

манием невозможности достичь результата без соответствующей мобилизации духовных и физических сил. На этой основе формируется и воспитание целеустремленности, настойчивости и упорства в достижении цели, самодисциплина, ответственность, активность, инициативность, самообладание, решительность, смелость и мужество.

Современный уровень развития производства, его постоянная модернизация, изменения экономической политики расширяют спектр требований, предъявляемых к специалисту, который наряду с профессиональными знаниями должен успешно решать производственные задачи в условиях конкурентной борьбы. Высокий уровень требований и низкий уровень психофизической готовности часто приводит к необходимости смены профессии. В подобной ситуации широкий диапазон физических и функциональных возможностей, приобретенных студентом в процессе учебно-тренировочных занятий спортивными единоборствами и участия в соревнованиях, помогает к более быстрому освоению смежных профессий и адаптации их к новым трудовым условиям.

**Заключение.** Таким образом, было установлено, что в процессе регулярных учебно-тренировочных занятий и участия в соревнованиях по спортивным единоборствам:

1. Целенаправленным подбором общеразвивающих и специальных упражнений можно акцентированно воздействовать на организм человека, развивая не только физические качества, но и психические процессы индукции и дедукции, мышления, память, внимание и др.;

2. Моделируются разнообразные ситуации, требующие физических напряжений, умственной активности, поиска и принятия необходимого решения. Условия конкурентной борьбы на фоне экстремальных психофизических нагрузок формируют самостоятельность и инициативность, дисциплинированность и ответственность, настойчивость, смелость и мужество и другие качества лидера, менеджера, специалиста, руководителя, которые крайне необходимы для успешного решения производственных задач. Они легко переносятся из спортивной сферы в область профессиональной и другой деятельности;

3. Уровень требований к специалистам высшей квалификации настолько высок, что каждый молодой человек должен заблаговременно и активно готовиться к избранной профессии, целенаправленно развивать физические и психические качества, которые определяют психофизическую готовность, надежность и успех в его будущей профессиональной деятельности. Качественная сторона профессиональной подготовки специалистов требует как можно более ранней специализации, где все учебные дисциплины должны быть ориентированы и реализованы с учетом специфики будущей профессии;

4. Мы согласны с выводами Н.И. Пономарева, который утверждает, что «.. в обществе нет другого средства, кроме физической культуры, с помощью которого можно было бы физически готовить людей к новому производству». Спортивные единоборства, как вид спорта и как учебная дисциплина, наилучшим образом соответствуют требованиям профессионально прикладной направленности учебного процесса, а также подготовке студентов, выпускников вуза к успешному освоению профессии.

#### Список литературы

1. Дмитриев, А.В. Комплексная диагностика подготовленности боксера // Мир спорта. – 2007. – № 1. – С. 13–16.
2. Калмыков, Е.В. Индивидуальный стиль деятельности в спортивных единоборствах. – М.: РГАФК, 1996. – 131 с.
3. Сальников, В.А. Возрастное и индивидуальное в структуре спортивной деятельности: монография. – Омск, 2000. – 160 с.
4. Филимонов В.И. Бокс: спортивно-техническая и физическая подготовка. – М.: ИИНСАН, 2000. – 432 с.

## СТУДЕНЧЕСКИЙ БОКС – ЭТО МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ

Ю.М. Прохоров<sup>1</sup>, Д.Д. Никитин<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

<sup>2</sup>Витебск, Витебский центр дополнительного образования детей и молодежи

Бокс олимпийский вид спорта, который имеет и большое образовательное значение. Его основными функциями являются, не только спортивные достижения и формирование и совершенствование физических качеств личности, но и интеллектуальное развитие, творчество. В процессе спортивной тренировки формируются жизненно необходимые и профессионально важные качества личности выпускника вуза, специалиста высшего образования: дисциплинированность, настойчивость, трудолюбие, целеустремленность. Развиваются умения выбора оптимального и эффективного решения, преодоления трудностей конкурентной борьбы, воля. Это

делает очевидным профессионально прикладное значение бокса как средства профессиональной подготовки студента в вузе [2].

