

феномен Сеченова, реализуют свое влияние принципиально иным путем - улучшая адаптационные возможности упражнений.

Есть основания считать, что возникающий в результате использования ДП тренирующий эффект является проявлением деспециализирующего влияния, свойственного этим воздействием (Э.Г.Бунич, 1982). Улучшая адаптацию к мышечной деятельности, ДП создает ситуацию, в которой организм восстанавливает утраченную им в неблагоприятных условиях работы способность развивать тренировочный эффект в процессе систематически повторяющихся физических нагрузок.

МЕТОДИКА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ НА ОДНОРОДНЫЕ УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ

КОЛОС В.М., ЕВТЕЕВ В.Н.

/Минский радиотехнический институт/

Одной из важных задач учебного процесса по физическому воспитанию в вузе является выбор соотношения объемов тренировочных средств в зависимости от исходной подготовленности занимающихся и на этой базе обеспечение всесторонней физической подготовки студентов, согласно требований комплекса ГТО.

Выбор оптимальных тренировочных средств находится в тесной взаимосвязи с однородностью показателей уровня развития физических качеств в одной учебной группе. Чем ниже значения зарегистрированных результатов в отдельных видах программы, тем больше времени требуется на ликвидацию их отставания.

Эксперимент, проведенный в естественных условиях соревновательной деятельности студентов учебных групп факультета электро-связи МРТИ, предусматривал объективность полученных данных. Су-

дейские бригады по каждому виду программы были созданы из преподавателей кафедры, не работающих на этом факультете.

Результаты статистической обработки представлены на мужской части испытуемых, так как среди женщин зарегистрированы аналогичные результаты. В это число не включены лица, не умеющие плавать, или отнесенные врачом к специальной медицинской группе.

Нормативы четырех видов легкоатлетической программы комплекса ГТО, куда мы условно отнесли и подтягивание на высокой перекладине, выполнили 9,3% от общего количества студентов факультета, три вида - 15,1%, два вида - 25,6%, один вид - 23,3% и ни одного вида - 9,3%. Коэффициент вариации, выявленный по видам программы, свидетельствует об однородности результатов на факультете в беге на 100 м - $V = 5,69\%$ и 3000 м - $7,26\%$. В метании гранаты и подтягивании на высокой перекладине однородность в показателях отсутствует. В первом случае $V = 16,0\%$, а во втором - $42,2\%$. Подобные результаты наблюдаются в различной вариации и в учебных группах, что создает определенные трудности в выборе оптимальных средств и объемов нагрузок с учетом комплексного развития физических качеств.

На основании полученных результатов было принято решение создать шесть учебных групп. В "сильную" были зачислены студенты, сдавшие все 4 норматива легкоатлетической программы комплекса ГТО. В "слабую" - не сдавшие ни одного вида, а все остальные студенты, в зависимости от отставания по различным видам программы, были определены в "скоростную", "скоростно-силовую", "силовую" и группу для развития выносливости.

Для рассеивания студентов в группы разработана перцентильная шкала, нижняя граница которой соответствует минимальному результату, зарегистрированному среди студентов института, а мак-

симальный результат находится на уровне III спортивного разряда. Показатели разбиты на 5 классов - высокие, выше средних, средние, ниже средних, низкие.

Комплектуя однородные группы, особое внимание следует уделить показателям в метании гранаты и в подтягивании на перекладине. В первом случае классовый промежуток, характеризующий однородность группы, может варьировать в пределах 6,5 метра, а во втором - не более 3 подтягиваний.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ
В ИНДИВИДУАЛЬНЫХ И КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА
(на примере водного поло и плавания)

КОМАРОВ И.Л.

/Минский государственный педагогический институт им. А.М. Горького/

ХОЖЕМПО С.В.

/Белорусский государственный ордена Трудового Красного Знамени институт физической культуры/

В качестве гипотезы выдвинуто предположение о том, что существуют различия в структуре личности спортсмена и они обусловлены спецификой организации совместной спортивной деятельности в различных видах спорта (командные и индивидуальные).

Для доказательства гипотезы предпринята попытка решить следующую задачу:

Выявить отличительные особенности выраженности морально-психологических качеств личности с отклоняющимся поведением спортсменов в индивидуальных и командных видах спорта (на примере плавания и водного поло).

Для решения задачи применялась анкета нормированного ранжирования. Использование данной анкеты позволило выявить уровень