

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ежемесячный
научно-теоретический
журнал, основан в 1925 г.,
входит в:
– базу данных Scopus;
– индекс Российского
научного цитирования
(РИНЦ);
– базу данных
англоязычных
периодических изданий
EBSCO

Главный редактор
Людмила ЛУБЫШЕВА

Редколлегия:
Александр БЛЕЕР
Сергей БАКУЛЕВ
Владимир ГУБА
Георгий ГРЕЦ
Александра ЗАГРЕВСКАЯ
Александр КРАВЦОВ
Олег МАТЫЦИН
Вячеслав МАНОЛАКИ
(Молдова)
Сергей НЕВЕРКОВИЧ
Владимир ПЛАТОНОВ
(Украина)
Павел РОЖКОВ
Waldemar Moska
Jerzy Sadowski
Teresa Socha (Poland)
Zhong Bingshu (China)

Ответственный секретарь
Ольга ОЗЕРОВА

Шеф-редактор
Югра научно-спортивная
Сергей КОСЕНКО

Заведующие отделами
журнала
Евгения СЕВЕРИНА

Переводчик
Ирина НОВОСАД

На обложке: Махов
Александр Сергеевич –
декан факультета физиче-
ской культуры РГСУ, д. п.н.,
финалист национальной
спортивной премии РФ
в номинации «За служение
спорту», тренер нацио-
нальной сборной России
по мини-футболу 5x5 (В1)
(спорт слепых).



