

Полученные результаты свидетельствуют, что выполнение силовых упражнений с оборудованием положительно влияют на физическую подготовленность занимающихся. Всё это является свидетельством повышения общего уровня тренированности девушек 17-18 лет.

1. Афтимичук, О. Е. Оздоровительная аэробика: Теория и методика: учебное пособие / О. Е. Афтимичук. – Кишинев: Ch: «Valinex» SA, 2011. – 310 с.
3. Просветова, О. В. Базовая аэробика в групповых программах: учебно-методическое пособие / О. В. Просветова, Г. О. Краснова. – Волгоград, 2010. – 117с.
4. Саитов, Р.М. Функционально-круговая тренировка в оздоровительном фитнесе / Р. М. Саитов, Т. С. Лисицкая // Теория и практика физической культуры. – 2013. – №12. – С.99–103.
5. Сиднева, Л. В. Учебное пособие по базовой аэробике /Л. В. Сиднева, Е. П. Алексеева. – Федерация аэробики России. – М.; 2007. – 48 с.

«ОЛИМПИЙСКАЯ ПОЛИТИКА» КАК НОВЫЙ ТЕРМИН В ОЛИМПИЙСКОМ ДВИЖЕНИИ

Круглик И.И.

*доцент (молодой ученый), кандидат педагогических наук,
Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов, Российская Федерация*

Олимпийское движение является массовым социокультурным феноменом современности. Каждые два года миллионы людей со всех уголков нашей планеты следят за олимпийскими состязаниями на олимпийских аренах, однако, мало кто понимает философский смысл и «функциональность» олимпийского движения заложенного Пьером де Кубетеном. На протяжении всей эволюции своего развития олимпийское движение сталкивалось с массой современных проблем (вызовов), которые встречались как часть целого (на отдельных Олимпийских играх), однако сейчас они интегрировались в единое целое. Многие положения Олимпийской хартии остаются декларируемыми, современные реалии спорта показывают другую картину. В связи с этим возникает противоречие: между положениями концепции олимпизма (некоторые ее положения изложены в Олимпийской хартии) и реалиями современного Олимпийского спорта [1].

Цель исследования – провести эволюционно-исторический анализ «вызовов» олимпийскому движению.

Материал и методы. В качестве материала исследования использовались эволюционно-исторические данные проведения Игр Олимпиад и Олимпийских зимних игр; были использованы следующие методы исследования: библиографический поиск, теоретический анализ и систематизация литературных источников, системно-исторический анализ.

Результаты исследования и их обсуждение. Нами в ходе исследования проведен эволюционно-исторический анализ «вызовов» олимпийскому движению, которые противоречат основным принципам и идеям **Кубертеновского олимпизма**, положениям олимпийской хартии. **Политизация Олимпийских игр.** Барон Пьер де Кубертен придерживался концепции «Спорт вне политики», однако как показывает практика проведения Олимпийских игр, политика всегда вмешивалась в дела спорта. Согласно положениям Олимпийской хартии, Олимпийские игры «... объединяют спортсменов в честных и равноправных соревнованиях. По отношению к странам и отдельным лицам не допускается никакой дискриминации по расовым, религиозным или политическим мотивам». **Национализм.** Как описывается в Олимпийской хартии ... «Олимпийские игры – это соревнования в индивидуальных или командных видах спорта среди спортсменов, но не среди стран». Однако этот тезис в наибольшей степени остается больше декларируемым, чем исполняемым. Это подтверждается следующими доводами ... во время проведения Олимпийских игр журналистами многих стран, приводятся данные неофициального командного зачета по Олимпийским наградам, которые способствуют неофициальным соревнованиям между странами по качеству и количеству Олимпийских наград, тем самым превозносят те страны, которые имеют наибольшее количество данных наград. Олимпийской истории наиболее известен следующий случай, когда Игры XI Олимпиады 1936 года (Берлин) фашистский Берлин использовал в целях повышения престижа нацистского режима. **Расизм** – совокупность воззрений, в основе которых лежат положения о физической и умственной неравноценности человеческих рас, нации и о решающем влиянии расовых различий на историю и культуру. На Играх III Олимпиады в 1904 году (Сент-Луис, США) были устроены так называемые антропологические дни, где проводились специальные соревнования для «нецивилизо-

