

**Педагогико-психологические
и медико-биологические проблемы
физической культуры и спорта**

***Российский
электронный научный журнал***

№ 1 (14)

2010

ПЕДАГОГИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Электронный журнал
Камской государственной академии физической культуры, спорта и туризма
Рег. Эл №ФС77-27659 от 26 марта 2007 г.

№1 (2010)

(Выпуск 14)

Печатная версия

Журнал входит в *Перечень ведущих рецензируемых научных журналов и изданий, в которых должны быть опубликованы основные научные результаты диссертаций на соискание ученых степеней доктора и кандидата наук* (Решением Президиума Высшей аттестационной комиссии Минобрнауки России от 19 февраля 2010 года №6/6).

Главный редактор:

Кузнецов Александр Семенович – доктор педагогических наук, профессор

Научный редактор:

Кузнецова Зинаида Михайловна – доктор педагогических наук, профессор

Редакционный совет:

Высочин Юрий Васильевич – доктор медицинских наук, профессор

Демидов Виктор Александрович – доктор медицинских наук, профессор

Назаренко Людмила Дмитриевна – доктор педагогических наук, профессор

Петров Павел Карпович – доктор педагогических наук, профессор

Чинкин Абдулахат Сиразетдинович – доктор биологических наук, профессор

Аухадеев Эрик Ильясович – доктор медицинских наук, профессор

Денисенко Юрий Прокофьевич – доктор биологических наук, доцент

Вассил Гиргинов – PhD Reader in Sport Management (Университет Брунель, Великобритания)

Редактор:

Евграфов Иван Евгеньевич

Корректор:

Мотыгулина Гульсина Садыковна

Web-дизайн:

Орлов Артур Владимирович

ISSN 2070 4798

Адрес редакции: ФГОУ ВПО Камская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

(КамГАФКСиТ) – 423807, Республика Татарстан, г. Набережные Челны, ул. им. Е.Н. Батенчука, д. 21

Телефон: (8552) 70-36-45, 71-24-22

Факс: (8552) 71-24-22

E-mail: journal@list.ru

Контактное лицо:

Евграфов Иван Евгеньевич – journal@list.ru

Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения авторов. Все права защищены.

Номер подписан – 25.03.2010 г.

Опубликован на сайте <http://kamgifk.ru/magazin/journal.htm> – 28.03.2010 г.

