

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ НА ЭТАПАХ НАЧАЛЬНОЙ И УГЛУБЛЕННОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

**Трофимович И.И.**

Гомельский
государственный
университет
им. Ф. Скорины

**Наршкин А.Г.**

канд. пед. наук, доцент,
Гомельский
государственный
университет
им. Ф. Скорины

**Канаш О.Н.**

Гомельский
государственный
университет
им. Ф. Скорины

**Зиновенко К.А.**

Гомельский
государственный
университет
им. Ф. Скорины

В статье проанализированы особенности совершенствования физических качеств юных спортсменов, занимающихся легкой атлетикой в специализированных по спорту классах на этапах начальной и углубленной спортивной специализации. Полученные данные свидетельствуют о невысоких темпах прироста показателей как в отдельных физических качествах, так и общем уровне физической подготовленности у юных легкоатлетов вследствие использования в современной практике спортивной подготовки постепенно устаревающих программ для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва и отсутствия подобных программ для занимающихся легкой атлетикой в специализированных по спорту классах.

Ключевые слова: легкая атлетика; этап подготовки; физические качества; специализированные по спорту классы; контрольные упражнения; специализированные учебно-спортивные учреждения.

DYNAMICS OF PHYSICAL FITNESS INDICATORS OF YOUNG TRACK-AND-FIELD ATHLETES AT THE STAGES OF PRIMARY AND ADVANCED SPORTS SPECIALIZATION

The features of physical qualities improvement in young track-and-field athletes at the stages of primary and advanced sports specialization are analyzed in the article. The data obtained indicate low rates of growth of indicators both in individual physical qualities and in the general level of physical fitness in young track-and-field athletes due to the use in modern practice of sports training gradually outdated programs for specialized educational and sports institutions and schools of the Olympic reserve and absence of such programs for athletics in specialized sports classes.

Keywords: track-and-field athletics; preparation stage; physical qualities; specialized sports classes; control exercises; specialized educational and sports institutions.

■ Введение

Развитие спорта высших достижений и решение задач, возникающих в процессе подготовки квалифицированных легкоатлетов, тесно взаимосвязаны с детско-юношеским спортом и спортивным резервом, поэтому на современном этапе исследования в области совершенствования теории и методики детского и юношеского спорта не теряют своей актуальности.

В Республике Беларусь данной проблеме уделяется очень большое внимание, так как без рациональной физической подготовки с юного возраста практически невозможно было бы рассчитывать на высокие результаты в более зрелом возрасте. Непосредственно сам процесс физической подготовки мальчиков и девочек, занимающихся легкой атлети-

кой, начинается с младшего школьного возраста [1] и проводится в специализированных спортивных учреждениях (в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ); специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва (СДЮШОР); центрах олимпийского резерва (ЦОР). Кроме того, в последнее время на территории нашей страны все чаще наблюдается тенденция к организации учебно-тренировочного процесса с использованием такой формы занятий спортом, как специализированные по спорту классы, которые создаются в целях подготовки спортсменов высокого класса в условиях рационального сочетания учебно-тренировочного и образовательного процессов [2, 3].

Как показывает современная практика, многолетняя подготовка спортсменов с использованием дан-

ной формы занятий в основном охватывает этапы начальной и углубленной спортивной специализации. Вопросы физической подготовки юных легкоатлетов на данных этапах являются очень важными при построении учебно-тренировочного процесса, ведь от того, насколько правильно и разумно они будут решаться, зависит дальнейшее развитие физических качеств, технического мастерства и рост спортивных результатов у спортсменов.

Ряд авторов в своих трудах [4–10] научно обосновывают основные положения детско-юношеского спорта, предлагая эффективные средства и методы спортивной подготовки юных спортсменов. Кроме того, для целенаправленной многолетней подготовки легкоатлетов на территории Республики Беларусь используют программы для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва по отдельным видам легкой атлетики [11, 12]. Однако проведенный нами анализ научно-методической литературы позволил выявить некоторые особенности, возникающие при физической подготовке юных легкоатлетов:

- используемые программы по отдельным видам легкой атлетики постепенно устаревают (программы изданы в период с 2007 по 2009 год);
- данные программы, предназначенные для подготовки спортсменов учебных групп, занимающихся в условиях, предложенных специализированными учебно-спортивными учреждениями, используются и при подготовке юных спортсменов, занимающихся в специализированных по спорту классах, условия в которых в значительной степени отличаются друг от друга [13, 14];
- имеющиеся в литературных источниках сведения о совершенствовании физических качеств юных легкоатлетов на этапах начальной и углубленной спортивной специализации занимающихся в условиях специализированных по спорту классах раскрыты недостаточно.