ванных» народов (индейцев, пигмеев, филиппинцев и т.п.). По этому случаю на заседании Международного олимпийского комитета резко выступил Пьер де Кубертен: «На какой же черт было затевать все это, если расисты, человеконенавистники плюют на нас и вводят на Олимпиадах «антропологические дни»? «Оплёвана великая идея. Оплёвана Хартия ...» и др. **Коммерциализация спорта** – это процесс использования его для получения прибыли, вовлечение в орбиту товарно-денежных отношений в качестве активного звена. Старт коммерциализации спорта был дан на 75-ой сессии МОК в октябре 1974 года, когда было предоставлено право на усмотрение федераций по видам спорта использовать в рекламных целях имя или фотографию спортсмена в тех случаях, когда сами эти формы или НОК и подписывали контракт с фирмами. **Профессионализация спорта** может рассматриваться как с положительной стороны, так и с отрицательной. Профессионализация привела к улучшениям спортивных результатов, росту спортивных рекордов (мировых, олимпийских, национальных), привлечению научно-методического обеспечения высококвалифицированных спортсменов и спортивного резерва, зарождению профессии тренера, дала толчок развитию коммерциализации. Однако эпоха Кубертеновского олимпизма не приемлела профессиональных атлетов, одним из главных его принципов выражался в принципе любительства. **Допинг** – употребление различных веществ, которые способны улучшить спортивные результаты в спорте. Изначально допинг стали использовать тренеры и наездники лошадей. В дальнейшем самые известные случаи связаны со спортсменами развивающих выносливость (велосипедисты, легкоатлеты и др). Наиболее известный и громкий случай связан с велогонщиком Лэнс Эдвардом Армстронгом. **Маскулинизация женского спорта** – процесс накопления вторичных половых признаков мужского пола у особи женского пола. Проблема феминизма в начале двадцатого столетия характеризуется повышенным стремлением женщин заниматься мужской деятельностью. В конце 90-х годов спортсменки покорили мужские виды спорта: бокс, борьбу, футбол, хоккей, тяжелую атлетику. Специфика данных видов спорта привела к психологическим и гормональным перестройкам, что отразилось на маскулинизации женского организма. **Насилие**. Спортивный психолог Ричард Пффистер полагает, что одной из главных причин этого явления является «жажда побед». В обществе, где денежные знаки ценятся больше, чем репутация и престиж, когда на главном месте стоит результат, а не зрелищность и удовольствие от игры, то спортсменами и их тренерами подразумевается, что ради победы можно пойти на всё. **Дискриминации в спорте**. Как написано в Олимпийской хартии... «любая форма дискриминации в отношении страны или лица – расового, религиозного, политического или иного характера, или по признаку пола – несовместима с принадлежностью к олимпийскому движению. Однако как показывает история проведения Олимпийских игр, это положение из Олимпийской хартии, как и некоторые другие, является больше декларируемым, чем исполняемым. **Терроризм**. История олимпийского движения сталкивалась с деятельностью террористов. Омраченными такими действиями стали Игры 1972 в Мюнхене, когда некоторые члены израильской олимпийской сборной были захвачены палестинской террористической организацией «Черный сентябрь». И в нынешнее время с развитием международного терроризма при проведении Олимпийских игр есть угроза деятельности террористов. На основании вышеизложенных фактов нами рекомендуется внедрение научно-обоснованного термина «олимпийская политика» в сферу олимпийского движения. Под «олимпийской политикой» следует понимать распространение, продвижение и внедрение в жизнь олимпийского движения олимпийских идеалов через соединение системы олимпийского спорта и образования, пропаганды через систему СМИ. Олимпийская политика должна стоять на защите основных идей, принципов и ценностей олимпизма, должна отвечать вызовам олимпийскому движению и реализовывать главную идею олимпийского движения, объединение людей различных культур, национальностей, вероисповеданий в духе дружбы и мира. СМИ должны понимать, что они выполняют не только информационную функцию, но и образовательную [1, 2].