ЖЕНЩИН 22-35 ЛЕТ

D.M. Maltsev, T.M. Batukhtina

AQUAAEROBICS' INFLUENCE ON WOMEN AT THE AGE OF 22-35 RESEARCH TECHNIQUE

11. **В.Д. Медведков, Н.И. Медведкова, С.В. Аширова.....** 70
УЛУЧШЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ КРОВИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
V.D. Medvedkov, N.I. Medvedkova, S.V. Ashirova
IMPROVEMENT OF BREATHING FUNCTION OF BLOOD BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE
12. **Н.Н. Мугаллимова.....** 75
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК СРЕДСТВО ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ПОДРОСТКОВОЙ НАРКОМАНИИ
N.N. Mugallimova
MOTOR ACTIVITY AS A TOOL FOR PRIMARY PREVENTION OF ADOLESCENT DRUG ADDICTION
13. **Л.Д. Назаренко, Л.И. Костюнина.....** 84
КОНЦЕПЦИЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА
L.D. Nazarenko, L.I. Kostyunina
THE PROBLEM OF A SPORTSMAN'S SKILL ENHANCEMENT
14. **Е.В. Никитина, А.И. Пьянзин.....** 88
КИНЕМАТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОЗНОЙ® ТЕХНИКИ БЕГА
E.V. Nikitina, A.I. Pianzin
RUNNING KINEMATICS OF THE POSE® TECHNIQUE
15. **П.К. Петров, Э.Р. Ахмедзянов, О.Ю. Дружинина, И.А. Татарских.....** 97
СТРУКТУРА И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ МУЛЬТИМЕДИЙНОЙ ОБУЧАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРАВИЛАМ И СУДЕЙСТВУ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКЕ
P.K. Petrov, E.R. Akhmedzyanov, O.J. Druzhinina, I.A. Tatarskikh
STRUCTURE AND FUNCTIONAL CAPABILITIES OF THE MULTIMEDIA TRAINING PROGRAM IN RULES AND REFEREEING SPORTS AEROBICS CONTESTS
16. **М.М. Полевщиков, В.В. Роженцов, Н.П. Шабрукова, Р.Ю. Матвеев.....** 102
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПОСОБОВ ОЦЕНКИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ
M.M. Polevtshikov, V.V. Rozhentsov, N.P. Shabrukova, R.J. Matveev
THE IMPROVEMENT OF DEVELOPMENTAL LEVEL ENDURANCE EVALUATION
17. **И.Г. Гибадуллин, А.Ю. Миронов, С.Н. Зверев** 107
ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА БИАТЛОНИСТОВ НА ОСНОВЕ БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ ТИПОВ
I.G. Gibadullin, A.Y. Mironov, S.N. Zvereva
INDIVIDUALIZATION OF TRAINING PROCESS OF BIATHLETES BASED ON BIOENERGY TYPES
18. **О.В. Трофимова.....** 112
ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ФИТНЕС-АЭРОБИКИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ
O.V. Trofimova
EVALUATION OF THE PILOT FITNESS AEROBICS PROGRAM IMPLEMENTATION FOR UNIVERSITY STUDENTS
19. **Р.Р. Хайруллин, Ю.С. Ванюшин, Г.Г. Хабибуллин.....** 119
КОРРЕЛЯЦИОННЫЕ СВЯЗИ ТИПОВ АДАПТАЦИИ КАРДИОРЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ СПОРТСМЕНОВ С ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТЬЮ
R.R. Khairullin, M.J. Vanjushin, G.G. Khabibullin
CORRELATION BETWEEN ADAPTATION MODES OF CARDIORESPIRATORY SYSTEM AND A SPORTSMAN'S EXERCISE PERFORMANCE
20. **Т.А. Щербакова.....** 123
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ С АКЦЕНТОМ НА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ 5-11 ЛЕТ
T.A. Sherbakova
ANNOTFTION PHYSICAL EDUCATION WITH AN INTELLECTUAL DEVELOPMENT ACCENT OF 5-11 OLD CHILDREN

УДК 796.6

СТРУКТУРА И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ МУЛЬТИМЕДИЙНОЙ ОБУЧАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРАВИЛАМ И СУДЕЙСТВУ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКЕ

П.К. Петров – доктор педагогических наук, профессор
Э.Р. Ахмедзянов, О.Ю. Дружинина, И.А. Татарских
Удмуртский государственный университет
Ижевск

STRUCTURE AND FUNCTIONAL CAPABILITIES OF THE MULTIMEDIA TRAINING PROGRAM IN RULES AND REFEREEING SPORTS AEROBICS CONTESTS

P.K. Petrov – Doctor of Education, professor
E.R. Akhmedzyanov, O.J. Druzhinina, I.A. Tatarskikh
The Udmurt State University
Izhevsk

e-mail: pkpetrov46@gmail.com

Ключевые слова: спортивная аэробика, судейство.

Аннотация. Спортивная аэробика – это сложный и эмоциональный вид спорта, в котором спортсмены выполняют под музыку комплекс упражнений с высокой интенсивностью и сложно координированными элементами. В спортивной аэробике используются элементы из спортивной и художественной гимнастики и акробатики. Большое внимание уделяется хореографии, а в программах смешанных пар, троек и групп взаимодействию между партнерами. Соревнования проводятся по нескольким номинациям: индивидуальные (отдельно для мужчин и женщин), смешанные пары, трио и группы. При оценке программы судьями учитывается искусство движений, в которых проявляется не только сила, выносливость, гибкость, а также артистичность исполнения и сложность программы.

Key words: sports aerobics, refereeing.

Summary. Sports aerobics is a difficult and emotional type of sports when sportsmen fulfill a set of highly-intensive and complexly-coordinated exercises to the music. Exercises taken from calisthenics, sports gymnastics, and acrobatics are being used for sports aerobics. Much attention is drawn to choreography whereas partner interaction is at the high with mixed doubles, triplets, and groups. Contests are held in several nominations such as individual (men and women), mixed doubles, triplets, and groups. When program assessing, referees take into account the art of motion which embraces not only strength, endurance, flexibility but artistry and program complexity.