Выявленные факторы обуславливают дальнейшее направление нашей работы.

■ **Цель исследования** – выявить особенности совершенствования физических качеств юных спортсменов 10–16 лет, занимающихся легкой атлетикой в специализированных по спорту классах, на основе анализа динамики контрольно-переводных нормативов.

■ **Результаты исследования и их обсуждение**

Проведенное нами исследование было направлено на выявление особенностей совершенствования физических качеств юных спортсменов, занимающихся легкой атлетикой на этапах начальной и углубленной спортивной специализации в условиях, предлагаемых специализированными по спорту классами. Анализировались результаты контрольно-переводных нормативов, показанные юными спортсменами на протяжении этапов начальной и углубленной спортивной специализации (занятия легкой

атлетикой в специализированных классах в среднем охватывают этот временной период). Данные нормативы включены в содержание учебных программ по отдельным видам легкой атлетики и утверждены тренерским советом специализированных учебно-спортивных учреждений, в которых юные спортсмены проходили подготовку. Для более детального изучения данной проблемы результаты, показанные спортсменами, занимающимися в специализированных по спорту классах (спорт. класс), сравнивались с результатами спортсменов, проходящих подготовку в учебно-тренировочных группах (УТГ) специализированных учебно-спортивных учреждений за аналогичный период. Отдельному сравнению подвергались результаты как у мальчиков, так и у девочек. Также следует отметить, что подготовка всех спортсменов, участвующих в исследовании, проводилась с учетом дальнейшей ориентации в скоростно-силовые виды легкой атлетики (спринт, прыжки).

Полученные в ходе исследования результаты у легкоатлетов-мальчиков, представлены в таблице 1.

Анализ полученных данных за первый год спортивной подготовки легкоатлетов-мальчиков свидетельствует о том, что общие показатели по физической подготовке в обеих группах находятся на удовлетворительном уровне (3,90 и 3,79 балла), однако более высокий уровень подготовленности наблюдается у спортсменов, занимающихся в специализированных по спорту классах (разница в 0,11 балла).

Сравнивая между собой результаты по отдельным физическим качествам у юных спортсменов обеих групп, можно заметить, что их показатели заметно отличаются друг от друга. Оценки в таких контрольных упражнениях, как «Бег 20 м», «Прыжок в длину», «Бег змейкой 10 м», «Прыжок вверх» (т. е. в тестах, которые соответствуют специфике будущей спортивной специализации) гораздо выше у мальчиков, занимающихся в специализированных по спорту классах. Согласно Главе 2 положения о специализированных по спорту классах [15], к наиболее важной особенности формирования данных классов следует отнести проведение предварительного отбора, который направлен на выявление перспективных спортсменов из числа посещающих специализированные учебно-спортивные учреждения (СУСУ) и достигших лучших показателей при выполнении контрольно-вступительных нормативов, либо же имеющих лучшие результаты на спортивных соревнованиях. Таким образом, к дальнейшей спортивной подготовке на этапах начальной спортивной специализации и углубленной спортивной специализации в условиях специализированных по спорту классов допускаются наиболее перспективные из воспитанников ДЮСШ; СДЮШОР; ЦОР [16,17], в то время как в учебно-тренировочные группы СУСУ зачисляются спортсмены, которые не изъявили желания обучаться в специализированных по спорту классах, либо те,

которые по результатам контрольных испытаний не смогли попасть в данные классы.

Именно данная особенность, на наш взгляд, оказывает свое влияние на результаты, показанные спортсменами специализированных по спорту классов на данном этапе.

Также необходимо отметить, что уровень оценок при выполнении практически каждого упражнения спортсменами обеих групп оставляет желать лучшего. Так, лишь результаты, показанные в беге на 20 м (4,01 балла) и в беге змейкой на 10 м (4,43 балла) у мальчиков, занимающихся в специализированных по спорту классах, а также результаты в беге змейкой на 10 м (4,07 балла) и пятиминутном беге (4,12 балла) у мальчиков, занимающихся в учебно-тренировочных группах, соответствуют оценке «хорошо», в то время как результаты в остальных контрольных упражнениях соответствуют лишь удовлетворительной оценке.

