. Зубченко*  
Корректоры *Н. С. Геращенко, А. А. Лавровская*

Подписано в печать 08.05.2012. Формат 60 × 84<sup>1</sup>/<sub>8</sub>. Бумага офсетная.  
Ризография. Усл. печ. л. 21,62. Уч.-изд. л. 19,07. Тираж 100 экз. Заказ 44.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования

«Белорусский государственный университет физической культуры».

ЛИ № 02330/0548582 от 09.07.2009.

ЛП № 02330/0552705 от 30.07.2009.

Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.