Подготовка судей по видам спорта, где в оценке результатов выступлений существует субъективный фактор (спортивная и художественная гимнастика, фигурное катание, спортивная аэробика, восточные единоборства и др.) требует постоянного совершенствования правил соревнований и методики судейства. В последние годы все большую популярность среди молодежи получают различные виды оздоровительной аэробики, активно развивается новый вид спорта – спортивная аэробика. При этом основным инструментом для ее развития являются правила соревнований.

В развитии спортивной аэробики наметилось несколько направлений и в связи с этим появились различные варианты правил соревнований, на основе которых проводятся различные соревнования вплоть до чемпионатов Европы и мира. Однако наибольшее признание получили два основных направления: по версии ФИЖ (FIG) и ФИСАФ (FISAF). Но основные международные соревнования по аэробике проводятся под руководством и патронажем ФИЖ – это чемпионаты мира, этапы (серии) и финалы кубка мира, мировые игры (аэробика как одна из дисциплин), континентальные чемпионаты (чемпионат Европы). Поэтому в сфере деятельности ФИЖ входит разработка правил и регламента соревнований, организация крупнейших международных турниров и патронаж крупных региональных и континентальных соревнований, подготовка судей, тренеров и специалистов, популяризация и пропаганда видов гимнастики с помощью современных средств массовой информации.

В России Федерация спортивной аэробики была создана в 1992 году. Позднее она была перерегистрирована во Всероссийскую Федерацию спортивной и оздоровительной аэробики. Федерация как единственное спортивное общественное объединение на территории и в границах РФ имеет полномочия по развитию этого вида спорта на федеральном уровне и представляет интересы спортивной аэробики в международных организациях.

Анализ правил соревнований последних лет по спортивной аэробике показывает, что они постоянно совершенствуются, усложняются и требуют хороших знаний со стороны судей, спортсменов и тренеров, проявления во время судейства внимания, памяти и аналитической работы. Так, например, последние правила соревнований по спортивной аэробике, принятые международной федерацией гимнастики (ФИЖ) на 2009-2012 годы, предполагают выделение четырех групп упражнений: группа А (Динамическая сила); группа В (Статическая сила); группа С (Прыжки); группа D (Равновесие и Гибкость). В каждой группе насчитывается значительное количество упражнений, которые отличаются техникой выполнения, сложностью, сбавками за исполнение, которые должны знать судьи, тренеры и спортсмены.

Изложенное выше позволяет сделать вывод о том, что подготовка судей требует наличия специальных учебно-методических пособий. Наиболее эффективно эти задачи могут быть решены с помощью современных информационных технологий: создания и использования мультимедийных обучающих программ, моделирования соревновательной деятельности и т.п.

Мультимедийные обучающие программы позволяют передавать аудио- и визуальную информацию (совокупность графической, текстовой, цифровой, речевой, музыкальной, видео-, фото- и другой информации) и обладают интерактивными возможностями: произвольный переход от одного места к другому, осуществление поиска разделов по содержанию, организация вопросов и ответов, многократный просмотр и анализ видео сюжетов, моделирование ситуаций и т.п. [1, 2].

Поэтому нами сделана попытка создать мультимедийную обучающую программу по правилам и судейству соревнований по спортивной аэробике по версии ФИЖ на 2009-2012 годы, структура и функции которой изложены ниже. В качестве программной нами использована оболочка, разработанная для создания мультимедийных обучающих программ по каратэ и спортивной гимнастике.

Рассмотрим структуру и функциональные возможности обучающей программы (рис. 1).

Структура обучающей программы «Правила соревнований и судейство аэробной гимнастики» включает сами правила соревнований, элементы групп трудности А, В, С, D, блок анализа комбинаций и проверку знаний по каждому разделу.

