



**Актуальные проблемы теории и методики
армрестлинга, бодибилдинга,
гиревого спорта, мас-рестлинга,
пауэрлифтинга и тяжелой атлетики**



Министерство просвещения Российской Федерации

Министерство спорта Российской Федерации

Министерство физической культуры и спорта Чувашской Республики

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Чувашский государственный педагогический
университет им. И. Я. Яковлева»

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ
АРМРЕСТЛИНГА, БОДИБИЛДИНГА, ГИРЕВОГО СПОРТА,
МАС-РЕСТЛИНГА, ПАУЭРЛИФТИНГА И ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ**

Выпуск 7

Сборник научных статей

**Чебоксары
2020**

УДК 796.88/89(082)
ББК 75.691.1я431; 75.712.5я431
А 437

Актуальные проблемы теории и методики армрестлинга, бодибилдинга, гиревого спорта, мас-рестлинга, пауэрлифтинга и тяжелой атлетики. Вып. 7 : сб. науч. статей / Чуваш. гос. пед. ун-т ; под ред. В. П. Сименя. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2020. – 175 с.
ISBN 978-5-88297-486-1

Печатается по решению ученого совета Чувашского государственного педагогического университета им. И. Я. Яковлева (протокол № 11 от 19.06.2020 г.).

Научный редактор – кандидат педагогических наук, профессор
В. П. Симень

В сборнике представлены материалы VII Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции «Актуальные проблемы теории и методики армрестлинга, бодибилдинга, гиревого спорта, мас-рестлинга, пауэрлифтинга и тяжелой атлетики», включенной в План проведения научных конгрессов и конференций Министерства спорта Российской Федерации в 2020 году (приказ № 1165 от 31.12.2019 г.), которая состоялась в Чувашском государственном педагогическом университете им. И. Я. Яковлева 22 мая 2020 г. В числе авторов – ведущие ученые и специалисты в области силовых видов спорта России (Белгородская, Ленинградская, Омская, Ростовская, Самарская, Тюменская области, республики Татарстан, Чувашия и Саха-Якутия), Узбекистана и Украины.

Рассматриваются перспективные направления решения актуальных проблем совершенствования теории и методики армрестлинга, бодибилдинга, гиревого спорта, мас-рестлинга, пауэрлифтинга и тяжелой атлетики.

В перспективе на настоящую конференцию планируется приглашать и ученых-педагогов и специалистов в области многоборья и единоборств. В этой связи в разделе 5 приводится материал по актуальным проблемам теории и методики физического воспитания, многоборья и единоборств.

ISBN 978-5-88297-486-1

© Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева, 2020

нагрузки при этом характерны для развития общей и специальной выносливости, а большие и предельные для увеличения силы с мышечной массы.

Таким образом, использование тренажёров и дополнительных отягощений делает тренировочный процесс насыщенным и в сочетании силовыми упражнениями в большей мере обеспечивает прирост силовых возможностей занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дворкин, Л. С. Силовая подготовка школьников / Л. С. Дворкин, Ф. Ф. Хабаров. – Краснодар : КГАФК, 2014. – 236 с.
2. Кадыров, Н. Н. Рабочая программа. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Гиревой спорт / Н. Н. Кадыров. – Уфа, 2017. – 16 с.
3. Симень, В. П. Совершенствование методики психологической подготовки гиревиков в структуре поэтапной многолетней спортивной тренировки / В. П. Симень, Г. Л. Драндров // Вестник Чувашского педагогического университета им.И.Я.Яковлева. – 2016. –№2 – С. 177–184.

REFERENCES

1. Dvorkin, L. S. Power training of schoolchildren / L. S. Dvorkin, F. F. Khabarov. – Krasnodar: KGAFK, 2014. – 236 p.
2. Kadyrov, N. N. Working programm. Elective disciplines in physical education and sports.Kettlebell lifting / N. N. Kadyrov. – Ufa, 2017. – 16 p.
3. Simen, V. P. Improving the methodology of psychological training of weight lifters in the structure of a multi-stage multi-year sports training / V. P. Simen, G. L. Drandrov // Bulletin of the Chuvash Pedagogical University named after I.Ya. Yovlev. – 2016. – №2. – P. 177–184.