Теория и практика
физической культуры и спорта

Содержание

НА ПУТИ К ЮБИЛЕЮ ТИПФК	
С.А. Пронин – Теория и методика спортивного плавания в фокусе публикаций журнала «Теория и практика физической культуры»	3
ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА	
А.О. Акопян, У.Н. Кремлев, Л.А. Кулагина, О.В. Домуладжанова – Функциональная подготовленность боксеров высокого класса	5
М.О. Леонтьева, А.С. Шахов, Г.Н. Пономарев – Анализ функционального состояния у биатлонистов в период медико-психологической реабилитации при применении БОС-терапии	7
А.Э. Болотин, К.-Я. ван Цвиетен, О.Е. Понимасов, Н.М. Тимченко, С.С. Аганов – Оценка уровня тренированности спортсменов в плавании на основе анализа показателей вариабельности сердечного ритма	10
Т.В. Красноперова, Н.Б. Котелевская, Т.Ф. Абрамова – Физиологическая значимость стабилометрического исследования в сложнокоординационных видах спорта	13
В.Ф. Носкова, Е.А. Декунец – Экспрессия мРНК воспалительных и противовоспалительных цитокинов в процессе регенерации ткани скелетных мышц	16
СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА	
Паулина Шишка – Изменения мышц – разгибателей коленного сустава в зависимости от вида разминки в тренировочном микроцикле	19
Марчин Старзак – Влияние фокуса внимания на точность броска летающего диска с точки зрения латерализации и техники метания	21
Вильгельм Громиш – Влияние силовой тренировки на суше с использованием эластичных лент на скорость и параметры плавания	24
А.И. Алифиров, И.В. Михайлова, Д.М. Правдов, М.А. Петрова – Концептуальные подходы к построению шахматной спортивной подготовки	27
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ	
А.Н. Усатов, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, Н.В. Балышева – Взаимосвязь энергозатрат и их восполнения в зависимости от двигательной активности и места проживания студентов	30
О.В. Шиленко, Н.Н. Пьянзина, Т.Н. Петрова, А.И. Пьянзин – Динамика показателей выносливости у студентов, занимающихся фитнес-аэробикой	33
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ	
Д.Н. Пухов, А.В. Малинин, Б.Н. Шустин – Мотивационные предпочтения школьников в видах занятий физической культурой и спортом	36
А.И. Маточкина, Е.Н. Петрук – Актуализация семьи как фактора повышения вовлеченности школьников в занятия физической культурой и спортом	39
О.Ф. Жуков, Валентина Гинявичене, О.Н. Андрущенко, Ф.А. Щербина, А.Ф. Щербина – Оценка физической подготовленности юношей на основе индивидуально-типологического подхода	42
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	
А.А. Баряев, А.В. Иванов, М.В. Арансон – Контроль функционального состояния юных спортсменов в хоккее-следж	45
С.А. Воробьев, А.А. Баряев – Особенности подготовки спортсменов на заключительном этапе годичного тренировочного цикла для участия в Паралимпийских играх 2021 года	48
И.Н. Бакай, А.И. Сеслякин, Н.В. Карпова, А.В. Корнева – Методика применения детских тренажеров в дошкольном образовательном учреждении для детей с дисфункциональными расстройствами билиарного тракта	51
Агнешка Кедр – Физическая активность и способы устранения боли у детей школьного возраста и молодых людей	54
А.В. Корнев, В.Г. Медведев, М.А. Правдов – Показатели технических действий с мячом голболистов разного уровня подготовленности	57
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ	
А.А. Кузьменко, Т.К. Ким, Г.А. Кузьменко – Условия формирования готовности юных хоккеистов к реализации скоростно-силовых способностей при выполнении сложных технических действий	60
В.Ю. Карпов, М.В. Еремин, А.И. Алифиров, Е.Д. Бакулина – Моделирование динамики скорости бега на 400 метров у юных спортсменов	63
СПОРТИВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ	
О.Н. Полухин, В.П. Бабинцев, С.В. Гончарук, Я.А. Гончарук – Управление развитием физкультурно-образовательного пространства вуза на основе проектного подхода	66
КОНСУЛЬТАЦИИ	
Игорь Цеслянки – Антропометрические профили и состав тела сильнейших польских борцов классического стиля	69
В.П. Губа, Р.В. Белютин, Е.Е. Ачкасов – Коронавирус как новая реальность спортивного дискурса	72
«ТРЕНЕР» – журнал в журнале	
И.Г. Максименко, Г.Н. Максименко, И.Г. Комарова, Д.Н. Баева – Скоростная и скоростно-силовая подготовленность спортсменов, специализирующихся при выполнении сложных технических действий	76
И.Н. Никулин, А.В. Посохов, А.В. Воронков, М.Д. Васильев – Успешность выступления национальных команд на чемпионатах Европы по армрестлингу	78
Н.Б. Новикова, Г.Г. Захаров, А.В. Воронов – Биомеханические параметры техники одновременного двухшажного конькового хода сильнейших лыжников-двоеборцев	82
Н.А. Курочкина, П.П. Николаев, Л.А. Богомолова, В.П. Губа – Современная интерпретация оценки качества приема подачи соперника в волейболе	85
С.М. Лукина, Л.В. Митенкова, В.П. Демеш, В.Д. Гетьман – Психофизиологические особенности участниц межвузовских соревнований по чир-спорту	87
ЮГРА НАУЧНО-СПОРТИВНАЯ	
В.В. Апокин, В.С. Павловская, В.Д. Повзун – Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы у пловцов высокой квалификации при широтном перемещении	89
М.Н. Мальков, И.Э. Юденко, С.И. Логинов – Гендерные закономерности проявления физической активности лиц с нарушениями зрения и слуха	92
Н.И. Синяевский, С.М. Обухов, А.В. Фурсов, В.Ю. Лосев – Оценка физической подготовленности детей 5-6 лет на основе применения онлайн-сервиса «БГТюшка»	95
ПЕРСПЕКТИВА	
Л.И. Лубышева – Феномены «маскулинности» и «фемининности» в современном спорте	97
В ПОИСКАХ НОВОГО ПРОРЫВА	
О.Н. Степанова, Д.О. Мореев, В.П. Степанова, Е.Н. Латушкина – Имидж женских олимпийских дисциплин в гендерно-ассоциируемых видах спорта	98
А.Г. Грецов, С.А. Воробьев, Е.А. Анцелиович – Ценностно-мотивационные аспекты антидопингового обучения	101
В.Н. Ирхин, И.В. Ирхина, С.И. Остапенко, Л.Э. Пахомова – Алгоритмический подход в системе физкультурного образования	104
ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ	
Е.В. Кузьмичева – Апробирование спортивно-развлекательных программ с элементами народных игр в общеобразовательной школе	12
С.Ю. Завалишина, А.С. Махов – Физиологически оправданный вариант формирования здорового образа жизни молодежи средствами физического воспитания	15
Л.Г. Уляева, З.Т. Усманова – Психологическая компетентность тренеров и родителей юных спортсменов	18
Е.И. Андрианова, С.И. Карабаева – Подготовка магистрантов к методическому сопровождению физического развития дошкольников посредством кейс-технологий	23
П.Ю. Тарасов, Л.В. Тарасова, В.А. Панков – Критерии технической подготовленности квалифицированных стрелков из лука	26
Л.П. Шустова, С.В. Данилов – Компетентность учителей физической культуры в вопросах гендерного подхода в образовании: возможности развития в системе повышения квалификации	32
А.Л. Похачевский, С.В. Булатецкий, Ю.В. Шулико, А.Б. Петров – Устойчивость адаптационных характеристик организма спортсменов до и после тренировки	1
Б.Х. Ланда – Алгоритмизация диагностики физического состояния школьников	53
Г.П. Чернявский, Ю.В. Мельникова, Н.А. Фомина – Формирование двигательной выразительности в процессе профессионально-прикладной физической подготовки будущих актеров	62
Г.К. Ражабов – Повышение результативности и надежности соревновательной деятельности квалифицированных боксеров	81
А.С. Махов, И.Н. Медведев – Функциональные изменения в организме при нейрорегуляторной дистонии на фоне регулярной физической активности	106
НОВЫЕ КНИГИ	35
ПОЗДРАВЛЯЕМ!	38, 47
ПАМЯТИ УЧЕНОГО	68
ИНФОРМАЦИЯ	91

