

3 Стёпочкина, Е. В. Деятельность провинциальных общественных организаций во время русско-японской войны 1904–1905/ Е. В. Стёпочкина // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Т. 10 –2008. – № 4 – С. 1040–1043.

4 Макичан, А. А. Организация медицинской помощи больным и раненым во время русско-японской войны 1904–1905 гг. / А. А. Макичан. – М., 2016. – 294 с.

5 Ковалев, А. В. Значение медицинской службы в обеспечении боеспособности действующей русской армии в период русско-японской войны 1904–1905 гг. / А. В. Ковалев. – М, 2002. – 24 с.

УДК 796.011.3:796.42

В. В. Третьяк

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

В статье отражены результаты исследования уровня общей физической подготовленности юных легкоатлетов в группах начальной подготовки с учетом фактора проживания в экологически неблагоприятных условиях окружающей среды. В детском и юношеском возрасте закладывается фундамент высоких и стабильных спортивных достижений. Поэтому необходимо постоянно осуществлять поиски новых, все более эффективных форм и методов работы с юными спортсменами.

Главную роль в системе подготовки спортивного резерва играют спортивные школы (ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ГОЦОР, ШВСМ), задачами которых являются подготовка дальнего и ближнего резерва сборных команд страны, а также укрепление здоровья и дальнейшее физическое развитие. В детском и юношеском возрасте закладывается фундамент высоких и стабильных спортивных достижений. Поэтому необходимо постоянно осуществлять поиски новых, все более эффективных форм и методов работы с юными спортсменами.

Система управления занимает важное место в подготовке спортсменов. Существенное значение в системе управления имеет выбор наиболее рациональных средств и методов тренировки, обеспечивающих как достижение юными спортсменами этапных нормативов по физической подготовленности, так и планируемых спортивных результатов. Для оценки эффективности избранной направленности тренировочного процесса, того или иного принятого решения в ходе подготовки юного спортсмена используется система комплексного контроля. Контроль предусматривает постановку определенных нормативных показателей, которые должны быть достигнуты юными спортсменами, сравнение этих показателей с тем, что произошло на самом деле, и принятие соответствующих коррективных мер. С помощью педагогического контроля определяются сильные и слабые стороны в подготовке юных спортсменов. Необходимо отметить, что управление тренировочным процессом возможно лишь при наличии объективной информации о состоянии спортсмена, подкрепленной рядом метрологических измерений.

Комплексный контроль предполагает всестороннюю оценку различных сторон подготовленности спортсменов. Контроль физической подготовленности спортсменов осуществляется по результатам выполнения тестов (контрольных упражнений), которые имеют тесную статистическую взаимосвязь с результатом в основном соревновательном упражнении. В скоростно-силовых видах легкой атлетики в процессе контроля физической подготовленности весьма важно оценивать уровень развития скоростных способностей, силовых и скоростно-силовых качеств, специальной выносливости и гибкости спортсмена.

С целью совершенствования контроля тренировочного процесса юных легкоатлетов мы провели исследование уровня общей физической подготовки детей в возрасте 10–12 лет.

Цель исследования заключалась в определении уровня общей физической подготовленности детей в группах начальной подготовки.

Тренировки по легкой атлетике традиционно состояли из подготовительной, основной и заключительной частей. Подготовительная часть включала в себя разминочный бег (до 1 км), общеразвивающие и специальные беговые упражнения.

Основная часть состояла из заданий скоростной, скоростно-силовой направленности, заданий на координацию, элементов акробатики и гимнастики, игровых заданий и технических упражнений.

Заключительная часть включала в себя заминочный (восстановительный) бег и упражнения на гибкость.

Методика подготовки детей, структура и содержание учебно-тренировочного процесса, была основана на программе по легкой атлетике для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва

В качестве экспериментальной нами была выбрана группа детей начальной подготовки по легкой атлетике 1-го года обучения, 11 человек, из них 8 мальчиков и 3 девочки в возрасте от 10 до 12 лет. В соответствии с учебным планом контрольно-педагогические испытания в учебно-тренировочных группах проводятся 2 раза в год, в начале и в конце учебного года.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

1. *Анализ научно-методической литературы* проводился с целью выяснения существующих взглядов на исследуемую проблему. Была проанализирована специальная литература, освещающая организационно-методические положения и особенности многолетней подготовки в легкой атлетике, построение и планирование учебно-тренировочных занятий, возрастные особенности развития организма мальчиков и девочек, особенности воспитания двигательных качеств. Кроме того, изучалась литература по математической статистике.

2. *Педагогические наблюдения*

С целью исследования динамики уровня физической подготовленности детей в группах начальной подготовки проводились педагогические наблюдения. Для этого систематически, в естественных условиях тренировочного процесса с помощью контрольно-педагогических тестов оценивался уровень физической подготовленности юных легкоатлетов и сопоставлялся с модельными характеристиками, присущими детям соответствующего возраста. Данные педагогических наблюдений были использованы для изучения динамики физической подготовленности и физического развития исследуемого контингента.

3. *Контрольно-педагогические испытания (тестирование)*

Цель педагогического тестирования – определить уровень физической подготовленности детей, а также проследить динамику показателей физической подготовленности в учебно-тренировочном процессе. Выбор тестовых упражнений осуществлялся на основе данных учебной программы для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва [1].

Оценка уровня общей физической подготовленности по программе для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва проводилась на основе следующих контрольно-педагогических испытаний:

- 1 бег 10 м;
- 2 бег 10 м «змейкой»;
- 3 прыжок в длину с места;
- 4 прыжок вверх;

- 5 наклон вперед;
- 6 бег 5 минут;
- 7 подтягивание в висе на перекладине (юноши);
- 8 сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки).