Проведя анализ результатов, показанных юными спортсменами в конце второго года спортивной подготовки, можно увидеть, что отличия в средних показателях оценки физической подготовленности по всем упражнениям стали более выраженными (разница между первой и второй группами составила 0,21 балла). И если улучшения в результатах,

достигнутых к концу первого года подготовки, еще можно было бы связать с более высоким исходным уровнем физической подготовленности, которым обладают юные спортсмены в результате предварительного отбора в специализированные по спорту классы, то большему приросту в результатах в конце второго года у занимающихся в данных классах, по нашему мнению, способствовали отличительные особенности построения тренировочного процесса. Детальный анализ среднегрупповых показателей в каждом упражнении свидетельствует об улучшении в результатах по сравнению с прошлым годом в обеих исследуемых группах. У мальчиков, проходящих подготовку в специализированных по спорту классах, результаты 5 из 7 тестов соответствуют оценке «хорошо», общий уровень физической подготовленности по группе также достиг хорошего уровня (4,13 балла). В учебно-тренировочных группах оценке «хорошо» соответствуют результаты 4 из 7 тестов, однако общий уровень физической подготовленности все также остался на удовлетворительном уровне (3,92 балла).

К концу этапа начальной спортивной специализации (третий год подготовки) у юношей, занимающихся в специализированных по спорту классах, во всех упражнениях результаты соответствуют оценке

Таблица 1. – Оценки за контрольно-переводные нормативы по физической подготовке, показанные легкоатлетами-мальчиками за исследуемый период

Группа / год обучения	Контрольные упражнения								Оценка уровня физической подготовленности
	Бег 20 м (балл)	Прыжок в длину (балл)	Подтягивание на перекладине (балл)	Бег змейкой 10 м (балл)	Прыжок вверх (балл)	Наклон вперед из положения сидя (балл)	Бег 5 мин (балл)	Средний балл	
Спорт. класс / 1 год	4,01	3,76	3,60	4,43	3,79	3,82	3,92	3,90	Удовлетворительный
УТГ / 1-й год	3,68	3,54	3,68	4,07	3,50	3,94	4,12	3,79	Удовлетворительный
Спорт. класс / 2-й год	4,19	3,97	3,89	4,62	4,00	4,09	4,17	4,13	Хороший
УТГ / 2-й год	3,80	3,67	3,98	4,19	3,61	4,02	4,21	3,92	Удовлетворительный
Спорт. класс / 3-й год	4,28	4,20	4,29	4,70	4,27	4,25	4,42	4,34	Хороший
УТГ / 3-й год	3,95	3,81	4,09	4,36	3,83	4,15	4,44	4,09	Хороший
Спорт. класс / 4-й год	4,43	4,49	4,52	4,77	4,58	4,26	4,44	4,49	Хороший
УТГ / 4-й год	4,18	4,03	4,31	4,47	4,02	4,17	4,49	4,23	Хороший
Спорт. класс / 5-й год	4,52	4,56	4,57	4,81	4,63	4,28	4,45	4,54	Хороший
УТГ / 5-й год	4,20	4,06	4,35	4,51	4,04	4,18	4,50	4,26	Хороший

«хорошо», общий уровень физической подготовленности также оценивается как хороший и достигает показателя в 4,34 балла. У юношей, проходящих подготовку в учебно-тренировочных группах специализированных учебно-спортивных учреждений, результаты 4 тестов оцениваются на оценку «хорошо», в то время как оставшиеся 3 упражнения – на «удовлетворительно». Общий уровень физической подготовленности к концу этапа также достиг хорошего уровня (4,09 балла), при этом разница в средних показателях оценки общей физической подготовленности на данном этапе составила 0,25 балла между двумя группами.