УСПЕШНОСТЬ ВЫСТУПЛЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ КОМАНД НА ЧЕМПИОНАТАХ ЕВРОПЫ ПО АРМРЕСТЛИНГУ

УДК/UDC 796.093

Поступила в редакцию 20.03.2020 г.



Информация для связи с автором:
Nikulin_I@bsu.edu.ru

Кандидат педагогических наук, доцент **И.Н. Никулин**¹

Кандидат биологических наук, доцент **А.В. Посохов**¹

Кандидат педагогических наук, доцент **А.В. Воронков**¹

М.Д. Васильев¹

¹Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород

COMPETITIVE PERFORMANCE RESULTS OF DIFFERENT NATIONAL TEAMS AT EUROPEAN ARMWRESTLING CHAMPIONSHIPS

PhD, Associate Professor **I.N. Nikulin**¹

PhD, Associate Professor **A.V. Posokhov**¹

PhD, Associate Professor **A.V. Voronkov**¹

M.D. Vasiliev¹

¹Belgorod State National Research University, Belgorod

Аннотация

Цель исследования – выявить эффективность соревновательной деятельности национальных сборных команд различных стран на чемпионатах Европы по армрестлингу в 2015-2019 гг.

Методика и организация исследования. Проведен анализ официальных протоколов чемпионатов Европы по армрестлингу 2015-2019 гг. В качестве критерия использовалось количество завоеванных медалей. В процессе анализа результатов были просуммированы призовые места в борьбе левой и правой рукой.

Результаты исследования и выводы. Выявлены национальные сборные – лидеры европейского армрестлинга среди женщин, среди мужчин и в общем зачете. Проанализирована динамика количества призовых мест стран – лидеров командного зачета среди женщин: России, Украины и Словакии; среди мужчин – Грузии, России и Болгарии; в общем зачете – России, Грузии, Болгарии. Положительная динамика количества призовых мест в 2019 г. по сравнению с 2015 г. выявлена в выступлениях сборных России, Грузии и Армении. Отрицательная динамика – в сборных Болгарии и Украины. Наилучшую положительную динамику результатов показали Армения в 2019 г. по сравнению с 2015 г., Грузия в 2016 г. по сравнению с 2015 г. Наибольшую отрицательную динамику показала Турция в 2017 г. по сравнению с 2015 г. На чемпионатах Европы 2015-2019 гг. призовые места завоевывали армрестлеры из 20 стран, первые места – из 9 стран. Сборная команда России по армрестлингу является лидером на чемпионатах Европы за последние пять лет по общему количеству призовых мест и в зачете среди женщин. По количеству призовых мест среди мужчин лидирует сборная Грузии, среди женщин она находится на 8-м месте, лишь 8 % призовых мест от общего числа сборной. На долю женщин в сборной команде Словакии приходится 100 % призовых мест, Швеции – 87,5 % и Литвы – 78,5 %. В сборной команде Румынии 100 % призовых мест завоевано мужчинами, в сборной Армении – 75 %.