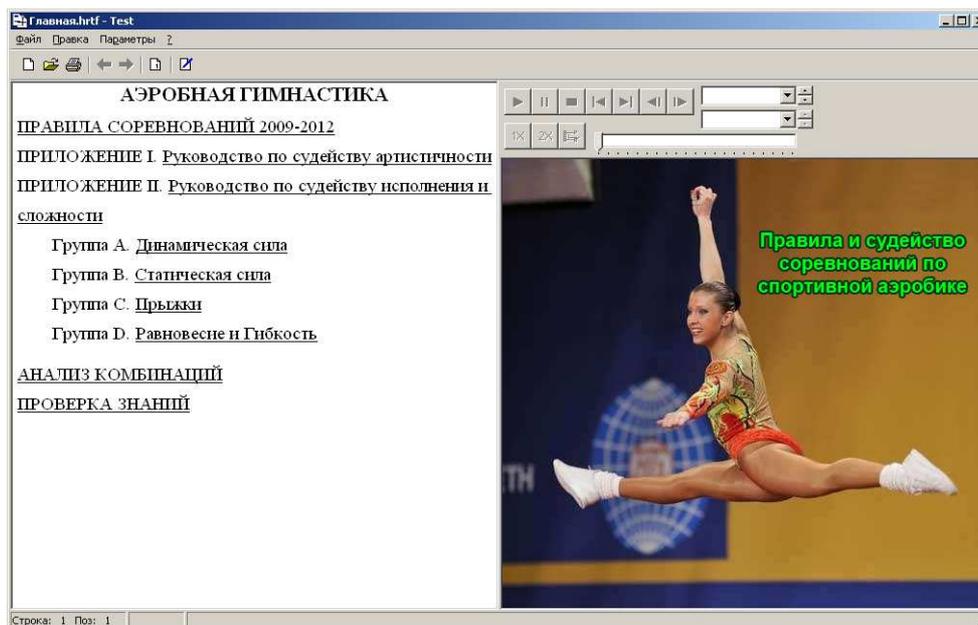


Рис. 1. Титульный экран обучающей программы

Мультимедийные правила – это совокупность текста правил соревнований, экспертных комментариев и пояснений к ним в текстовом, графическом и видео вариантах. Правила представлены в иерархическом модульном виде: главы, параграфы, статьи (рис. 2).

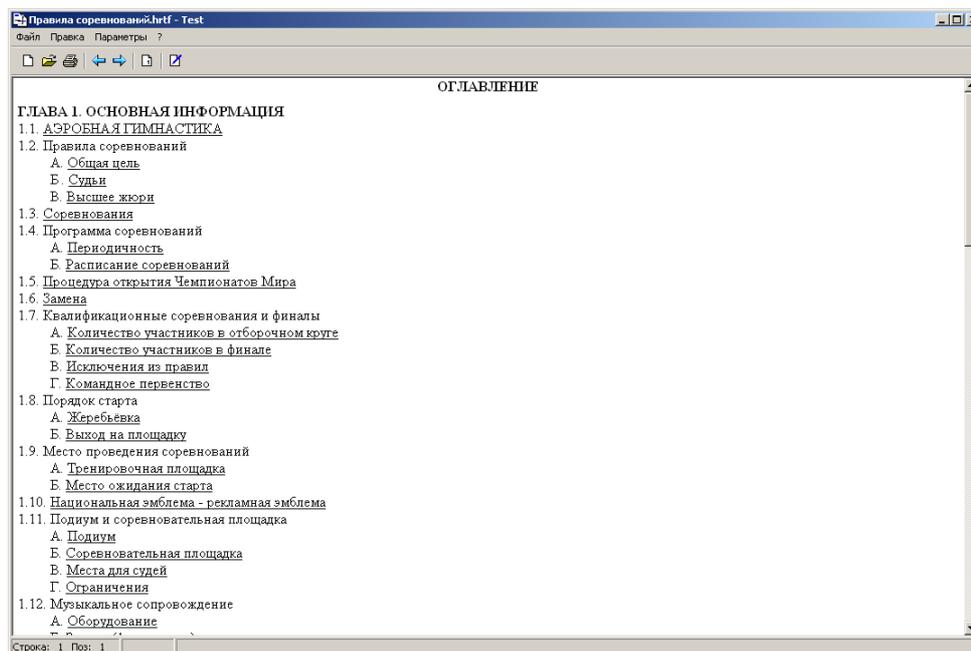


Рис. 2. Структура главы правил соревнований

Открыть статью любого параграфа можно щелчком левой клавишей мыши по интересующему названию, подчеркнутым снизу. Для просмотра глав и параграфов, не видимых на экране, можно воспользоваться линейкой прокрутки. Статьи параграфов могут быть представлены в виде текстов, отдельные статьи могут иметь графические комментарии в виде таблиц, графического материала (рис. 3) или видео сюжета (рис. 4).

