

Концепция профилактики алкоголизма и наркомании среди несовершеннолетних средствами физической культуры и спорта должна опираться на государственную Концепцию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, предусматривающую пути, средства и методы "формирования устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культуры и спортом, навыков здорового образа жизни, моды на спорт, особенно среди подрастающего поколения".

Важными направлениями работы по профилактике наркомании средствами физической культуры и спорта являются систематизация, обобщение и распространение передового опыта, накопленного в различных регионах России.

ЛИТЕРАТУРА

1. Готчина Л.В. Профилактика молодежного наркотизма: теория, опыт, перспективы. СПб., 2009. 312 с.
2. Наркомания статистика. - Russlav.ru. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.russlav.ru/narkotik/narkomaniya-statistika.html>
3. Социально-педагогические подходы к профилактике подростковой наркомании средствами физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/bdfbb711-38d4-41be-99fd-857ee2ed4550>

HE LITERATURE

1. Готчина L.V. preventive maintenance youth наркотизма: the theory, experience, prospects. SPb., 2009. 312 with.
2. A narcotism of the statistican. - Russlav.ru. [The Electronic resource]. - an access Mode: <http://www.russlav.ru/narkotik/narkomaniya-statistika.html>
3. Socially-pedagogical approaches to preventive maintenance of a teenage narcotism by physical training and sports means [the Electronic resource]. - an access Mode: <http://bmsi.ru/doc/bdfbb711-38d4-41be-99fd-857ee2ed4550>

PREVENTIVE MAINTENANCE OF THE ALCOHOLISM AND NARCOTISM AMONG MINORS MEANS ФИЗИЧЕКОЙ OF CULTURE AND SPORTS

Stepanova Olga Jurevna

The teacher, the St.-Petersburg university of the Ministry of Internal Affairs of Russia

St.-Petersburg, Russia

УДК 796.058

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДОСТИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ

Сулейманова И.Ф., Гумеров И.И.

ГБОУ ВПО Башкирский государственный медицинский университет

Минздрава России,

г. Уфа, Республика Башкортостан

Аннотация. Современный спорт характеризуется постоянным ростом спортивных достижений. При этом в каждом отдельном виде спорта на протяжении всей истории развития наблюдается неравномерная динамика достижений. В данной статье рассматриваются причины и факторы, непосредственно влияющие на динамику спортивных достижений. Анализ литературы, проведенный в ходе исследования, позволяет сделать выводы о том, что для достижения наилучших спортивных результатов, учебным заведениям необходимо разрабатывать индивидуальные системы занятий, применять новый инвентарь, делать упор на долгосрочные занятия с конкретными спортсменами.

Ключевые слова: физическая культура, динамика, спорт, достижения, здоровье.

Abstract. Sport are characterized by constant growth of sport achievements. In each individual type there is the uneven dynamics of achievement. This article discusses the causes and factors affecting on this dynamics. Analysis of the literature conducted in the study allow to draw a conclusion that for best results, universities need to develop individual systems, use new equipment and focus on long-term activities with athletes.

Key words: physical education, dynamics, sport, achievement, health.

Динамика роста спортивных достижений в любом виде спорта выглядит в виде логистической кривой (рис. 1), впервые обоснованной польскими учеными Е.Скоровским и Я.Брогли.



Рис. 1. Динамика роста спортивных достижений. Е.Скоровский и Я.Брогли.

Кривая состоит из трех фаз, каждая из которых имеет свои особенности и отражает историю становления вида спорта и индивидуальный рост мастерства спортсмена. Продолжительность этих фаз в разных спортивных дисциплинах различна.

Первая фаза этой кривой связана с зарождением вида спорта, разработкой правил и регламента проведения соревнований, четким определением предмета соперничества спортсменов или команд, созданием специфической для данного вида спорта методики тренировки и техники выполнения упражнений. В этой фазе спортивные достижения имеют тенденцию к незначительному повышению.

