

Вследствие анализа и обработки полученных результатов анкетирования было выявлено, что 95% респондентов считают актуальным использование информационных технологий в физической культуре и спорте, а также необходимым условием разработку и внедрение компьютерных программ в учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность.

**Заключение.** При оценке современного этапа развития информационных технологий, приходится констатировать, что, несмотря на обилие направлений и их применения, эти разработки носят частный характер и не имеют широкого распространения. Компьютерная поддержка позволит вывести современное учебно-тренировочное занятие на качественно новый уровень, повысить статус тренера, использовать различные виды деятельности на тренировке, эффективнее организовать контроль и учёт спортивных результатов.

#### *Список литературы*

1. Воронов, И.А. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по специальности 032101 "Физическая культура и спорт" / И. А. Воронов. - Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУП, 2007. - 139 с.
2. Петров, П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебное пособие / П.К. Петров. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 288 с.
3. Полат, Е.С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования: учеб. пособие / Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина. - 3-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 368 с.

## **РАЗВИТИЕ ДЕСЯТИБОРЬЯ В ИСТОРИЧЕСКОМ АСПЕКТЕ**

*И.В. Романов  
Витебск, ВГМУ*

Десятиборье – классическое легкоатлетическое многоборье для мужчин, включающее десять видов лёгкой атлетики, – занимает значительное место в современном международном спортивном мире [1].

Соревнования по десятиборью проводятся в два дня: 1-й день – бег на 100 м, прыжки в длину, толкание ядра, прыжки в высоту, бег на 400 м; 2-й день – бег на 110 м, с барьерами, метание диска, прыжки с шестом, метание копья, бег на 1500 м. Победитель определяется по сумме очков, набранных во всех видах десятиборья [1].

Одновременно с появлением легкоатлетических многоборий появились и системы определения победителей соревнований. С этой целью создавались специальные таблицы очков, с помощью которых оценивались результаты видов, входящих в многоборье, и по общей сумме очков, набранных участником соревнований, определялся победитель [1].

Таблицы очков пересматривались в 1935, 1952 и 1962 годах. Современная система подсчёта была принята в 1984 году на конгрессе ИААФ в Лос-Анджелесе [1].

Цель исследования – проследить динамику развития десятиборья в историческом аспекте. С появлением новых таблиц подсчета и усовершенствованием материально-технической базы десятиборья менялись и методы подготовки десятиборцев, в связи с этим актуальностью нашего исследования является обобщение и систематизация передового опыта тренеров и спортсменов на всем протяжении развития многоборья, а также повышение информационного уровня студентов, преподавателей, тренеров по данной теме.

**Материал и методы.** В качестве объекта исследования мы выбрали статьи научно-теоретических журналов «Мир спорта», «Легкая атлетика», таблицы подсчетов очков результатов десятиборья.

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы исследования: анализ специальной научно-методической литературы, анализ и обобщение материалов, сопоставительный, конкретно-исторический методы.

**Результаты и их обсуждение.** Идея о всестороннем развитии человека существует давно, со времен Древней Греции. Уже тогда считалось, что занятия только одним видом физических упражнений не могут создать гармонично развитого человека. Поэтому,

начиная с 708 г. до н. э, в программу Олимпиад был включен пентатлон (пятиборье). В дальнейшем на древних Олимпийских играх многоборье считалось основным видом состязаний, а победа в нем – самой почетной [3].

Легкоатлетическое десятиборье впервые было включено в программу V Олимпийских игр в Стокгольме в 1912 году. Программа десятиборья была составлена настолько удачно, что до настоящего времени (т.е. уже 100 лет) не подвергалась никаким изменениям. Десятиборье требует от спортсмена умения быстро переключаться с одного вида на другой, владеть совершенной техникой выполнения упражнений, иметь высокий уровень развития физических и волевых качеств [3].

Система оценки результатов в десятиборье неоднократно изменялись. Решая вопрос об определении победителя, шведы использовали опыт американцев, которые еще в 1884 году создали таблицу для своего десятиборья. Таблица базировалась на лучших результатах, показанных в 1893 году. 1000 очков присуждалось спортсмену за достижение мирового рекорда 1894 года. У участников, не добившихся этого показателя, из 1000 вычислялись очки. Повышение оценки от 0 до 1000 производилось в простой арифметической прогрессии. Таким образом, каждый результат в секундах, метрах, сантиметрах имел свою постоянную стоимость. Время показало, что результаты, казавшиеся в 1884 году недостижимыми, к 1912 году стали обычными, и таблица показала явную недооценку возможностей спортсменов. Сразу после олимпиады были внесены в нее коррективы, взяв за верхние пределы олимпийские рекорды, установленные в Стокгольме. Эта таблица прослужила десятиборью более 20 лет. На десятых играх в Лос-Анджелесе в 1932 году сразу три спортсмена получили оценки в тысячу и более очков. Стало очевидным, что наступило время изменить таблицу. Далее была создана новая таблица, в которой с улучшением результата увеличивался прирост оценки, к тому же в таблице отсутствовали дробные числа. Новая таблица была утверждена Международной легкоатлетической федерацией в 1934 году [2].

Однако со временем стало очевидно, что прогрессивная шкала не способствует осуществлению принципа многоборности, так как позволяет добиваться высокого результата в десятиборье спортсмену, имеющему 2-3 сильных вида при относительно слабых результатах в других видах.