Ключевые слова: армрестлинг, международные соревнования, чемпионаты Европы, медальный зачет, призовые места.

Annotation

Objective of the study was to determine the effectiveness of competitive activity of the national teams from different countries at the European armwrestling championships in 2015-2019.

Methods and structure of the study. We analyzed the official protocols of the European armwrestling championships in 2015-2019. The number of prizes won served as an evaluation criterion. During the analysis of the competitive results, the winning places for the left- and right-handers were summed.

Results of the study and conclusions. The analysis revealed Europe's top national armwrestling teams: men's, women's, and in the overall standing. We studied the dynamics of the number of prizes won by the top three countries - leaders of the team classification: among women - Russia, Ukraine, and Slovakia; among men - Georgia, Russia, and Bulgaria; in the overall standing - Russia, Georgia, and Bulgaria. There was a positive dynamics in the number of prizes won in 2019 versus 2015 - Russia, Georgia, and Armenia, and a negative dynamics - Bulgaria and Ukraine. The best positive trend was observed among the national teams of Armenia - in 2019 as opposed to 2015 and Georgia - in 2016 as opposed to 2015. Turkey demonstrated the greatest negative dynamic in 2017 as opposed to 2015. At the 2015-2019 European championships, the prizes were won the armwrestlers from 20 countries, the first prizes - by those from 9 countries. The Russian national team has been the leader at the European championships for the past five years in terms of the total number of prizes one and in the overall standings among women. By the number of medals won by men, Georgia took the lead, while the Georgian women took the 8th place, with only 8% of prizes from their total number in the national team. The Slovak women made 100% of the prizes, Swedish - 87.5%, and Lithuanian - 78.5%. In the Romanian national team, men won 100% of prizes, in that of Armenia - 75%.

Keywords: armwrestling, international competitions, European championships, medal standings, prizes.

Введение. Одним из наиболее важных показателей, характеризующих эффективность деятельности национальной спортивной федерации, направленной на реализацию программы развития вида спорта в стране, является количество завоеванных медалей спортсменами на крупнейших международных соревнованиях. Главными международными

соревнованиями в любительском армрестлинге являются чемпионаты мира и Европы, которые проводятся ежегодно. Эффективность выступления на них является специфическим и интегральным результатом соревновательной деятельности спортсменов, важнейшим критерием уровня развития вида спорта в стране [3, 4].

Shih (2018) отмечает, что анализ спортивных данных становится все более масштабным, разнообразным и общедоступным [6]. Однако по-прежнему возникают трудности с быстрым доступом к наиболее важной информации. Анализ эффективности выступления спортсменов на крупнейших международных соревнованиях может быть действенным инструментом ежегодной объективной оценки деятельности федерации по развитию вида спорта и позволит выявлять слабые места, своевременно корректировать этапные задачи и меры по их решению [1, 2].

Цель исследования – выявить эффективность соревновательной деятельности национальных сборных команд различных стран на чемпионатах Европы по армрестлингу в 2015–2019 гг.

Методика и организация исследования. Для выявления эффективности соревновательной деятельности ведущих национальных команд различных стран на чемпионатах Европы по армрестлингу за 5 лет были проанализированы протоколы соревнований. В качестве критерия использовали количество завоеванных медалей. В процессе анализа результатов были просуммированы призовые места в борьбе левой и правой рукой.

Результаты исследования и их обсуждение. На чемпионатах Европы по армрестлингу в 2015–2018 гг. соревнования проводились в 18 индивидуальных дисциплинах с подведением командного зачета (у женщин – 7 весовых категорий, у мужчин – 11) [2]. Соревнования проводились отдельным зачетом в борьбе левой и правой рукой. Ежегодно разыгрывалось 14 комплектов медалей у женщин и 22 – у мужчин. В 2019 г. добавилась еще одна весовая категория у женщин – до 90 кг и разыгрывалось 16 комплектов.

В табл. 1 приведены результаты медального зачета чемпионатов Европы по армрестлингу среди мужчин и женщин за 2015–2019 гг. ведущих национальных сборных команд различных стран.