Вторая фаза кривой отражает непрерывный рост спортивных достижений, связанный с повышением количественных и качественных параметров тренировочных нагрузок, совершенствованием технической, тактической и психической подготовленности спортсменов, использованием более качественного инвентаря и оборудования. *Третья фаза* логистической кривой связана с замедлением роста достижений. В начале формирования нового вида спорта прирост достижений, по-видимому, преимущественно связан с увеличением количества занимающихся данным видом. При этом среди занимающихся увеличивается количество одаренных людей, чьи способности в большей мере соответствуют требованиям деятельности, на основе которой формируется новый вид спорта. В дальнейшем происходит насыщение сферы данного вида одаренными людьми, и прирост достижений в большей мере начинает стимулироваться другими факторами [3].

Напряженность соперничества между лидерами активизирует разработку специфической концепции подготовки, поиск более эффективных средств и методов с учетом особенностей данного вида спорта. В связи с этим в динамике

спортивных достижений периодически начинают появляться циклы, характеризующиеся увеличением прироста результатов, обусловленные внедрением новых методических решений проблем подготовки спортсменов.

Практически во всех видах спорта на определенном этапе развития появляются новые способы выполнения соревновательных действий, новые образцы инвентаря, экипировки и оборудования, стимулирующие рост достижений. На основании подобных фактов в динамике спортивных достижений в отдельных видах спорта можно выделить после периода формирования вида спорта циклические изменения прироста спортивных достижений, обусловленные совершенствованием: концепции системы подготовки, средств и методов подготовки, системы соревнований, техники выполнения соревновательных действий, инвентаря, экипировки и оборудования [4].

Начало занятий спортом, связанное с выбором специализации, характеризуется высоким темпом прироста достижений. В дальнейшем по мере приближения к индивидуальному максимуму достижений величина ежегодного прироста результатов постепенно уменьшается.

Во-первых, спортсмены, специализирующиеся в различных видах спорта, свои индивидуальные высшие достижения демонстрируют в разном возрасте, но оптимальные возрастные границы высших достижений в каждом виде спорта достаточно стабильны.

Во-вторых, после начала специализированной подготовки в избранном виде спорта активный прирост индивидуальных результатов продолжается в зависимости от специализации 8-11 лет и достоверно связан с уровнем биологической зрелости спортсменов вне зависимости от пола и избранной специализации.

В-третьих, динамика индивидуальных спортивных достижений зависит от особенностей процессов биологического развития конкретных спортсменов. Она всегда максимальна в первые годы после начала специализированной подготовки в избранном виде спорта.

Профессор С.М. Гордон [1], анализируя величину прироста результатов пловцов, отметил в динамике индивидуальных спортивных достижений своего рода «скачки», периоды, характеризующиеся более значительным по сравнению со средним приростом результатов.

На протяжении всего спортивного стажа таких скачков может быть несколько, но чаще всего 1-2. Первый, как правило, совпадает с завершением пубертатной фазы развития.

Наибольшего роста результатов можно ожидать от тех, кто еще не совершал скачка или совершил лишь один. Относительный уровень результатов, достигнутый в итоге этого скачка, позволяет более или менее достоверно прогнозировать индивидуальный максимум достижений.

Характерно, что при изменении специализации динамика индивидуальных результатов практически повторяет тенденции динамики достижений во время занятий предыдущим видом спорта, но при этом, благодаря более высокому уровню подготовленности, может быть достигнут более высокий относительный уровень результатов (рис. 2) История спорта содержит множество

примеров того, как спортсмены после изменения специализации добивались выдающихся успехов [2].



Рис. 2. Возможная индивидуальная динамика спортивных достижений

В.И. Шапошникова отметила, что прирост результатов в процессе многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов изменяется волнообразно с закономерно повторяющейся периодичностью: в пределах определенного для каждого вида спорта возрастного диапазона прирост возрастает у мужчин через два года на третий, а у женщин - через год на второй [6].

Очевидно, уровень спортивных достижений будет повышаться до тех пор, пока будут сохраняться стимулы совершенствования человеческих возможностей. Волнообразные изменения в многолетней динамике индивидуальных спортивных результатов имеют закономерный характер.