Однако следует понимать, что основными техническими приемами в боксе являются удар и защита. Именно за правильно выполненный удар, достигший цели спортсмену начисляются очки. Побеждает тот спортсмен, который больше нанесет точных ударов и меньше пропустит. Развитие студенческого бокса связано с показателями здоровья, а узкая его специализация требует наличие высококвалифицированных специалистов и специальных условий для организации учебно-тренировочных занятий, специального оборудования и качества учебно-тренировочного процесса [1].

Президентом Республики Беларусь А.Г. Лукашенко, который возглавляет Национальный олимпийский комитет по результатам выступления наших спортсменов на летних Олимпийских играх в Лондоне (2014г.), обращалось внимание на необходимость развития студенческого спорта по примеру зарубежных университетов. Во исполнение его поручения была создана Ассоциация студенческого спорта, за каждым вузом определены базовые виды спорта. По предложению руководства университета в качестве базового вида спорта ВГУ имени П.М. Машерова Министерством образования был утвержден бокс.

**Результаты и их обсуждение.** Для реализации задач создания в университете регионального центра бокса приказом ректора создается учебный, научно-консультационный центр «Олимп», оборудуется специализированный зал бокса. Министерством образования выделяются бюджетные ассигнования на закупку специального оборудования для организации учебных занятий.

Государственное учреждение дополнительного образования «Витебский областной дворец молодежи» (директор Шибeko С. А.) и Витебский городской центр дополнительного образования детей и молодежи (директор Большакова Н.Е.) нашли финансовые возможности для выплаты заработной платы педагогам дополнительного образования, как руководителям кружковой работы. Олимпийский чемпион по боксу, выпускник нашего университета Вячеслав Яновский выступил спонсором для приобретения части специализированного оборудования и спортивного инвентаря. Поддержку в организации и проведении мероприятий исполнители нашли и у руководства Витебского отделения Национального олимпийского комитета Республики Беларусь (Быньков В.В.).

Так было создано неформальное молодежное объединение подготовки боксеров «Юный олимпиец», где тренировочный процесс обучения вели шесть человек: один мастер спорта международного класса, четыре мастера спорта, один кандидат в мастера спорта, имеющий достаточный опыт преподавательской работы тренером. Более ста детей и юношей, в возрасте от 10 до 18 лет - учащихся школ и средних специальных учебных заведений пришли в университет и стали заниматься боксом. Проводились совместные занятия студентов-боксеров, обучающихся в группе повышения спортивного мастерства на факультете физического воспитания и спорта и других факультетах университета., в других вузах города Витебска.

В зале функционировала мультимедийная система, которая позволяла проводить системный анализ успешного освоения технических приемов и ошибок в тактике ведения соревновательных поединков. С целью популяризации олимпийских традиций витебских боксеров была подготовлена видео презентация: «Олимпийские традиции Витебской школы бокса» и видео лекция «Витебский бокс: странички истории». Спортивный зал стал хорошей площадкой для организации встреч за круглым столом с известными спортсменами и тренерами: Вячеслав Яновский - Олимпийский чемпион по боксу (Сеул, 1988), Эдуард Янушковский, и Бронислав Попков – заслуженные тренеры Республики Беларусь, по обмену опытом работы, поиску и реализации новых подходов в области дидактики, методик и подготовки юных боксеров.

Вышеперечисленные обстоятельства свидетельствуют, что всего за два учебных года (2012 - 2014 гг.) педагогами дополнительного образования, исполнителями и организаторами этого проекта: Большаков Л.В., Никитин Д.Д., Прохоров Ю.М. – (руководитель проекта), Росляк Д. В., Терян В.А., Трофимович Д.М., – удалось, не только создать объединение «Юный олимпиец» и организовать учебную работу, но и восстановить регулярное проведение традиционных студенческих соревнований, турниров для юных боксеров. Так, были организованы и проведены: турнир «Рождественские встречи», который проводился во второй декаде декабря, «Открытое первенство ВГУ по боксу», посвященное празднику Победы советского народа в Великой Отечественной войне», «Открытое первенство города Витебска среди студенческой и

учащейся молодежи». Международную встречу боксеров Беларусь – Россия – Украина на международном фестивале искусств «Славянский базар» в г. Витебске и другие..

