

95  
М 82



*МГАФК 70 лет*

*На рубеже  
XXI века*

**Год 2003-й**

*Научный альманах*

**МГАФК**

Государственный комитет РФ по  
физической культуре и спорту

Московская государственная академия  
физической культуры

*На рубеже  
XXI века*

**Год 2003-й**

*Научный альманах МГАФК  
Том V*

Выпущено  
**В КОМПЬЮТЕР**

Малаховка 2004

## УДК 796

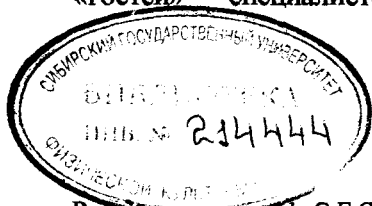
На рубеже XXI века. Год 2003-й. Научный альманах МГАФК. Том V. Редактор-составитель Коренберг В.Б. Московская государственная академия физической культуры.—Малаховка, 2004. —360 с.

ISBN 5-900871-78-7

Научный альманах — регулярное издание, поэтому в нем проявляются тенденции развития научных интересов и научной мысли профессорско-преподавательского состава МГАФК. Проявляется и логическая связь между томами альманаха, позволяющая в ряде случаев проследить развитие представлений авторов, а также проводить связанные научные дискуссии. К сожалению, пока что «внутренних» (между авторами альманаха) дискуссий на страницах альманаха не было, редколлегия надеется начать их со следующего тома. В настоящем томе удалось опубликовать подборку статей, посвященных важнейшей и недостаточно разработанной теме — спортивным двигательным ошибкам.

Разнообразие научных направлений, культивируемых в МГАФК, предполагает ширину тематики альманаха и существенное различие тематики разных томов. В настоящем томе 8 тематических разделов, которые, можно уже считать традиционными.

Уже традиционно в альманахе выделено место для публикаций «гостей» — специалистов, не работающих в МГАФК.



Редколлегия: проф. С.Г.Сейранов (председатель), проф. В.Б.Коренберг (редактор-составитель), А.Г.Демирчоглян (отв. секр.).

© — Московская государственная академия физической культуры, 2004 г.

# С о д е р ж а н и е

	Стр.
Содержание	3
От составителя	7
<b><u>Раздел 1. Спортивная тренировка</u></b>	
<i>В. П. Кубаткин.</i> Теория систем и системный подход в спортивной тренировке конькобежцев	9
<i>В. К. Кузнецов, М. В. Артеменко.</i> Влияние объемов и интенсивности тренировочных средств на спортивные результаты 18–20-летних лыжниц	23
<i>Л. А. Хасин, С. С. Щелков.</i> Планирование тренировки в атлетизме с учетом критериев травмоопасности, интегральной и локальной нагрузки	35
<i>В. Г. Кукушкин, Л. А. Хасин, А. М. Якимов.</i> Планирование тренировочных нагрузок бегунов на длинные дистанции	48
<i>Ю. А. Шлыков, С. И. Щелков.</i> Структура и динамика беговой нагрузки у десятиборцев на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки	59
<i>М. М. Синайский, Т. А. Клименко, Г. И. Паскин, О. А. Ефремочкина, Н. И. Близнец, А. В. Швецов.</i> Локомоторная координация в динамике двигательной активности и в связи с двигательной одарённостью юных спортсменов	64
<i>М. М. Синайский, А. В. Швецов.</i> Динамика показателей функциональной подготовленности лыжников-гонщиков в годичном цикле подготовки	71
<i>А. К. Тихомиров.</i> К вопросу об управлении процессом подготовки спортсменов	73
<i>А. К. Тихомиров.</i> Индивидуально дифференцированный подход как фактор оптимизации тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов	78
<i>В. К. Кузнецов, М. В. Артеменко.</i> Сауна как восстанавливающее средство у лыжников в соревновательном периоде	86

- Е. Г. Лихтина.* О некоторых условиях успешного взаимодействия всадника и лошади в классических видах конного спорта 93
- Т. В. Подольская.* Техническая подготовка студентов-волейболистов 99