Возглавляет список медального зачета за последние 5 лет Россия, на 70 позиций отстает Грузия, 3-е место делят Болга-

рия и Украина. 6-е и 7-е места занимают национальные сборные Турции и Армении. Всего медали завоевывали армрестлеры из 20 стран.

Положительная динамика количества призовых мест в 2019 г. по сравнению с 2015 г. выявлена в выступлениях сборных России, Грузии и Армении. Отрицательная динамика – в сборных Болгарии и Украины.

Наилучшую положительную динамику результатов показали Армения в 2019 г. по сравнению с 2015 г. (соответственно

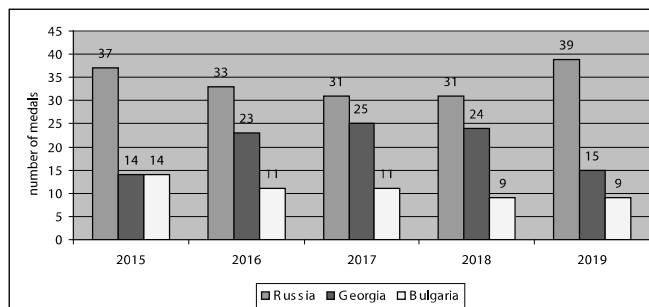


Рис. 1. Динамика количества медалей стран – лидеров командного зачета на чемпионатах Европы 2015-2019 гг. среди женщин и мужчин (левая и правая рука)

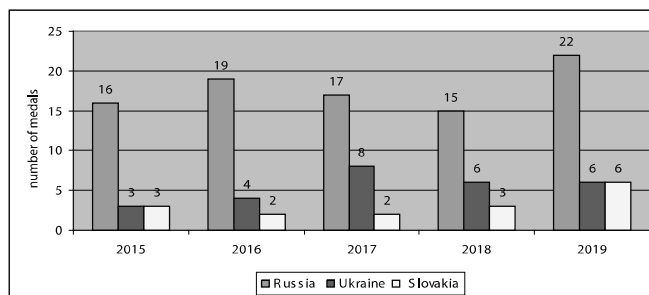


Рис. 2. Динамика количества медалей стран – лидеров командного зачета на чемпионатах Европы 2015-2019 гг. среди женщин (левая и правая рука)

Таблица 1. Распределение призовых мест на чемпионатах Европы по армрестлингу 2015-2019 гг. среди женщин и мужчин (левая и правая рука)

Место	Страна	2015			2016			2017			2018			2019			Всего
		З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	
1	Россия	11	17	9	10	12	11	16	8	7	9	15	7	20	14	5	171
2	Грузия	3	5	6	11	4	8	9	8	8	6	10	8	4	6	5	101
3	Болгария	6	5	3	5	5	1	2	4	5	3	3	3	5	1	3	54
4	Украина	7	2	4	1	6	3	2	6	5	5	0	4	0	4	5	54
5	Турция	3	1	5	4	1	2	1	1	1	3	3	2	2	5	2	36
6	Армения	0	0	0	2	1	1	0	3	1	3	1	1	2	0	5	20
7	Словакия	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	2	2	3	1	16
8	Швеция	2	1	0	0	0	1	0	1	1	2	2	3	0	0	3	16
9	Литва	2	0	1	2	0	0	3	0	0	2	1	1	2	0	0	14
10	Латвия	0	2	1	0	1	2	0	1	0	2	0	1	1	1	1	13
11	Венгрия	0	0	2	0	2	2	2	0	0	0	0	1	0	1	2	12
12	Румыния	0	0	1	0	2	2	1	0	2	0	0	0	0	0	2	10
13	Беларусь	0	1	2	0	0	1	0	0	3	0	0	0	0	2	1	10
14	Польша	0	0	0	0	1	1	0	2	2	0	0	0	0	0	0	6
15	Азербайджан	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
16	Италия	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	3
17	Германия	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2
18	Молдова	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	2
19	Финляндия	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2
20	Израиль	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1

Примечание. З – количество первых мест; С – количество вторых мест; Б – количество третьих мест.

