

Заключение. Полученные результаты в данном эксперименте, согласуются с результатами доказанных в других исследованиях по анализу интегрирования информационных технологий со спортом. Проведенный теоретический анализ исследований по данной проблеме обосновывает, что информационные технологии в целом положительно влияют на процесс формирования тактического мышления, но при соблюдении обязательных условий. Необходимость модернизации процесса спортизации, в частности внедрения информационных технологий в процесс тренировки, в настоящее время актуально [4, с. 290]. Именно с учетом данной актуальности выполнено исследование и получены экспериментально доказанные положительные результаты.

В многочисленных исследованиях предлагаются и экспериментально обосновываются различные подходы по внедрению информационных технологий в процесс спортизации [5, с. 245–247]. Однако, как показало наше исследование, помимо внедрения технологий, важно чтобы ими овладели студенты. Получив необходимые знания, у студентов сформируются необходимые ИКТ-компетенции.

Литература

1. Rudloff C. Implementation of digital technologies in physical education, inted. 2020 Proceedings, 2686–2691. DOI:10.21125/inted.2020.0803
2. Наговицын, Р.С. Формирование физической культуры студентов в образовательном пространстве гуманитарного вуза (на основе мобильного обучения): дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.08 / Р.С. Наговицын. – М., 2014. – 444 л.
3. Essam R., Zaidoon H. Tactical thinking for the special playing situations for basketball players constructing and application. Al-Rafidain Journal For Sport Sciences. 2014. 20. 346–372. DOI: 10.33899/rajsport.2014.163129.
4. Наговицын, Р.С., Ипатов И.В. Модернизация занятий физической культурой в нефизкультурном вузе для ускоренного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физкультурно-спортивной деятельности. – Вестник Казанского технологического университета. 2011. № 24. – С. 289–294.
5. Наговицын Р.С., Ипатов И.В. Теоретико-методологические основы формирования физической культуры личности студента. – Вестник Казанского технологического университета. 2013. Т. 16. № 15. – С. 244–249.

ПРОЯВЛЕНИЕ МАКСИМАЛЬНЫХ МЫШЕЧНЫХ УСИЛИЙ (СТАНОВАЯ ДИНАМОМЕТРИЯ) У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ ПО СЕКЦИИ АРМРЕСТЛИНГА

И.В. Романов, В.А. Лаппо, Е.А. Павелко

Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет,
Республика Беларусь, e-mail: thlonilya1980@gmail.com

В статье представлены результаты исследований в определении максимальных мышечных усилий в становой динамометрии у студентов-медиков по секции армрестлинга. Цель данной работы состояла в определении динамики показателей силовой подготовленности спортсменов и влияния нагрузки на различных этапах подготовки.

Ключевые слова: динамометрия, становая динамометрия, студент-медик, армрестлинг, физическое воспитание, физическая подготовка.

Армрестлинг – силовой вид спорта, в котором спортсмены борются на руках за специальным столом [1]. С древних времен борьба на руках, – «игра в локотки», была популярна в качестве досуга и решения личностных мужских амбиций. Со временем этот

вид развлечений перерос в популярный вид спортивной деятельности. Во время поединка, чтобы одержать спортсмену победу следует применять различные технические и тактические действия, также армрестлер должен быть физически и психологически подготовлен [2]. В нашей стране армрестлингом занимаются более 10 тысяч человек, он культивируется во всех регионах республики. Успешные выступления белорусских рукоборцев на международной арене привлекают к занятиям учащихся, студентов, военнослужащих, рабочих, служащих и людей с ограниченными возможностями (с частичной потерей трудоспособности) [3,4]. Важной частью тренировочного процесса в армрестлинге является физическая подготовка, которая направлена на развитие силовых способностей спортсменов.

Цель работы. Определить максимальные мышечные усилия в становой динамометрии у студентов–медиков по секции армрестлинга на различных этапах подготовки.

Материал и методы. Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы исследования: анализ специальной научно–методической литературы, педагогические наблюдения, контрольно–педагогические испытания, становая динамометрия [5].

Организация исследования предполагала выполнение работы в два этапа. На первом этапе было проведено тестирование в определение максимального мышечного усилия в становой динамометрии у студентов–медиков по секции армрестлинга на различных этапах подготовки, на втором – проведен анализ данных и сделаны выводы.