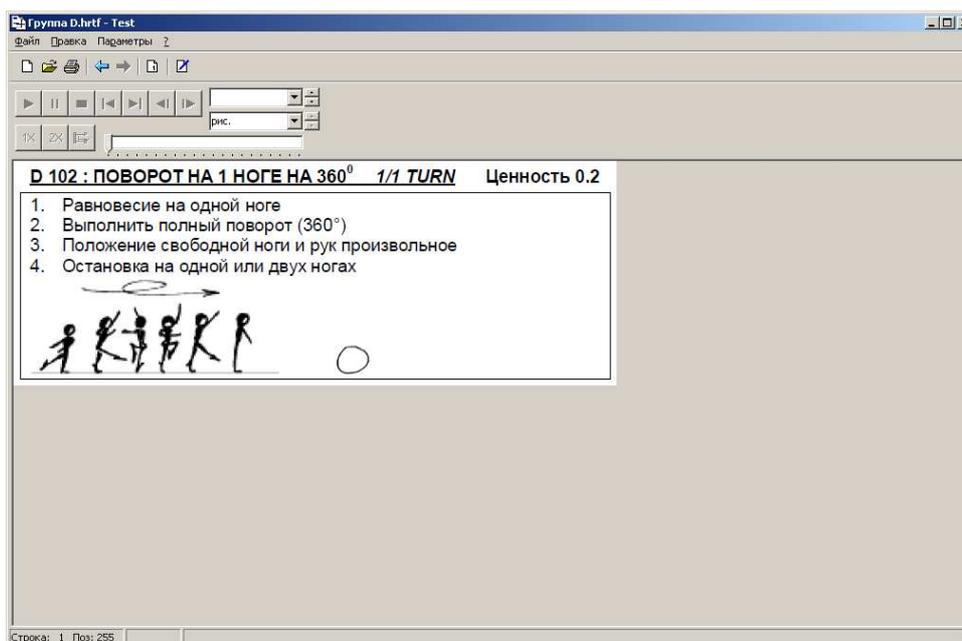


Рис. 3. Комментарий в виде графического материала

Основное назначение блока «Анализ комбинаций» – показать на примерах анализа пяти комбинаций, выполненных разными аэробицами, технологию судейства и экспертных оценок по выявлению групп трудностей, величины надбавок, определения базовой оценки, величины сбавок за технику исполнения и выведения окончательной оценки.

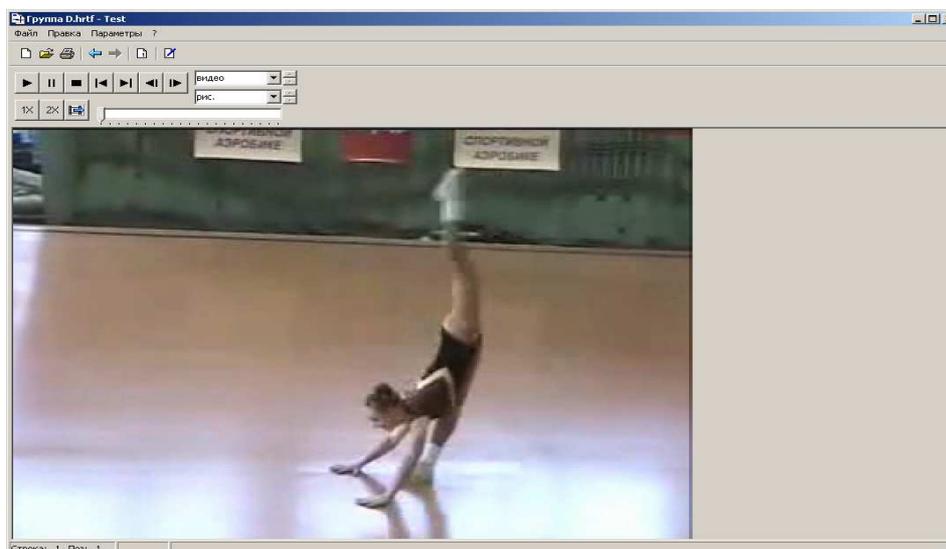


Рис. 4. Комментарий в виде видео сюжета

В правой части экрана демонстрируется видеофрагмент с комбинацией, которую с помощью кнопок управления видеопроигрывателя можно многократно просмотреть, останавливать, «прокручивать» медленно или по кадрам, записывая основные показатели оценок. Затем можно сравнить свои записи с данными экспертной оценки, приводимой в левой части экрана, где указываются какие и сколько элементов выполнены, к какой группе трудности они относятся (рис. 5).