Таблица 2. Распределение медалей на чемпионатах Европы 2015-2019 гг. среди женщин (левая и правая рука)

№	Страна	2015			2016			2017			2018			2019			Всего
		З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	
1	Россия	6	8	2	6	6	7	7	5	5	4	9	2	11	8	3	89
2	Украина	1	1	1	1	3	0	1	3	4	3	0	3	0	2	4	27
3	Словакия	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	2	2	3	1	16
4	Швеция	2	0	0	0	0	1	0	1	1	2	1	3	0	0	3	14
5	Турция	2	1	2	2	0	1	0	0	0	2	2	1	0	0	0	13
6	Литва	2	0	1	2	0	0	2	0	0	2	0	0	2	0	0	11
7	Венгрия	0	0	2	0	2	1	2	0	0	0	0	1	0	1	1	10
8	Грузия	0	0	0	1	0	1	2	0	0	0	2	0	0	0	2	8
9	Беларусь	0	1	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	1	8
10	Болгария	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	6

Примечание. З – количество первых мест; С – количество вторых мест; Б – количество третьих мест.

Таблица 3. Распределение медалей на чемпионатах Европы 2015-2019 гг. среди мужчин (левая и правая рука)

№	Страна	2015			2016			2017			2018			2019			Всего
		З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	З	С	Б	
1	Грузия	3	5	6	10	4	7	7	8	8	6	8	8	4	6	3	93
2	Россия	5	9	7	4	6	4	9	3	2	5	6	5	9	6	2	82
3	Болгария	6	4	2	4	5	1	2	3	4	3	3	3	4	1	3	48
4	Украина	6	1	3	0	3	3	1	3	1	2	0	1	0	2	1	27
5	Турция	1	0	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	2	5	2	22
6	Армения	0	0	0	2	1	1	0	3	1	0	0	0	2	0	5	15
7	Румыния	0	0	1	0	2	2	1	0	2	0	0	0	0	0	2	10
8	Латвия	0	1	0	0	0	1	0	1	0	2	0	0	1	1	1	8
9	Литва	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	3
10	Азербайджан	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3

Примечание. З – количество первых мест; С – количество вторых мест; Б – количество третьих мест.

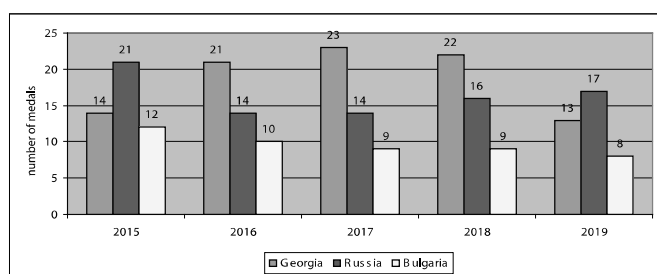


Рис. 3. Динамика количества медалей стран – лидеров командного зачета на чемпионатах Европы 2015-2019 гг. среди мужчин (левая и правая рука)

7 и 0 призовых мест), Грузия в 2016 г. по сравнению с 2015 г. – соответственно 23 и 14 призовых мест (рис. 1). Наибольшую отрицательную динамику показала Турция – 3 призовых места в 2017 г. по сравнению с 9 в 2015 г.

В табл. 2 представлены результаты выступлений на чемпионатах Европы 2015–2019 гг. среди женщин. Возглавляют список стран по количеству призовых мест среди женщин Россия и Украина, на 3-м месте – сборная Словакии. Грузия и Болгария не входят в топ-6 стран по количеству призовых мест у женщин, занимая соответственно 8-е и 10-е места.

Положительная динамика количества призовых мест в 2019 г. по сравнению с 2015 г. характерна для тройки веду-

щих национальных команд: России плюс 5 медалей, Украина и Словакия – плюс 3 медали.

В табл. 3 представлены результаты выступлений мужчин на чемпионатах Европы 2015–2019 гг.

Возглавляют список стран по количеству призовых мест Грузия, на 2-м месте Россия, на 3-м – Болгария. 4–6-е места – у национальных сборных команд Украины, Турции и Армении.

Отмечено, что сборная России лидирует по количеству первых мест – 33, у Грузии – 30. Наилучшая положительная динамика результатов отмечена у сборных Турции – плюс 5 медалей в 2019 г. по сравнению с 2015 и у Армении – плюс 7 медалей. Наиболее отрицательная динамика – у сборной Украины – минус 7 медалей в 2019 г. по сравнению с 2015 г.

