

4. Коваленко В.Н., Шуба Н.М. Ревматические болезни: номенклатура, классификация, стандарты диагностики и лечения. Руководство, предназначенное для ревматологов, терапевтов, хирургов, педиатров. – К.: ООО «Катран групп», 2002. – 214 с.
5. Филипенкова Н. А. Особенности современного течения ювенильного идиопатического артрита у детей и подростков (клиника, диагностика, лечение) дисс. канд. мед. наук. – Самара, 2005. –113 с.

Черепанов В. Я., Третьякова Н.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

СИСТЕМА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ, В ДЮСШ

Аннотация: В публикации представлены результаты исследований, полученные в последние несколько лет. Обосновано создание новых систем тренировок для повышения уровня спортивных результатов у спортсменов, специализирующихся в беге на короткие дистанции.

Ключевые слова: Легкая атлетика, спринтерский бег, ДЮСШ.

Бег на короткие дистанции можно охарактеризовать, как дисциплину в легкой атлетике, с наиболее сложной техникой, что объясняет сравнительно медленный прирост спортивных результатов и удлиняет сроки подготовки спринтеров высокой квалификации [2]. Рост спортивных результатов, а также смена лидеров на крупнейших соревнованиях в России влечет за собой постоянный поиск более эффективных технологий, которые помогут оптимизировать тренировочный процесс [1]. Поиск новых резервов совершенствования учебно-тренировочного процесса посредством использования технических средств и новых технологий является весьма актуальной задачей в теории и методике спортивной тренировки, направленной на подготовку легкоатлетов, специализирующихся в спринте. Актуальность данного вопроса обусловлена трудностями, связанными с невозможностью дальнейшего прироста спортивных результатов за счет уже известных средств и методов тренировки [6].

По данной проблеме к настоящему моменту накоплено множество теоретического, методического и экспериментального материала. Согласно Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной 21 ноября 2017 года министром спорта Российской Федерации П.А. Колобковым, студенты

профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования стали получать больше возможностей вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получить доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность российского спорта. В связи с этой концепцией в большинстве нынешних исследований, таких авторов как: А.С. Сидоренко, Д.В. Семенцов, Т.А. Непомнящих, Л.Д. Назаренко [1,3,4,5,], за основу берется массовый студенческий спорт. Однако подготовка молодого спортивного резерва в специализированных спортивных школах и организациях всё еще остается мало изучена.

Некоторые авторы, например Семенцов Д.В., в своих исследованиях отмечают, что для дальнейшего роста спортивных результатов требуется выявление индивидуальных особенностей бегуна, его латентных возможностей и способностей, предрасположенности к данным беговым дистанциям [4].

Назаренко Л.Д., Маркин М.О., Егорова А.А., Романова Ю.Д. в своей работе утверждают, что необходимо постоянно совершенствовать методики подготовки бегунов, выявлять и анализировать основные и дополнительные факторы, влияющие на увеличение скорости преодоления соревновательной дистанции [1].

Из всего выше сказанного можно сделать вывод, что подготовка спортсменов высокой квалификации требует учитывать множество различных факторов. Нужно выстраивать систему тренировок, начиная с детских спортивных школ, т.к. это начальный этап становления спортсмена и от этого будет зависеть дальнейший уровень спортивных результатов бегуна.

С учетом актуальности нашего исследования необходимо решить существующие *противоречия*:

- *В социальном аспекте*: между возрастающими потребностями Сборной команды России по легкой атлетике в большом количестве высококвалифицированных спортсменов, а также спортивного резерва и реальным уровнем подготовки бегунов, специализирующихся на короткие дистанции;

- *В теоретическом аспекте*: между необходимостью создания новых методик выявления и подготовки спортсменов-спринтеров в детских спортивных школах и уровнем теоретической и практической разработанности уже имеющихся систем;

- *В практическом аспекте*: между важностью внедрения новых технологий в процесс тренировочной подготовки бегунов и уровнем готовности спортивных школ и учреждений внедрить эти технологии.

Выявленные противоречия позволяют определить проблему исследования, которая состоит в необходимости научного обоснования и

разработки системы повышения уровня подготовки спринтеров в детских спортивных школах, включающая в себя соответствующий комплекс педагогических условий.

Учитывая все вышеперечисленное, нами была определена тема исследования «Система повышения уровня подготовки спортсменов, специализирующихся в беге на короткие дистанции, в ДЮСШ», которая определяет дальнейший поиск путей решения определенной нами проблемы.

Библиографический список

1. Назаренко Л.Д. Особенности совершенствования техники бега на короткие дистанции/ Назаренко Л.Д., Маркин М.О., Егорова А.А., Романова Ю.Д. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2016. Т. 11. № 4. С. 37-44.
2. Назаренко Л.Д. Педагогические условия повышения результативности бега на короткие дистанции/ Назаренко Л.Д., Катенков А.Н., Анисимова Е.А. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2016. Т. 11. № 1. С. 77-86.
3. Непомнящих Т.А. Содержание поэтапной подготовки легкоатлетов-новичков, занимающихся в студенческой секции спринтерского бега/ Непомнящих Т.А., Горская И.Ю., Харитонов Л.Г. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 10 (164). С. 241-247.
4. Семенцов Д.В. Педагогические условия повышения скорости бега на короткие дистанции/ Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2015. Т. 10. № 2. С. 150-156.
5. Сидоренко А.С. Обучение студентов вузов технике спринтерского бега на основе методики совершенствования внутрициклового строения бегового шага: диссертация /Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. Санкт-Петербург, 2004. 138 стр.
6. Федоров В.И. Повышение эффективности подготовки легкоатлетов-спринтеров на основе использования специальных упражнений циклического характера с выраженной асимметрией силового воздействия /Федоров В.И., Чикуров А.И., Радаева С.В. Вестник Томского государственного университета. 2012

Шумихин С.В.

МБУ ДО «Детско – юношеский центр»
г. Екатеринбург, Россия

КАТА КОБУДО КАК ОДНО ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ВОСТОЧНЫХ БОЕВЫХ ЕДИНОБОРСТВ В СОВРЕМЕННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЯХ

Аннотация. Ката Кобудо занимает одно из ведущих мест в каратэ Кобудо и является соревновательной дисциплиной. Регулярные изучения ката способствуют не только формированию навыков здорового образа