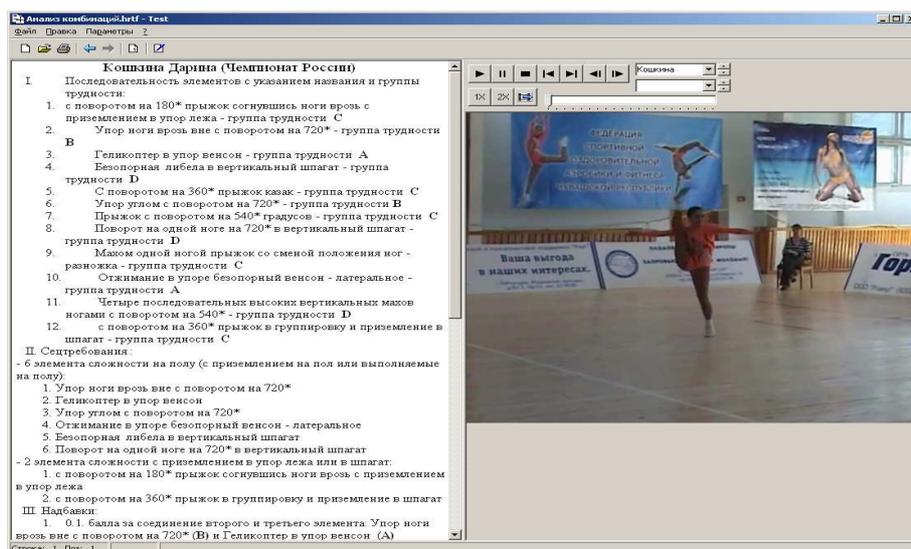


Рис. 5. Основное окно для анализа комбинаций

Блок «Проверка знаний» позволяет проверить знания самих правил соревнований, оценить выполнение отдельных элементов и комбинацию в целом.

Анализ структуры и функциональных возможностей созданной обучающей программы показал принципиальные отличия от традиционных форм и методов работы: осуществление контроля и самоконтроля успешности усвоения материала; возможность необходимого количества повторений любой части изучаемого материала каждым обучающимся (особенно это касается возможности просмотра видеофрагментов, включая просмотр в обычном режиме, медленном, в режиме стоп-кадра); выявление пробелов в знаниях каждого обучающегося на любой стадии работы с обучающей программой; установление индивидуального темпа подачи учебного материала; интерактивность в диалоге с пособием.

Литература

1. Петров, П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / П.К. Петров. – М. : Академия, 2008. – 288 с.
2. Петров, П.К. Теоретические и методические основы подготовки специалистов физической культуры и спорта с использованием современных информационных и коммуникационных технологий : монография / П.К. Петров. – М.; Ижевск : Удмуртский университет, 2003. – 447 с.
3. Петров, П.К. Универсальная информационно-диагностическая система по спортивно-педагогическим дисциплинам на основе современных информационных технологий / П.К. Петров, О.Б. Дмитриев, Э.Р. Ахмедзянов // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 6. – С. 57-59.

Literature

1. Petrov, P.K. Information technology in physical culture and sports: Tutorial / P.K. Petrov. – Moscow : Academy, 2008. – 288 p.
2. Petrov, P.K. Theoretical and methodological foundations for training specialists of physical education and sports by using modern information and communication technology: monograph / P.K. Petrov. – M.; Izhevsk : Udmurt University, 2003. – 447 p.
3. Petrov, P.K. A universal information-diagnostic system for sport-pedagogical disciplines on the basis of modern information technology / P.K. Petrov, O.B. Dmitriev, E.R. Akhmedzyanov // Theory and Practice of Physical Culture. – 2001. – № 6. – P. 57-59.