Выводы. На чемпионатах Европы 2015–2019 гг. призовые места завоевывали армрестлеры из 20 стран, первые места – из 9 стран. Сборная команда России по армрестлингу является лидером на чемпионатах Европы за последние 5 лет по общему количеству призовых мест и в зачете среди женщин. По количеству призовых мест среди мужчин лидирует сборная Грузии, среди женщин она находится на 8-м месте, лишь 8% призовых мест от общего числа сборной. На долю женщин в сборной команде Словакии приходится 100% призовых мест, Швеции – 87,5% и Литвы – 78,5%. В сборной команде Румынии 100% призовых мест завоевано мужчинами, в сборной Армении – 75%.

Литература

1. Никулин И.Н. Основные тенденции результативности выступления ведущих сборных команд на чемпионатах и Первенствах мира по армрестлингу в 2013-2017 годы [Текст] / И.Н. Никулин, Г.В. Лобанов, Д.А. Останков, М.Д. Васильев // Научный журнал «Дискурс». – 2018. – № 8 (22). – С. 68-74.
2. Никулин И.Н. К вопросу об эффективности выступления сборных команд России по армрестлингу на чемпионатах мира в 2014-2018 годы [Текст] / И.Н. Никулин, В.А. Максименко, А.В. Посохов, Д.Н. Толмачев // Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях: материалы XI Всероссийской научно-практической конференции / Липецк, 29-30 ноября 2018 г. – Липецк: ЛГПУ им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2018. – С. 79-84.
3. Никулин И.Н. Результативность выступления национальных сборных команд на международных соревнованиях по армрестлингу [Текст] / И.Н. Никулин, Ф.И. Собынин, А.В. Посохов, В.А. Максименко // Теория и практика физ. культуры. – 2019. – 12 (978). – С. 80-83.
4. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм [Текст]: отечественный и зарубежный опыт: история и современность / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2010. – 308 с.

References

1. Nikulin I.N., Lobanov G.V., Ostanokov D.A., Vasilev M.D. Osnovnye tendentsii rezultativnosti vyistupleniya vedushchikh sbornykh komand na chempionatakh i Pervinstvakh mira po armrestlingu v 2013-2017 gody [Main trends in performance of leading national teams at world cham-

2. Nikulin I.N., Maksimenko V.A., Posokhov A.V., Tolmachev D.N. K voprosu ob effektivnosti vystupleniya sbornykh komand Rossii po armrestlingu na chempionatakh mira v 2014-2018 gody [Effectiveness of performance of Russian national armwrestling teams at world championships in 2014-2018]. Razvitie fizicheskoy kultury i sporta v kontekste samorealizatsii cheloveka v sovremennykh sotsialno-ekonomicheskikh usloviyakh [Development of physical education and sports in context of human self-realization in modern socio-economic conditions]. Proc. XI nat. research-practical conference. Lipetsk, November 29-30, 2018. Lipetsk: Leningrad State Pedagogical University named after P.P. Semenov-Tian-Shansky publ., 2018. pp. 79-84.
3. Nikulin I.N., Sobyenin F.I., A Posokhov.V., Maksimenko V.A. Rezultativnost vystupleniya natsionalnykh sbornykh komand na mezhdunarodnykh sorevnovaniyakh po armrestlingu [Competitive performance results of leading national teams in major international armrestling competitions. Teoriya i praktika fiz. kultury. 2019. 12 (978). pp. 80-83.
4. Platonov V.N. Sport vysshikh dostizheniy i podgotovka natsionalnykh komand k Olimpiyskim igram: otechestvennyy i zarubezhnyy opyt: istoriya i sovremennost [Elite sports and training of Olympic national teams: domestic and foreign experience: history and modernity]. M.: Sovetskiy sport publ., 2010. 308 p.
5. Podrigalo, L. V., Iermakov, S. S., Nosko, M. O., Galashko, M. N., & Galashko, N. I. (2015). Study and analysis of armwrestlers' forearm muscles' strength. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 531-537. <https://doi.org/10.7752/jpes.2015.03080>
6. Shih, H.C. (2018). A Survey of Content-Aware Video Analysis for Sports. IEEE Transactions on Circuits and Systems for Video Technology, 28(5), 1212-1231. <https://doi.org/10.1109/tcsvt.2017.2655624>.