К концу четвертого года у юношей, занимающихся в специализированных по спорту классах, показатели в некоторых контрольных упражнениях достигли заметных улучшений в сравнении с прошлым годом. Так, при выполнении упражнения «Прыжок в длину» результат улучшился на 0,29 балла; при пробегании 20 м с высокого старта результат улучшился на 0,15 балла; в упражнении «Сгибания и разгибания рук в висе на перекладине» улучшения составили 0,23 балла; в упражнении «Бег змейкой 10 м» результат увеличился на 0,07 балла, а в упражнении «Прыжок вверх» – на 0,31 балла. Результаты в упражнениях «Наклон вперед из положения сидя» и «Бег 5 минут» изменились незначительно, на 0,01 и 0,02 балла соответственно. Общий уровень физической подготовленности улучшился в сравнении с прошлым годом и достиг 4,49 балла. Схожая ситуация наблюдается и у мальчиков, занимающихся в учебно-тренировочных группах, где результаты всех упражнений стали соответствовать хорошей оценке. Результат в беге на 20 м увеличился на 0,23 балла; в прыжках в длину с места – на 0,22; в упражнении «Сгибания и разгибания рук в висе на перекладине» – на 0,22 балла; в беге змейкой на 10 м – на 0,11 балла; в упражнения «Прыжок вверх» – на 0,19. Также самый незначительный прирост наблюдался в упражнениях «Наклон вперед из положения сидя» (результат увеличился на 0,02 балла) и «Бег 5 минут» (улучшения составили 0,05 балла). Общий уровень физической подготовленности достиг показателя в 4,23 балла. Данная динамика, на наш взгляд, обусловлена включением в тренировочный процесс большей по объему (в сравнении с предыдущим периодом) специальной физической, технической и тактической подготовки, соответствующей будущей узкой специализации в легкой атлетике. Разница в среднегрупповых показателях за третий год подготовки достигла 0,26 балла, при этом уровень физической подготовленности в обеих группах оценивается как «хороший».

Результаты контрольных упражнений, показанные спортсменами обеих групп в конце пятого года подготовки, свидетельствуют о сохранении тенденции к улучшению показателей во всех контрольных упражнениях. Уровень физической подготовленности

к концу пятого года подготовки у спортсменов, занимающихся в специализированных по спорту классах, достиг отметки в 4,54 балла, а у спортсменов учебно-тренировочных групп – 4,26 балла. В обеих группах общий уровень физической подготовленности соответствует хорошей оценке, разница среднегрупповых показателей достигла 0,28 балла.

Анализ среднегрупповых оценок контрольно-переводных нормативов легкоатлетов-девочек за весь период исследования, представленных в таблице 2, позволил выявить у них практически схожую с легкоатлетами-мальчиками динамику прироста результатов.

Так, у девочек, проходящих подготовку в специализированных по спорту классах, к концу первого года подготовки общий уровень физической подготовленности находится на более высоком уровне, чем у занимающихся в учебно-тренировочных группах (разница в 0,12 балла). Результаты, показанные девочками, занимающимися в специализированных по спорту классах, в таких упражнениях, как «Бег 20 м» (4,17 балла), «Бег змейкой 10 м» (4,44 балла), «Наклон вперед из положения сидя» (4,31 балла) имеют оценку «хорошо», результаты остальных упражнений оцениваются на «удовлетворительно». Общий показатель физической подготовленности в данной группе соответствует оценке «хорошо» (4,06 балла). В учебно-тренировочных группах на хорошую среднегрупповую оценку были выполнены упражнения «Бег змейкой 10 м» (4,60 балла), «Наклон вперед из положения сидя» (4,38 балла) и «Бег 5 минут» (4,02 балла), при этом среднегрупповой показатель физической подготовленности находится на удовлетворительном уровне (3,94 балла).

К концу второго года подготовки у девочек, принимавших участие в нашем исследовании, разница в средних показателях оценки физической подготовленности возросла и достигла 0,18 балла, при этом детальный анализ среднегрупповых показателей каждого упражнения свидетельствует об улучшении в результатах по сравнению с прошлым годом. Так, у девочек, занимающихся в специализированных по спорту классах, показатели 6 из 7 упражнений соответствуют оценке «хорошо», при этом общий уровень физической подготовленности составил 4,21 балла и также оценивается на «хорошо». В учебно-тренировочных группах результаты 3 из 7 тестов соответствуют хорошей оценке, однако прирост показателей по всем тестам способствовал повышению общего уровня физической подготовленности, который также достиг отметки «хорошо» (4,03 балла).