Заключение. В связи с вышеизложенным предлагается: 1. Пересмотреть положения из Олимпийской хартии, которые связаны с противоречивостью между декларируемым в хартии и современными реалиями Олимпийского спорта. 2. Внедрять в жизнь олимпийские идеалы путем пропаганды через систему СМИ (на международном Олимпийском канале ввести программу на различных языках мира «Кубертеновская педагогика» и др.). 3. Расширить деятельность Международной олимпийской академии по продвижению и внедрению в жизнь Олимпийского образования среди различных слоев населения в различных странах мира (создание всемирной

образовательной программы для НОК и НОА различных стран «Идея мира через систему спорта»). 4. Всем НОК при проведении любых соревнований, проходящих под их патронатом, в Положения о соревнованиях включать раздел, связанный с Олимпийским образованием и задействовать различные формы его пропаганды.

1. Круглик, И.И. Современный спорт и олимпизм – совместимы ли эти понятия ? / И.И. Круглик, Ю.Ф. Курамшин, И.П. Круглик // Олимпийский спорт и спорт для всех. XX Международный конгресс. 16–18 декабря 2016 г., Санкт-Петербург, Россия: Материалы конгресса: [в 2 ч.] – Ч. 1. – СПб., Издательско-полиграфический центр Политехнического университета, 2016. С. 274-278.

2. Круглик, И.И. Дистанционная педагогическая технология в сфере олимпийского образования студентов / И.И. Круглик // автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук: специальность 13.00.08. – Санкт-Петербург, 2016. – 26 с.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СТАТОДИНАМИКИ В СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Ланно В.А.

*магистрант ВГУ имени П.М. Машиерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Халанский Ю.Н., канд. пед. наук, доцент*

Технический прогресс, стремительное развитие науки и все возрастающее количество новой информации необходимой современному специалисту, делают учебную деятельность студента все более интенсивной и напряженной [4]. Соответственно, возрастает и значение физической культуры как средства оптимизации режима жизни, активного отдыха, сохранения и повышения работоспособности на протяжении всего периода обучения.

Проблема совершенствования физической подготовленности, здоровья студенческой молодежи остается важнейшей государственной проблемой [1].

Занятия физической культурой, проводимые в учреждениях высшего образования (УВО), в значительной степени содействуют подготовке студентов к будущей профессиональной деятельности [2].

Среди двигательных качеств на первое место ставят силу. Ее можно развивать с использованием различных средств. Во многих упражнениях сила проявляется по-разному.

Силовые упражнения являются эффективным средством исправления таких недостатков, как сутулость, впалая грудь, слаборазвитые мышцы. Значительные изменения претерпевает двигательный аппарат. При этом увеличение поперечных размеров костей, сочетающиеся с сильной мышечной гипертрофией, является отличительным признаком занимающихся физическими упражнениями [3]. На основании этого нами был разработан и предложен комплекс физических упражнений, направленный на развитие силы.

Целью данной работы было выявить эффективность использования статодинамики в силовой подготовке студентов.

Материал и методы. В педагогическом эксперименте принимали участие 32 студента основного медицинского отделения лечебного факультета УО «ВГМУ». Возраст испытуемых составил 17-19 лет. Были определены контрольная и экспериментальная группы по 16 человек. Контрольная группа занималась по предложенному нами комплексу, направленного на развитие силы, и все упражнения выполнялись в динамическом режиме. Экспериментальная группа также занималась по этому комплексу, но все упражнения выполнялись в статодинамическом режиме. Дозировка упражнений определялась в процентном соотношении на каждую неделю. Эксперимент длился с февраля по июнь 2016 года.

В нашей работе были использованы следующие методы исследования: анализ специальной научно-методической литературы, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, математико-статистический анализ.

Результаты и их обсуждение. В качестве оценки уровня силовой подготовки нами была предложена методика, в основу которой были включены силовые упражнения: подтягивания на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, поднятие прямых ног к перекладине, приседания, разгибание туловища из положения лежа, - которые выполнялись в конце основной части занятия. Упражнения подобраны так, чтобы все группы мышц получали нагрузку.

В начале и в конце эксперимента студентам предлагалось выполнить контрольное упражнение в статическом режиме в висе на перекладине, руки согнуты под прямым углом,