Общефизическая подготовка на этапе начальной подготовки направлена на развитие основных физических качеств: быстроты, силы, общей выносливости, гибкости, координационных способностей и силовой выносливости (таблица 1).

Таблица 1 – Контрольные нормативы

Тест	Балл	Мальчики 12 лет		Девочки 12 лет	
		1	2	1	2
Бег 30 м по своему движению, с	5	4,8 и лучше	4,5 и лучше	5,2 и лучше	4,8 и лучше
	4	4,9	4,6	5,3	4,9
	3	5,1	4,8	5,4	5,0
	2	5,3	4,9	5,5	5,1
	1	5,4 и хуже	5,0 и хуже	5,6 и хуже	5,2 и хуже
Бег 30 м со старта, м	5	5,0 и лучше	4,7 и лучше	5,4 и лучше	5,0 и лучше
	4	5,1	4,9	5,5	5,1
	3	5,3	5,0	5,6	5,2
	2	5,4	5,1	5,7	5,3
	1	5,5 и хуже	5,2 и хуже	5,8 и хуже	5,5 и хуже
Прыжок в длину, см	5	210 и более	211 и более	190 и лучше	193 и более
	4	195–210	204–210	180–189	186–192
	3	180–194	190–203	170–179	179–185
	2	165–179	184–189	160–169	172–178
	1	164 и менее	183 и менее	159 и менее	172 и менее
Метание мяча, м	5	7,0 и более	10,20 и более	8,0 и более	11,0 и более
	4	6,50	9,80	6,50	10,0
	3	5,50	9,20	5,50	9,0
	2	5,0	8,50	4,50	8,0
	1	4,0 и менее	8,20 и менее	3,50 и менее	7,0 и менее
Сгибание и разгибание рук / подтягивание в висе на пер.	5	12 и более	12 и более	14 и более	22 и более
	4	9–11	10–11	11–13	17–21
	3	6–8	8–9	8–10	14–16
	2	3–5	5–7	5–7	10–13
	1	2 и менее	4 и менее	4 и менее	9 и менее

На первоначальном этапе подготовки основные физические качества имеют относительно быстрый поступательный прирост. Показатели, главным образом, улучшаются за счет естественного физического развития занимающихся при активном стимулировании физическими упражнениями, а также в связи с освоением, совершенствованием новых двигательных умений и навыков. В целом учебно-тренировочный процесс проходит в соответствии с целями и задачами многолетней подготовки.

Результаты полученных исследований позволяют судить о том, что уровень подготовленности детей в группе начальной подготовки соответствует разработанной нами оценочной шкале. Поскольку для эксперимента нами была взята средняя по уровню подготовки группа, а средний балл общей физической подготовленности по разработанной нами шкале составил 3,7–4,0 балла, то с уверенностью можно сказать о том, что уровень развития физических качеств детей экспериментальной группы соответствует сенситивным периодам развития.

Сравнивая разработанную шкалу с оценочной шкалой программ по легкой атлетике, мы выявили, что по показателям выносливости дети Гомельского региона отстают. Многие авторы указывают на проблему снижения уровня физической подготовленности и функциональных возможностей детей, проживающих в экологически неблагоприятных условиях.

Также, сравнивая нормативные оценки, мы сделали вывод, что наши юные легкоатлеты отстают в скоростно-силовых показателях, связанных с проявлением «взрывной силы». Это такие тесты как прыжок вверх и бег 10 м.

Подводя итог нашим исследованиям, мы убедились, что в программах по легкой атлетике, разработанных А. В. Невдах [2, 3] не учитываются факторы проживания в экологически неблагоприятных условиях окружающей среды.

Отставание детей Гомельского региона мы можем объяснить тем, что Гомель находится в зоне с повышенным радиоактивным загрязнением (до 5 Ки/км²).

Поэтому необходим дальнейший пересмотр нормативных оценок общей физической подготовленности для юношей и девушек Гомельского региона.

Литература

1 Учебная программа по легкой атлетике для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва // НИИ ФК и С РБ, Минск, 2013. – 93 с.

2 Невдах, В. А. Программа по легкой атлетике для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / В. А. Невдах // НИИ ФК и С РБ, Минск, 2007. – 126 с.

3 Невдах, В. А. Программа по легкой атлетике для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / В. А. Невдах // НИИ ФК и С РБ, Минск, 2009– 88 с.

УДК 141.319.8:159.97

К. А. Тумар

ОСМЫСЛЕНИЕ ПСИХОПАТИИ В ФИЛОСОФСКОЙ АНТРОПОЛОГИИ

В статье автор рассматривает феномен психопатии, выясняет природу этого явления с точки зрения философской антропологии. Уделяется внимание следующему вопросу: способна ли философия помочь в изучении и осмыслении, как самого диагноза «психопатия», так и конкретно психопатов, их истинной сущности, места в нашем обществе.

«У меня все признаки человеческого существа: плоть, кожа, волосы... но ни одного четко выраженного чувства, кроме алчности и отвращения!». Данное выражение принадлежит герою популярного романа Брета Истона Эллиса «Американский психопат», и, на наш взгляд, наиболее красочно описывает проблематику данной темы: какова природа психопатии и на какие вопросы, касающиеся данной патологии, способна ответить философия?

Сам по себе диагноз «Психопатия» до сих пор вызывает множество вопросов и является причиной дискуссий среди психологов, психиатров и прочих заинтересованных. Роберт Д. Хаэр, д-р философии, профессор психологии Университета Британской Колумбии, считает что психопатия – это расстройство личности, которому свойственны специфическая модель поведения и особые черты характера, большинство из которых общество считает негативными [1].