На момент завершения этапа начальной спортивной специализации (конец третьего года подготовки) у девочек, занимающихся в специализированных по спорту классах, результаты всех контрольных упражнений соответствовали хорошей оценке, общий уровень физической подготовленности достиг показателя в 4,37 балла. В учебно-тренировочных группах

Таблица 2. – Оценки за контрольно-переводные нормативы по физической подготовке, показанные легкоатлетами-девочками за исследуемый период

Группа / год обучения	Контрольные упражнения								Оценка уровня физической подготовленности
	Бег 20 м (балл)	Прыжок в длину (балл)	Сгибания и разгибания рук в упоре лежа (балл)	Бег змейкой 10 м (балл)	Прыжок вверх (балл)	Наклон вперед из положения сидя (балл)	Бег 5 мин (балл)	Средний балл	
Спорт. класс / 1-й год	4,17	3,83	3,97	4,44	3,76	4,31	3,99	4,06	Хороший
УТГ / 1-й год	3,87	3,53	3,84	4,60	3,40	4,38	4,02	3,94	Удовлетворительный
Спорт. класс / 2-й год	4,29	3,99	4,16	4,57	3,95	4,40	4,11	4,21	Хороший
УТГ / 2-й год	3,96	3,64	3,95	4,66	3,51	4,46	4,08	4,03	Хороший
Спорт. класс / 3-й год	4,37	4,15	4,33	4,66	4,23	4,52	4,38	4,37	Хороший
УТГ / 3-й год	4,04	3,87	4,06	4,73	3,66	4,60	4,21	4,16	Хороший
Спорт. класс / 4-й год	4,52	4,36	4,48	4,73	4,46	4,55	4,41	4,50	Хороший
УТГ / 4-й год	4,22	4,00	4,16	4,80	3,90	4,62	4,25	4,27	Хороший
Спорт. класс / 5-й год	4,60	4,45	4,57	4,80	4,51	4,57	4,42	4,56	Хороший
УТГ / 5-й год	4,25	4,06	4,20	4,84	3,96	4,64	4,28	4,31	Хороший

результаты юных спортсменок в 6 из 7 упражнений соответствовали оценке «хорошо», общий уровень физической подготовленности также увеличился по сравнению с прошлым годом и составил 4,16 балла. Разница в показателях физической подготовленности между двумя группами на данном этапе достигла 0,21 балла, при этом физическая подготовленность в обеих группах соответствует хорошему уровню.

В конце четвертого года подготовки уровень общей физической подготовленности у девушек, занимающихся в специализированных по спорту классах, достиг показателя в 4,50 балла (оценка «хорошо»); в учебно-тренировочных группах данный показатель достиг отметки в 4,27 балла (также оценка «хорошо»). Разница в среднegrupповых показателях на данном этапе составила 0,23 балла. Так же, как и у мальчиков, результаты, показанные девочками обеих групп в упражнениях «Прыжок в длину», «Бег 20 м», «Сгибания и разгибания рук в упоре лежа на перекладине», «Бег змейкой 10 м», «Прыжок вверх» подверглись заметным улучшениям за счет включения, по нашему мнению, в тренировочный процесс больших по объему средств специальной физической, технической и

тактической подготовки, направленных на развитие избранной специализации в легкой атлетике.

Так же, как и у юношей, среднegrupповые результаты контрольных испытаний, показанные девушками в конце пятого года подготовки, увеличились. Физическая подготовленность у девушек, занимающихся в специализированных по спорту классах, достигла отметки в 4,56 балла, что соответствует хорошему уровню, а у девушек, занимающихся в учебно-тренировочных группах, уровень физической подготовленности достиг отметки в 4,31 балла и также оценивается как хороший. Разница среднegrupповых показателей по уровню физической подготовленности на данном этапе достигла 0,25 балла.

■ Заключение

По результатам нашего исследования можно сделать вывод о том, что, в зависимости от этапа подготовки и влияния используемых средств в конкретный тренировочный период (годовой макроцикл), направленных на развитие специальной физической, технической и тактической подготовки, а также на развитие избранной специализации в легкой атлетике, уровень физической подготовленности у юных спортсменов, занимающихся легкой атлетикой

в специализированных по спорту классах и в учебно-тренировочных группах специализированных учебно-спортивных учреждений, постепенно возрастает.