## **Раздел 2. Медико-биологические аспекты подготовки и оздоровления спортсменов и населения**

- Ю.Ф. Удалов, М.А. Надточий, А.Г. Дараган, Б.А. Куранов, И.М. Ладенкова, Л.П. Михеева, В.Г. Федотова.* Роль комплексной витаминизации в повышении оздоровительной эффективности занятий физической культурой и спортом 105
- З. Г. Орджоникидзе, М. И. Гинзбург, Г. А. Кузнецова.* Проприоцептивная тренировка в системе реабилитации футболистов с патологией опорно-двигательного аппарата 117
- А. Б. Рафалович, Л. А. Хасин.* Система повышения уровня физической подготовленности школьников 123
- Е. В. Озолина.* Исследования в области спорта и массовой, оздоровительной и адаптивной физической культуры: состояние и перспективы 129

## **Раздел 3. Педагогические и психологические аспекты спорта и физического воспитания**

- С. В. Лепешкина, Ю. В. Менхин.* Тактика педагогических воздействий в процессе физического воспитания детей-логопатов 135
- Л. Н. Литвинчева.* Функция наглядных средств при коммуникативно направленном обучении иностранному языку 139

**Раздел 4. Моделирование и технические средства в спорте и физическом воспитании**

*Г. М. Грошев.* К уточнению критериев оценивания результатов в спринтерской гребле 146

**Раздел 5. Организационные и экономические аспекты физического воспитания и спорта**

*С. Г. Сейранов, А. А. Береснев.* Школьный клуб здорового образа жизни — инновационная организационно-педагогическая система физического воспитания 159

*А. Л. Дроздов, В. В. Громько, Л. А. Хасин, С. С. Щелков.* Единая информационная система в отрасли «ФКиС» 176

*А. В. Починкин.* Организационно-экономические основы и правовые формы функционирования профессиональных клубов в России 186

*И. Я. Соколов.* Современные тенденции развития массового спорта в зарубежных странах 190

*В. И. Байков, Р. А. Пилоян.* Вопросы системной безопасности массовых спортивных мероприятий 197

**Раздел 6. Дискуссионные понятия, идеи, подходы, гипотезы, концепции**

*В. С. Фомин, А. Н. Таланцев.* Проблема информационной технологии диагностики здоровья 202

*Л. А. Хасин.* Планирование спортивной тренировки в строгой постановке 218

*Ю. К. Гавердовский.* Двигательные ошибки в спорте: структура, контроль и самоконтроль 228

*В. Б. Коренберг.* Некоторые соображения о природе спортивных двигательных ошибок 237

*В. Б. Коренберг, С. В. Бернова.* Двигательные ошибки при выполнении вращений в рок-н-ролле 249

*А. Н. Фураев.* К анализу спортивных двигательных ошибок 257

Ю. А. Фомин. Проблема определения понятий «физическая культура» и «спорт»	264
А. А. Власов. Спорт большой и малый	276

### Раздел 7. Консультации нашего альманаха

В. П. Мисник, П. К. Лысов, М. В. Мищенко. Медиальные подмышечные лимфатические узлы	288
А. В. Швецов, В. Н. Федотов. Тактика реализации и эволюция техники коньковых ходов на лыжах	293
Л. С. Спаннут. Спортивно-зрелищные сооружения с применением в покрытиях стальных вант	299

### Раздел 8. По следам научных сообщений

Э.Л. Торуюнова. Современный уровень профессионального творчества тренера по фигурному катанию на коньках	307
В. Б. Коренберг. К вопросу об идеомоторной тренировке	314
А. К. Тихомиров. Система контроля в юношеском спорте	317
И.И. Зулаев. Опосредующие признаки, определяющие успешность соревновательной деятельности спортсменов-тяжел атлетов	326
В. А. Жук. Резервные особенности в силовой и скоростно-силовой подготовке метателей	331
А. М. Грошев. Анализ техники и точности бросков в баскетболе	336
А.М. Якимов, В.Г. Кукушкин. Применение кардиомонитора сердечного ритма для контроля над нагрузками бегунов на средние и длинные дистанции	342
Г. С. Деметер. Возрастание теоретико-методологического значения учения П. Ф. Лесгафта	346
В. Я. Кудлин, В. С. Титов. Олимпийское образование — часть системы подготовки специалистов по «Физической культуре»	348
В. Б. Коренберг. Двигательные навыки и умения как деятельностные категории	352