Особенно очевидным несовершенство таблицы стало после 1961 года, когда шестовики и десятиборцы стали применять вместо металлических шестов фиброглассовые, позволяющие прыгать на 40-60 см выше.

В 1962 году была разработана новая таблица, которая была построена не по прогрессивному, а по прямолинейному принципу. В отдельных видах с повышением результатов оценка не только не увеличивалась или оставалась неизменной, но даже снижалась. Использование столь несправедливой шкалы объяснялось тем, что она усиливала внимание к отстающим видам, где достижения десятиборцев были еще не так высоки, и выравнивала оценки за те виды, в которых они достигли высокого уровня.

Таблица 1962 года существовала 20 лет. За это время рост достижений в различных видах проходил совсем не так, как его прогнозировали, что вновь привело к «зашкаливанию» таблицы [1].

Со временем создание новой таблицы оценок результатов в десятиборье стало практической необходимостью. На конгрессе ИААФ в 1984 году таблица была утверждена и стала применяться с апреля 1985 года.

Новый вариант был создан на основе статистических данных многоборцев. В отличие от прежних таблиц она не имеет постоянного верхнего предела, и во всех отдельных видах расчеты доведены до оценок от 1223 до 1399 очков [2].

Периодическая изменчивость системы оценки результатов в многоборье меняла и методику подготовки спортсменов. Менялись методы тренировки и критерии отбора будущих десятиборцев. На всех этапах развития многоборья методика подготовки в значительной мере использовала опыт тренировки десятиборцев, а также специалистов в отдельных видах легкой атлетики [3].

**Заключение.** Таблицы оценки результатов в десятиборье периодически менялись и оказывали существенное влияние на методику тренировки многоборцев. С 1885

по 1950 г. таблицы были построены на основе мировых рекордов в видах десятиборья, в связи с значительным ростом результатов эти таблицы оценок стали некорректными. В период действия таблицы 1950 года, имеющей принцип значительной прогрессии, победителями часто оказывались многоборцы, показывавшие высокие результаты в двух-трех видах. Поэтому определяющей направленностью тренировочного процесса тогда было совершенствование ведущих для спортсмена видов. Таблица оценки результатов, принятая в 1962 году, была основана на прямолинейном принципе и переориентировала спортсменов на преимущественное совершенствование отстающих видов. Сейчас действует таблица, утвержденная в 1984 году, которая базируется на принципе умеренно прогрессивного начисления очков. Теперь победить на крупных международных соревнованиях может только спортсмен, достигший высоких результатов во всех видах десятиборья [3].

#### *Список литературы*

1. Куду, О.Ф. История десятиборья / О.Ф. Куду // Легкая атлетика. – 1969. – № 8. – С.11–12.
2. Юшкевич, Т.П. Проблемы развития десятиборья / Т.П. Юшкевич, К.Л. Соболевский // Мир спорта. – 2006. – № 1. – С. 3–7.
3. Юшкевич, Т.П. Пути совершенствования процесса подготовки десятиборцев высокой квалификации / Т.П. Юшкевич, И.В. Романов // Мир спорта. – 2012. – № 3. – С.3–9.

### **ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ К ЕСТЕСТВЕННЫМ УСЛОВИЯМ У СКАЛОЛАЗОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ (СКАЛОДРОМАХ)**

*Д.В. Росляк  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Скалолазание – один из самых быстроразвивающихся видов спорта, которым занимаются миллионы людей по всему миру. В нашей стране популярность скалолазания также возрастает с каждым годом. В Беларуси нет естественных скал и наши команды путешествуют по всему миру. За последнее время белорусские команды побывали в крупнейших скалолазных районах Европы и Азии, на международном уровне они постоянно принимают участие во множестве престижных соревнований.

Планируется и дальше осваивать новые горизонты этого вида спорта и популяризировать скалолазание в Беларуси. Особенность развития его в нашей стране, как и в других странах с преобладанием равнинного рельефа, состоит в том, что основные навыки начинающие спортсмены вынуждены получать на базе искусственного рельефа, созданного на скалодромах, а для некоторых скалолазание так и остаётся спортивной деятельностью на стене. Эти, так называемые, «тепличные» скалолазы – явление частое и в последнее время всё больше распространяющееся. Возможность проверить свои силы и навыки на естественном рельефе не достаточно доступна, хотя это очень важно с точки зрения философии скалолазания как значительно самостоятельной, но всё же части альпинизма.

Цель исследования: выявить особенности адаптации к естественному рельефу спортивной деятельности скалолазов, ранее тренировавшихся только на искусственно созданном рельефе.

**Материал и методы:** Объектом исследования стали начинающие (опыт тренировок 1–1,5 лет) скалолазы г. Витебска, предмет исследования – особенности адаптации спортивной деятельности к естественным условиям.

Аналитическая деятельность – неформализованное интервью, в котором участников исследования просили, как можно подробнее рассказать о первом опыте лазания на естественном рельефе, который был осуществлен в апреле-мае 2013 г., Крым.

**Результаты и их обсуждение.** Исследования касаются организации таких условий тренировок на скалодромах, которые бы максимально сглаживали различия искусственно созданных и естественных условий спортивной деятельности, готовили начинающих скалолазов к особенностям реальных условий осуществления данного вида спорта, позволяя