У мальчиков, которые занимаются легкой атлетикой в учебно-тренировочных группах, с момента первого тестирования (первый год подготовки, этап начальной спортивной специализации) и до момента конечного тестирования (пятый год подготовки, этап углубленной спортивной специализации) показатели уровня физической подготовленности увеличились с 3,79 до 4,26 балла, а у мальчиков, проходящих подготовку в специализированных по спорту классах – с 3,90 до 4,54 балла. У девочек-легкоатлетов, занимающихся в ДЮСШ, СДЮШОР и ЦОР, наблюдается схожая ситуация – показатели в учебно-тренировочных группах из года в год повышаются и к пятому году подготовки (этап углубленной спортивной специализации) достигают отметки в 4,31 балла, в то время как у девочек, занимающихся в специализированных по спорту классах, данный показатель к этому времени достигает 4,56 балла.

Следует отметить, что у юных спортсменов (как у мальчиков, так и у девочек), участвующих в исследовании, практически на протяжении всего изучаемого периода наблюдается хороший уровень физической подготовленности, однако ни одна из групп в течение пяти лет не смогла достигнуть отличного уровня. Также хотелось бы отметить, что у юных спортсменов наблюдается неравномерное распределение оценок по всем физическим показателям, на фоне которых четко определяются отстающие физические качества, которые лишь к концу третьего года подготовки у мальчиков, занимающихся в специализированных по спорту классах, достигают оценки «хорошо» во всех упражнениях, в то время как у спортсменов учебно-тренировочных групп этот показатель достигается к четвертому году подготовки. У девочек наблюдается аналогичная ситуация, при которой воспитанницы специализированных по спорту классов выполнили все контрольные упражнения на оценку «хорошо» в конце третьего года подготовки, а юные спортсменки, занимающиеся в учебно-тренировочных группах – к концу четвертого года подготовки.

Несомненно, что предварительный отбор наиболее перспективных спортсменов, которые достигли наилучших показателей при выполнении контрольно-вступительных нормативов для дальнейших занятий в условиях специализированных по спорту классах, а также отличительные особенности построения учебно-тренировочного процесса в данных классах способствовали повышению уровня физической подготовленности у юных спортсменов в сравнении со спортсменами, занимающимися в учебно-тренировочных группах в специализированных учебно-спортивных учреждениях (разница в показателях к пятому году подготовки достигла 0,28 балла у мальчиков и 0,25 балла у девочек), а

также позволили быстрее достигнуть хороших показателей во всех контрольных упражнениях. Вместе с тем, по нашему мнению, при более рациональном использовании отличительных особенностей в организации учебно-тренировочного процесса в специализированных по спорту классах можно было бы достигнуть более высокого уровня физической подготовленности у занимающихся за гораздо меньшее количество времени.

Таким образом, проведенные нами исследования свидетельствуют о невысоких темпах прироста показателей, как в отдельных физических качествах, так и в общем уровне физической подготовленности у юных легкоатлетов на этапах начальной и углубленной спортивной специализации. Выявленные особенности могут оказывать свое влияние на снижение результативности соревновательной деятельности и выступают одной из основных причин недостаточно высоких среднegrupповых показателей при выполнении контрольных нормативов на каждом этапе подготовки или конкретном годичном макроцикле. К вероятным причинам возникновения данных особенностей можно отнести небольшое количество научных разработок, а также использование в современной практике постепенно устаревающих программ для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва и отсутствие подобных программ для занимающихся легкой атлетикой в специализированных по спорту классах.

В связи с этим проблема совершенствования подготовки юных легкоатлетов актуализирует поиск новых научных подходов, обобщение передового практического опыта по вопросам, связанным с подготовкой юных спортсменов в условиях специализированных по спорту классов на современном этапе, а также оперативного внедрения в спортивную практику инновационных методик физической подготовки на начальных этапах многолетней подготовки в легкой атлетике.

ЛИТЕРАТУРА

1. Об установлении рекомендуемого минимального возраста для занятия видами спорта [Электронный ресурс] : постановление Министерства спорта и туризма Респ. Беларусь и Министерства здравоохранения Респ. Беларусь, 16 янв. 2017 г. № 2/6 Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://pravo.by>. – Дата доступа: 18.02.2021.
2. Об утверждении положений о специализированных учебно-спортивных учреждениях [Электронный ресурс] : постановление Министерства спорта и туризма Респ. Беларусь, 28 дек. 2004 г. № 11 Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://pravo.by>. – Дата доступа: 18.02.2021.
3. Замовский, Э. Ф. Особенности содержания, средств и методов физического воспитания младших школьников в специализированных спортивных классах : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Э. Ф. Замовский ; Киевский гос. ин-т физической культуры. – Киев, 1982. – 24 с.
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для вузов / Л. П. Матвеев. – СПб. : Лань, 2005. – 384 с.

