

к сфере профессиональной деятельности.

В процессе физического воспитания особого внимания требует формирование духовной сферы личности студента, его сознания и самосознания. Необходимо становление такого профессионального сознания будущего специалиста, в структуре которого ценности физической культуры актуализированы, системно организованы и определяют его активную позицию в здоровом образе жизни, профессиональном совершенствовании, общественно-политической деятельности и воспитательной работе. Для решения задач подлинно воспитывающего обучения от преподавателя требуется более высокий не только "предметный", но и социально-психологический уровень педагогической деятельности, учет диалектического единства общего, особенного и единичного. Общее характеризует социально-психологическую обусловленность воспитательной системы; особенное определяется педагогическими отношениями; возникающими в учебно-воспитательном процессе, профилем подготовки и этапом обучения специалиста; единичное раскрывает методику воспитания и обучения, учитывающую индивидуальность личности и обеспечение ее перспективной программой физического самовоспитания и самосовершенствования.

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В СИСТЕМЕ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКОЙ

ВИТОВКИН В.А., ДАВИДЕНКО Д.Н., ЗАБУЛИКА М.Е.

/Брестский педагогический институт
Институт физической культуры им. П.Ф. Лесгафта
Кишиневский государственный институт/

Вопросы управления функциональными возможностями человека являются актуальными не только в медицине и спорте, но и во многих областях, связанных с обучением, приобретением тех или

ных навыков, адаптацией к различного рода условиям и т.д.

Процесс управления спортивной тренировкой можно рассматривать как частный случай управления сложными динамическими системами, в которых управляющей является система "тренер-врач-психолог", а управляемой - "спортсмен". При этом обязательным условием эффективного управления тренировочным процессом является наличие в управляющей системе модели объекта, а также модели программы тренировочных воздействий. Для этого нами были разработаны модельные характеристики спортсменов различной квалификации, установлены количественные критерии и зависимости, связывающие такие важные параметры, как объем, интенсивность и направленность воздействия, применяемых средств и методов.

Сложность разработки функциональных моделей обусловлена большой вариативностью параметров вегетативных и двигательных функций, определяющих гомеостатическое регулирование в состоянии мышечного покоя и сложное регулирование адаптивных реакций в процессе выполнения физических нагрузок. Трудность заключалась в существовании многообразных вариантов регулирования даже у спортсменов одинаковой квалификации. Это объясняется тем, что любая функция двигательной или вегетативной сферы имеет большую вариативность параметров, ее обеспечивающих.

Полученные статистические показатели специальных тренировочных нагрузок и модельные характеристики функционального состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) и ее регуляторных механизмов спортсменов различной степени подготовленности позволили создать и апробировать систему управления подготовкой фехтовальщиков и пловцов.

В соответствии с предложенной системой была разработана модель управления, где были определены цель, задачи и конечный

результат физической и функциональной подготовленности спортсменов. Затем, назначая определенные упражнения, дозированные по времени и темпу выполнения, задавалось определенное состояние организма тренирующихся, динамика которого контролировалась путем сравнения исходных, текущих и поэтапных состояний с запланированными модельными характеристиками.

Для обеспечения высокой работоспособности и спортивного результата использовались модельные характеристики сердечного ритма, как ориентир уровня функционирования ССС и ее регуляторных механизмов. При этом отклонение от модельных характеристик в нескольких нагрузках указывало на ухудшение состояния организма и явну вероятность снижения спортивного результата.

К МЕТОДИКЕ УПРАВЛЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ФЕХТОВАЛЬНОМ СПОРТЕ

ВИТОШКИН В.А., ДОБРОЛИНСКИЙ И.Н.
/Брестский педагогический институт/

Управление тренировочным процессом представляет собой процесс, оптимизирующий и направляющий деятельность спортсмена на достижение высокого результата с минимальной затратой энергии, в минимально короткий срок. (В.С. Келлер, Д.А. Тышлер, 1972; Н.Г. Озолин, 1975; В.П. Фильин, 1976 и др.).

Для фехтования характерно широкое многообразие боевых ситуаций. Успешное выступление на соревнованиях в этом виде спорта, как и в других видах спортивного единоборства, зависит не только от технического и тактического мастерства, но и от умения распределить свои силы во время длительной работы. Это