Несмотря на незначительный стаж занятий боксом (2-3 года), учащиеся объединения «Юный олимпиец» демонстрировали зрелый бокс, как среди юношей, так и в элитной группах боксеров. Появились первые победители и чемпионы: - Сергей Ткачев выиграл Сартакиаду школьников республики Беларусь и стал участником первенства Европы по юношам (г. Анапа); – студенты факультета иностранных граждан: Улмазбек Сапаев стал финалистом международного турнира в г. Солигорске (2014г.), Ыхтияр Эршов – чемпионом международного турнира в г. Солигорске (2014г.), финалистом открытого республиканского турнира, памяти ЗТР Анатолия Колчина (г. Витебск, 2015г.); - студент Витебской академии ветеринарной медицины А. Захаренко – чемпионом республиканской универсиады по боксу среди вузов (Витебск, 2014г.) и другие.

Сборная команда по боксу ВГУ имени П.М. Машерова, в состав которой входили спортсмены проходившие обучение в группах вновь созданного центра, успешно выступала на республиканских универсиадах студенческой молодежи вузов в этот период: 2012г. – 3 место (г. Минск); 2013г. – 2 место (г. Витебск); 2014г. – 2 место (г. Витебск)..

**Заключение.** Вышеназванные данные свидетельствуют о значительной организационной, учебно-методической работе по популяризации бокса как олимпийского вида спорта среди студенческой и учащейся молодежи.

Однако, невзирая на значительные результаты и с учетом субъективных мнений и отношений отдельных административных менеджеров физической культуры и спорта, руководителей университета была проведена реорганизация УНКЦ «Олимп в клуб спортивных единоборств». Это привело к ликвидации данного направления деятельности и замене профессионально подготовленного специалиста, руководителя данного вида деятельности, на более слабого специалиста. Это очевидно по результатам, уровню организации соревнований, по публикациям результатов проведенных в центре исследований, по результатам выступления сборной команды университета на универсиаде в 2015г. - 6 место.

Группы ПСМ (преподаватель Росляк Д.В. и Лосев В.А.) занимаются в учебном корпусе №3 (Чапаева, 30), в гимнастическом зале или в фойе, которые не приспособлены для специализированных занятий, что несомненно скажется на уровне подготовки студентов-боксеров.

Таким образом, проведенная реорганизация фактически изменила приоритетность развития базового вида спорта в вузе, олимпийского вида – бокса, на не олимпийский – кикбоксинг, который даже не включен в программу ежегодной республиканской универсиады. Такой подход, явно не соответствует рекомендациям Министерства образования и Национального олимпийского комитета Республики Беларусь о развитии олимпийского движения и студенческого спорта в вузах, кадровой политике Президента Республики Беларусь.

Результаты проведенной нами работы показывают, что студенческий бокс может успешно развиваться в вузах при наличии определенной материально технической базы и квалифицированного специалиста, имеющего не только высокий уровень теоретической подготовки, но и практический опыт соревновательной борьбы и спортивных достижений.

#### Список литературы

1. Дмитриев, А.В. Комплексная диагностика подготовленности боксера / А.В. Дмитриев // Мир спорта. – 2007. – № 1. – С. 13–16.
2. Филимонов В.И. Бокс: спортивно-техническая и физическая подготовка. – М.: ИНСАН, 2000. – 432 с.

## **ВЛИЯНИЕ КРОССФИТА НА РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ДЕСЯТИБОРЦЕВ**

*И.В. Романов  
Витебск, ВГМУ*

Десятиборье – легкоатлетическое многоборье, включающее десять видов лёгкой атлетики, – занимает значительное место в современном международном спортивном мире [1]. Наряду с давно существующим классическим десятиборьем недавно появилось новое спортивное направление – кроссфит. Основной идеей кроссфита является общая физическая подготовка человека [4].

В десятиборье и кроссфите есть много объединяющих и перекрестных моментов, но существует и ряд факторов, которые резко разнят этих два спортивных направления.