Результаты и их обсуждение. В педагогическом эксперименте принимали участие 14 студентов–юношей 1–5 курсов лечебного и фармацевтических факультетов УО «ВГМУ». Возраст испытуемых составил 18–22 года. Спортивная квалификация испытуемых 13 перворазрядников и 1 кандидат в мастера спорта. Весовая категория участников эксперимента составляла: до 65 кг – 1 студент, до 70 кг – 2 студента, до 75 кг – 2 студента, до 80 кг – 3 студента, до 85 – 2 студента, до 90 кг – 2 студента, до 95 кг – 1 студент, свыше 100 кг – 1 студент. Исследования проводились с сентября 2019 по март 2020 года.

В эксперименте применялся обычный становой динамометр, с помощью которого определялось изменение максимального мышечного усилия до начала занятий, после проделанной работы, в конце занятий; в недельных циклах на этапах подготовительного (середина октября), предсоревновательного (середина января) и соревновательного (начало марта) этапах подготовки. Занятия по секции армрестлинг проходит три раза в неделю (понедельник, среда, пятница) по продолжительности 90 минут с сентября по июнь включительно (табл. 1).

Таблица 1 – Результаты измерения максимального мышечного усилия в становой динамометрии у армрестлеров в течение недели на протяжении учебного года

Дни тренировок	Подготовительный этап (середина октября)		Предсоревновательный этап (середина января)		Соревновательный этап (начало марта)	
	До занятий	После занятий	До занятий	После занятий	До занятий	После занятий
Понедельник	130	135	135	140	135	140
Среда	135	137	137	143	140	145
Пятница	132	135	133	138	138	143

Заключение. На основании вышеизложенного можно сделать следующие выводы:

1) до занятий показатели динамометрии в становой силе ниже, чем после занятий;

2) на протяжении учебного года максимальное мышечное усилие в становой силе возрастало как до занятий, так и после них, а самые высокие показатели были отмечены на соревновательном этапе тренировки.

3) при занятиях с силовой направленностью становая динамометрия увеличивается как после занятий, так и на следующий день. При занятиях с технической направленностью показатели становой динамометрии уменьшаются как в одном, так и в другом случаях.

4) самые высокие показатели становой динамометрии отмечаются в середине недели на всех этапах подготовительного периода.

5) приведенная методика измерения максимального мышечного усилия с помощью становой динамометрии может быть использована для получения объективных показателей подготовленности спортсменов и влияния нагрузки на этапах спортивной подготовки.

Литература

1. Афанасьев, М.В. Армрестлинг как вида спорта. Научные основы анализа армрестлинга / М.В. Афанасьев, Б.М. Трутнев // Итоговая научная конференция военно-научного общества военного института физической культуры за 2019 год; сборник статей конференции. – Санкт-Петербург, Том. Часть 1. – С. 24–26.

2. Гетманский, И.И. Импульс силы – неотъемлемый элемент совершенствования спортсменов, занимающихся армрестлингом / И.И. Гетманский, А.А. Махнутина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 83–85.

3. Качур, Д.А. Антропометрические особенности спортсменов-армрестлеров различного уровня спортивного мастерства / А.Д. Качур // Вестник Мозырского государственного педагогического университета им. И.П. Шамякина. – 2018. – № 2 (52). – С. 26–32.

4. Лаппо, В.А. Некоторые аспекты повышения силовых качеств у студентов-медиков, занимающихся армрестлингом / В.А. Лаппо, В.В. Белей, С.Л. Сороко // Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации: материалы 75-ой научной сессии ВГМУ, Витебск, 29–30 января 2020 г. / под ред. А. Т. Щастного. – Витебск: ВГМУ, 2020. – С. 545–547.

5. Романов, И.В. Кроссфит как инновационный подход на занятиях по физической культуре у студентов медицинского университета / И.В. Романов // Инновационные обучающие технологии в медицине: сборник материалов международной Республиканской научно-практической конференции с международным участием, Витебск, 2 июня 2017 г. / Витебский государственный ордена Дружбы медицинский университет; редкол. А.Т. Щастный (гл. ред.) [и др.]. – Витебск: ВГМУ, 2017. – С. 252–255.

ПРОБЛЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ВУЗЕ

С.В. Седоченко, О.Н. Савинкова

**Воронежский государственный институт физической культуры,
Российская Федерация, e-mail: 02051970@mail.ru**

В статье представлена оценка мнений преподавателей и студентов физкультурного вуза в отношении дистанционного образования. Выявлено, что среди преподавателей физкультурных вузов преобладают отрицательные мнения о дистанционном образовании. А среди студентов есть как положительные, так и отрицательные отзывы. Причем у студентов дневной формы обучения отрицательные суждения полностью отличаются от мнений студентов «заочников», а положительные позиции имеют общие и отличающиеся точки зрения.

Ключевые слова: дистанционное образование, студенты физкультурного вуза, анкетирование.