Вероятность периодического увеличения прироста результатов достаточно высока при наличии соответствующих условий, но прогнозирование периода увеличения прироста индивидуальных результатов затруднено [5].

ЛИТЕРАТУРА

- 1 Гордон С.М. Тренировка в циклических видах спорта на основе закономерностей соотношения между тренировочными упражнениями и их эффектом - М., 1986. - 18 с.
- 2 Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник для спец. вузов / - М.: ФГУП «Известия», 2001. - 323 с.
- 3 Суслов Ф.П., Сыч В.Л., Шустин Б.Н. Современная система спортивной подготовки - М.: СААМ, 1995. - 445 с.
- 4 Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория методика физического воспитания и спорта. Часть I. - М.: АСАДЕМА, 2003. - 42 с.
- 5 Чудинов В.И. и Хордин А.В. Возраст и спортивные достижения олимпийцев. - М.: ВНИИФК, 1978. - 76 с.
- 6 Frucht A.H. Die Grenzen menschlichen Leistungsfähigkeit im Sport. - Berlin, 1960. - 125 s.

THE LITERATURE

- 1 Гордон S.M. training in cyclic kinds of sports on the basis of laws of a parity between training exercises and their effect - М, 1986. - 18 with.
- 2 Матвеев L.P. general the theory of sports and its applied aspects: the Textbook for спец. High schools / - М: ФГУП "News", 2001. - 323 with.
- 3 Suslov F.P., the Horned owl of Century Л, Шустин В.N. modern system of sports preparation - М: СААМ, 1995. - 445 with.
- 4 Holodov Z.K., V.S. Teorija's Smiths a physical training and sports technique. I. - М: АСАДЕМА, 2003. - 42 with.
- 5 Chudinov V. I and Хордин A.V. age and achievements in sport of Olympians. - М: ВНИИФК, 1978.-76 with.
- 6 Frucht A.H. Die Grenzen menschlichen Leistungsfähigkeit im Sport. - Berlin, 1960. - 125 s.

PERFECTION OF ACHIEVEMENTS OF SPORTSMEN

Sulejmanova I.F., Gumerov I.I.

ГБОУ ВПО the Bashkir state medical university

Ministry of Health of Russia,

Ufa, Republic Bashkortostan

УДК 796.011.5

СПОРТИВНЫЙ ПАТРИОТИЗМ И ЕГО ВОСПИТАНИЕ

Таскин Роман Игоревич – студент, 3 курс, ЭТФ

Симонова Ирина Михайловна – ст. преп. каф. физвоспитания

Мишневa Светлана Данисовна – ст. преп. каф. физвоспитания

*Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург, Россия*

Аннотация. В статье представлен анализ основных причин и факторов, вынуждающих спортсменов покинуть свои сборные и иммигрировать в другие страны, с целью выступления за них на соревнованиях, а также приведены некоторые способы избежать этого. В результате выявлено, что патриотизм является наиболее эффективным и стимулирующим фактором для спортсменов, позволяющим им добиваться успеха и преодолевать неудачи.

Ключевые слова: спорт, иммиграция, отношения, патриотизм.

Abstract. The article contains analysis of the underlying causes and factors forcing the athletes to leave their teams, and to immigrate to other countries in order to play for them in the competition. Also some ways to avoid this are mentioned. As a result, the patriotism is revealed as the most effective and stimulating factor for athletes, allowing them to achieve success and overcome setbacks.

Index terms: sport, immigration, attitude, patriotism.

В наше время проводится большое количество различных международных соревнований и олимпиад, на которых спортсмены со всего мира выступают за национальные сборные команды. Подавляющее большинство спортсменов защищают честь той страны, в которой они родились, выросли, воспитывались и занимались определённым видом спорта с раннего детства, тренируясь и достигая высоких спортивных результатов. Именно на достижение этих результатов работали команды тренеров и специалистов, а правительство стремилось создать благоприятные условия для их выполнения. Однако в последнее время