

2) после стимуляции испытуемых высота прыжка у них вернулась к уровню, показанному до тренировки;

3) результаты прыжков контрольной группы после отдыха в среднем составили 78% от прыжков до тренировки.

На основании вышеизложенного следует сделать вывод о целесообразности использования электромагнитной стимуляции для целей срочной реабилитации после интенсивной мышечной работы.

ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИГРОВИКОВ

БОНДАРЬ А.И., КРУТИКОВ А.В., ВОЛЫНКО В.В.
/Белорусский государственный институт физической культуры, Рессовет ВДФСО профсоюзов БССР, Белорусский государственный университет им. В.И. Ленина/

Спортивная практика настоятельно требует изучения факторов тренировочных воздействий, с помощью которых можно получать модели нужных заранее известных ответных состояний спортсмена, и на их основе составлять программу управления тренировочным процессом.

Эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх в значительной степени определяется уровнем развития силовых, скоростно-силовых и координационных способностей спортсменов. Отсюда, цель настоящего исследования состоит в определении значимости и особенностей в зависимости от спортивной специализации.

В исследовании принимали участие студенты БГОИТК в возрасте 17-18 лет, специализирующиеся в футболе и баскетболе (I разряд, КМС), составляющие ближайший резерв команд мастеров ГТИ

и "Динамо". Исследовались мышечные группы, являющиеся ведущими в обеспечении соревновательной деятельности данных специализаций. Определялись следующие показатели, характеризующие уровень развития силовых: абсолютная и относительная сила; скоростно-силовых: абсолютные и относительные значения импульса силы (за 0,2 с); координационных: отмеривание 50% абсолютной силы, способностей по методике А.В. Коробкова и И.Г. Черняева (1933) в модификации Б.М. Рыбалко (1966).

Установлено, что показатели абсолютного и относительного значения импульса силы мышц сгибателей кисти и разгибателей предплечья имеют положительную корреляционную взаимосвязь с эффективностью выполнения передач мяча на дальнее расстояние и бросков из-за 6-метровой линии у баскетболистов ($r = 0,46-0,51$). Все силовые и скоростно-силовые характеристики мышц разгибателей бедра и подошвенных сгибателей стопы достоверно взаимосвязаны с эффективностью борьбы за отскок и спорный мяч ($r = 0,53-0,59$). Точность дифференцировки силовых усилий мышцами верхних конечностей баскетболистов коррелирует с точностью выполнения штрафных бросков, бросков со средней и дальней дистанций, передач мяча ($r = 0,54-0,67$).

Относительные показатели силы мышц разгибателей бедра, голени и сгибателей туловища у футболистов определяют эффективность игры головой и отбора мяча ($r = 0,51-0,56$). Точность выполнения длинных передач, ударов по воротам и отбора мяча, а также эффективность скоростно-силовых действий без мяча взаимосвязана с абсолютными и относительными значениями импульса силы мышц разгибателей бедра и голени ($r = 0,47-0,56$). Эффективность ведения, передачи и приема мяча у футболистов зависит от точности дифференцирования мышечных усилий разгибателями голени ($r = 0,58-0,70$).

Таким образом выявлено определяющее значение отдельных показателей силовых, скоростно-силовых и координационных способностей для эффективного выполнения технических приемов спортсменами-игровиками. Различная значимость исследуемых показателей у баскетболистов и футболистов объясняется спецификой вида спорта.

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
В ВУЗЕ

БОГИСОВ И.М., ШВАН Р.Р.

/Рижский институт инженеров гражданской авиации/

В работе поставлены задачи раскрыть содержание педагогической деятельности преподавателя физического воспитания в вузе и сопоставить характеристики его идеальной и реальной моделей. С этой целью в 1987 году проведено анкетирование 99 преподавателей вузов Литовской ССР и 600 студентов I и IV курсов Рижского института инженеров гражданской авиации.

Полученные данные выявили: вполне удовлетворительное отношение преподавателя к своей работе (81,5% опрошенных); главную программу проведения занятий (тренировать, принимать контрольные нормативы и готовить студентов к успешному выступлению в соревнованиях - 100% респондентов); ведущую форму занятий - общую физическую подготовку (92%); основные педагогические задачи, направленные на общее физическое развитие студентов, интересное проведение занятий, формирование жизненно важных навыков и умений, подготовку студентов к успешной сдаче норм, воспитание личностных качеств; главные педагогические