5. Табаков, А. И. Методика сопряжения координационной и кондиционной подготовки легкоатлетов, специализирующихся в беге на короткие дистанции, с использованием нетрадиционных тренировочных средств [Электронный ресурс] / А. И. Табаков, В. Н. Коновалов, И. В. Руденко // Современные наукоемкие технологии. – 2017. – № 11. – С. 150–156. – Режим доступа: <http://www.top-technologies.ru/article/view?id=36861>. – Дата доступа: 10.06.2019.
6. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н. Г. Озолин. – М.: Астрель, 2002. – 864 с.
7. Никитушкин, В. Г. Современная подготовка юных спортсменов / В. Г. Никитушкин. – М.: Методическое пособие, 2009. – 112 с.
8. Зацюрский, В. М. / Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зацюрский. – 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.
9. Кудинова, В. А. Стратегия многолетней подготовки юных легкоатлетов / В. А. Кудинова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2011. – № 11 (81). – С. 80–83.
10. Германов, Г. Н. Урок легкой атлетики в школе : монография / Г. Н. Германов, Е. Г. Германова. – Воронеж : Истоки, 2008. – 603 с.
11. Программа «Бег на короткие дистанции» для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва : утв. Приказом М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь 09.12.2009 № 919. – Минск : Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь, 2009. – 103 с.
12. Программа «Прыжки» для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва : утв. Приказом м-ва спорта и туризма Респ. Беларусь 09.12.2009 № 919. – Минск : Гос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь, 2009. – 125 с.
13. Кофман, Т. В. Спортивные классы сегодня и завтра / Т. В. Кофман. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 40 с.
14. Трофимович, И. И. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в специализированных по спорту классах / И. И. Трофимович, А. Г. Нарский // Актуальные проблемы физического воспитания и спортивной тренировки : материалы II Междунар. заочной науч.-практ. конф. студентов, магистрантов, аспирантов. – Гродно, 2020. – С. 281–285.
15. Об утверждении Положения о специализированных по спорту классах [Электронный ресурс] : постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 8 июля 2014 г. № 18/23/97 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://www.pravo.by/document/?guid=3961&p0=W21429217>. – Дата доступа: 13.01.2020.
16. Трофимович, И. И. Анализ уровня физической подготовленности у юных легкоатлетов, занимающихся в учебно-тренировочных группах в специализированных по спорту классах / И. И. Трофимович, А. Г. Нарский, И. Г. Трофимович // Вестник Гродненского государственного университета им. Янки Купалы. – Серия 3. Филология, педагогика, психология. – Т. 10, № 2. – 2020. – С. 110–117.
17. Шамардина, Г. Н. Рациональное сочетание обучения в общеобразовательной школе с учебно-тренировочным процессом в СДЮСШ (на примере учащихся специализированных классов) : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г. Н. Шамардина; – Ленинград, 1983. – 205 л.

03.02.2021

КОМПЛЕКС НАУЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

«II Фестиваль университетской науки»

19–30 апреля 2021

Миссией мероприятия является консолидация профессорско-преподавательского состава, специалистов в области физической культуры, спорта и туризма, молодых ученых, студенческой молодежи на основе генерации новых научных, инновационных и образовательных идей и инициатив.

Цель Фестиваля – популяризация достижений и результатов научных исследований БГУФК, их презентация и продвижение.

Основными **задачами мероприятий Фестиваля** являются:

- повышение уровня информированности о научном, научно-инновационном и научно-образовательном потенциале БГУФК;
- привлечение работников университета, докторантов, аспирантов и студентов к научно-исследовательской и проектной деятельности;
- создание условий для профессионального и личностного развития участников, выявление перспективных кадров для научной и научно-педагогической деятельности университета;
- апробация научных и научно-образовательных идей и инициатив, а также инновационных предложений;
- содействие формированию профессиональных коммуникаций в научной среде;
- развитие долгосрочных и взаимовыгодных партнерских отношений с учреждениями высшего образования, сторонними организациями, научными обществами, учеными и практиками.