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

ПОВЫШЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ И НАДЕЖНОСТИ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
БОКСЁРОВ

Доктор философии **Г.К. Ражабов**¹

¹Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, Чирчик

УДК/UDC 796.093

Ключевые слова: бокс, методика, спорт, соревновательная деятельность, квалификационные боксеры.

Цель исследования – экспериментальное обоснование методики построения тренировочного процесса с учётом индивидуальных характеристик квалифицированных боксёров.

Методика и организация исследования. На базе УзГУФКС был организован и проведен формирующий педагогический эксперимент. В нем были заняты 18 боксёров, имеющих звание мастера спорта, примерно 20 % своего недельного времени испытываемые тратили на физическую активность. Тренировочный процесс в экспериментальной группе осуществлялся с учетом разработанных психолого-педагогических рекомендаций и подобранных психотехнических упражнений в обычном режиме тренировок.

В процессе индивидуализации подготовки спортсменов экспериментальной группы составлялись индивидуальные характеристики боксёров, на основе которых конкретизировались средства и методы технико-тактического совершенствования и способы управления в тренировочном процессе и соревнованиях.

Для совершенствования умений скоротечного ведения схватки и позиционного их построения тренировочные поединки проводились с неожиданным изменением условий деятельности, с ограничением во времени, с увеличением или уменьшением площади ринга. Повышение общей результативности ведения поединков достигалось за счёт снижения эффектов воздействия соревновательных помех на деятельность спортсменов [1]. Для этого совершенствовались умения преодолевать препятствия, требующие проявления волевых качеств, развивать способность к саморегуляции эмоциональных состояний.

ACTIONS TO IMPROVE PERFORMANCE AND RELIABILITY
OF COMPETITIVE ACTIVITIES OF SKILLED BOXERS

Doctor of Philosophy **G.K. Razhobov**¹

¹Uzbek State University of Physical Culture and Sports, Chirchik

Поступила в редакцию 07.05.2020 г.

Результаты исследования и их обсуждение. В условиях применения авторской методики показатели общей результативности боевых действий возросли с $65,21 \pm 11,03$ до $70,42 \pm 10,09$ ($p < 0,05$), что составляет 5,21% прироста, показатель результативности атак – с $31,84 \pm 8,67$ до $37,95 \pm 9,07$ ($p < 0,05$) – 6,11% прироста, показатель результативности защит – с $42,06 \pm 10,08$ до $46,41 \pm 11,36$ ($p < 0,05$) – 4,35% прироста. В то же время анализ полученных результатов выявил достоверное уменьшение в экспериментальной группе объёмов нереализованных нападений с $21,85 \pm 6,08$ до $18,57 \pm 5,53$ ($p < 0,05$), что составляет 3,32%. Наряду с повышением у боксёров показателей мобилизационной готовности психомоторных операций с $62,09 \pm 33,05$ до $68,43 \pm 27,67$ ($p < 0,01$) – 10,21% прироста – значительно повысилась уверенность при решении трудных задач с $31,27 \pm 9,18$ до $38,61 \pm 8,96$ ($p < 0,05$), что составляет 7,34% прироста, а также улучшились показатели времени ошибочных реакций с $287,56 \pm 36,67$ до $272,15 \pm 27,01$ ($p < 0,05$) – 5,36% прироста.

Вывод. Сравнение показателей соревновательной деятельности квалифицированных боксёров в начале и в конце эксперимента доказало эффективность применения методики повышения устойчивости технико-тактического мастерства квалифицированных боксёров на основе учёта боевого арсенала боксёров, стилиевой направленности деятельности, индивидуально-психологических особенностей личности спортсменов.

Литература

1. Ражабов Г.К. Влияние сбивающих факторов на психологическую устойчивость квалифицированных боксёров в экстремальных условиях соревнований / Г.К. Ражабов // X Международная научная конференция «Актуальные задачи педагогики». – Санкт-Петербург, январь 2019 г. – С. 7.

Информация для связи с авторами: 01tsue@mail.ru