

Н. Р. Шарапов

Научный руководитель

С. А. Иванов

Гомельский государственный
университет имени Ф. Скорины
г. Гомель, Республика Беларусь

ВЛИЯНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ НА ОРГАНИЗМ ЮНЫХ ПЛОВЦОВ НА ПРИМЕРЕ МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРНИРА ПО ПЛАВАНИЮ «КУБОК НАДЕЖДЫ»

Турнир по плаванию «Кубок Надежды» в г. Речице впервые был организован в ноябре 1996 г. Название турнира «Кубок Надежды – 1996» подразумевало, что в данных соревнованиях будут участвовать девочки и мальчики от 10 до 14 лет, будущие «Надежды» белорусского плавания. На первый турнир приехали юные пловцы из Гомеля, Бобруйска, Жлобина, Светлогорска и Калинковичей. За годы проведения соревнования всегда проходили на высоком уровне. Турнир пользуется большой популярностью. Ежегодно в нем принимают участие более 300 юных пловцов. Благодаря этому о турнире начали узнавать далеко за пределами Республики Беларусь. За годы проведения в турнире принимали участие юные пловцы из России, Украины, Молдовы, Узбекистана и Азербайджана.

В 2002 г. организаторы турнира приняли решение проводить соревнования в формате «Веселый дельфин», т. е. каждый спортсмен должен стартовать на каждой дистанции. Тем самым у всех участников уравнивались шансы на победу. Соревнования проводятся в трех возрастных группах. У каждой группы есть своя отдельная плавательная программа. В таком формате соревнования в Беларуси проводились впервые, оказались очень интересны для всех участников.

Турнир проходит в формате многоборья. В таких условиях спортсмен должен продемонстрировать хорошее владение техникой каждым способом плавания.

В юном возрасте в основу подготовки пловцов заложен принцип всесторонней плавательной подготовки. Данный турнир является отличным способом демонстрации уровня развития физических качеств детей, а также функциональных возможностей юных пловцов. Соревнования позволяют оценить степень подготовленности спортсменов. Турнир помогает детям узнавать много нового, учит коммуникабельности, прививает им желание к занятиям спортом и заботе о собственном здоровье.

Международный турнир по плаванию «Кубок Надежды» дает возможность юным пловцам не только повысить свое спортивное мастерство, но и способствует формированию навыков здорового образа жизни.

Д. Н. Шарендо

Научный руководитель

О. П. Маркевич

Белорусский торгово-экономический
университет потребительской кооперации
г. Гомель, Республика Беларусь

ИЗУЧЕНИЕ СОСТАВА ТЕЛА СТУДЕНТОВ УО «БТЭУ ПК»

Существуют различные методы, позволяющие достаточно точно определить состав тела человеческого организма. К ним относятся измерение толщины кожной складки при помощи калипера, гидростатическое взвешивание, биоэлектрический анализ, антропометрический способ.

Суть измерения толщины кожной складки заключается в измерении складок кожи по всему телу при помощи специального прибора (калипера), поэтому метод и называется калиперометрия. Калипером захватывают складку на теле и измеряют щипок в миллиметрах. Таким образом, определяется количество подкожного жира и по специальным формулам рассчитывается общее содержание жира в организме.