

Для измерения специальной мышечной силы спортсменов, садясь на седло велосипеда, воздействует на него своим весом и тем самым замыкает контактный датчик, в результате включается индикатор, который информирует о нагрузке седла. Затем спортсмен прилагает ногами усилия к педалям, установленным в соответствующем положении, которые через тягу передаются на динамометр и фиксируются.

При измерении усилий в другой точке траектории перемещения педали ее устанавливают в соответствующей точке и с помощью зацепа закрепляют тягу с подседельным узлом и проводят измерения усилий, как описано выше.

Разработанный стенд позволяет измерять усилия спортсменов на велосипеде, на котором он тренируется. Стенд обеспечивает контроль за правильностью выполнения заданий и измерения усилий в различных точках траектории движения педали.

ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В ЛЕТНЕМ ТРУДОВОМ СЕМЕСТРЕ

ТИТОВ Л.М.

/Витебский ордена Дружбы народов медицинский институт/

Важными чертами работы физоргов являются их самостоятельность, инициатива, активная помощь местным коллективам физкультуры, формы этой работы разнообразны: проведение УТГ, оздоровительного бега, обучение плаванию, турпоходы, спартакиады по многоборью ГТО, соревнований внутри стройотрядов, групп практики по спортивным играм, матчевые встречи с бойцами других ССО, медицинскими и аптечными работниками, совместные тренировки с рабочей и сельской молодежью, школьниками.

Только за последние два года в летнем трудовом семестре ФОР и СМР было охвачено 2187 студентов в 29 ССО, на 25 базах летней производственной практики. За это время нормы ГТО сдали 960 человек, спортивные разряды выполнили или подтвердили 388 студентов. Проведено 324 спортивные встречи, 58 спартакиад, выпущено 685 спортивных газет и молний, сельским школам подарено 36 спортивных стендов, отремонтировано 63 спортплощадки. Опыт работы был обобщен в спортивном плакате "Спортивный семестр студентов ВОДНМИ", представленном на областном и республиканском конкурсах.

Анализ работы позволяет определить основные направления ее совершенствования. Это, в частности, более тщательный подбор физоргов, разнообразие форм их учебы, совершенствование учетно-отчетной документации, включение ФОР и СМР студентов в летнем трудовом семестре в раздел общественно-политической практики, организация такой работы в студенческих сельхозотрядах.

ХАРАКТЕРИСТИКА НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНТОВ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

ТИТОВ Е.Т., ГРИШЕЧКИН М.В.

/ Гомельский кооперативный институт /

В задачу наших исследований входило изучение роли индивидуального подхода с опорой на отстающее двигательное качество в учебном процессе академических групп подготовительного отделения. Под наблюдением находилось 4 группы студентов, общей численностью 70 человек. Три из них являлись экспериментальными. На каждом занятии в течение 20 минут студенты рабстали над развити-