УДК 7.092

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННОЙ СИСТЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО АРМРЕСТЛИНГУ

DESIGNING AN INFORMATION SYSTEM FOR ARMWRESTLING COMPETITIONS

Никулин Э. И., Никулин И. Н., Польшиков К. А., Посохов А. В.

Nikulin E. I., Nikulin I. N, Polshikov K. A., Posohov A. V.

*ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный
исследовательский университет», г. Белгород, Россия*

*Federal state Autonomous educational institution of higher education
"Belgorod state national research University", Belgorod, Russia*

Аннотация: В статье проанализированы недостатки действующих программ проведения соревнований по армрестлингу. Рассмотрены возможности электронной программы проведения соревнований по армрестлингу. Обоснована необходимость создания новой программы для автоматизации и оптимизации процессов проведения спортивных соревнований по армрестлингу. Описаны задачи, которые необходимо будет решить новой программе: возможность ввода полной информации о мероприятии, о категориях участников, об отдельных участниках, отдельной обработке результатов поединков на левой и правой руках, формирования протокола соревнований в официальном шаблоне, утвержденном Министерством спорта Российской Федерации.

Abstract: The article analyzes the disadvantages of existing programs for armwrestling competitions. The possibilities of the electronic program for armwrestling competitions are considered. The necessity of creating a new program for automating and optimizing processes of armwrestling sports competitions is justified. This program will solve the following tasks: the ability to enter full information about the event, the categories of participants, individual participants. This program also will separate processing of the results of fights on the left and right hands, and it will have to form the protocol, which template was approved by the Ministry of sports of the Russian Federation.

Ключевые слова: информационная система, соревнования, армрестлинг, проектирование системы.

Key words: information system, competitions, armwrestling, system design.

Актуальность. В настоящее время возросла популярность спортивных мероприятий, как в нашей стране, так и в мире. Данное явление связано со многими факторами: с развитием веб-технологий, социальных сетей, которые позволяют новостям мгновенно распространяться по всему миру; с политикой популяризации спорта среди населения и со многими другими [1].

Мировые и национальные спортивные федерации стремятся к развитию инфраструктуры для обеспечения проведения мероприятий на высоком уровне как для участников, так и для зрителей. В связи с этим, спортивные федерации армрестлинга поднимают вопрос, как можно оптимизировать или улучшить систему проведения соревнований по данному виду спорта [2].

С каждым годом, соревнования по армрестлингу становятся все более популярными, количество участников увеличивается, конкуренция становится сильнее. Проводится большая работа по совершенствованию правил соревнований, уточняются особенности работы судей для того, чтобы контроль за поединками носил более объективный характер [3, 4]. Необходимо учитывать особенности технического сопровождения соревнований.

Цель исследования – анализ недостатков действующих программ проведения соревнований по армрестлингу, выявление основных направлений ее совершенствования.

Методика и организация исследования. Опрос и анкетирование главных судей и главных секретарей всероссийских и региональных соревнований.

Результаты исследования и их обсуждение. В настоящее время большинство соревнований по армрестлингу регионального и муниципального уровня проводятся вручную, что влечет за собой ряд недостатков. К ним относятся:

- 1) если соревнования крупные, требуется несколько технических секретарей для ведения протоколов соревнований;
- 2) секретарь может сделать ошибку в протоколе, пропустить спортсмена, из-за чего придется приостанавливать соревнования, заново проводить поединок или несколько поединков;
- 3) секретарь на каждый поединок вручную записывает фамилии участников. Если в весовой категории 16 участников, то секретарю до 6 раз необходимо вписывать каждую фамилию;
- 4) после завершения поединков главный секретарь создает вручную итоговый протокол соревнований, что приводит к ошибкам в расчетах, потере времени, увеличению продолжительности соревнований;
- 5) нет систематизации хранения информации о пройденных соревнованиях после их завершения.

Указанные недостатки обусловили необходимость разработки и внедрения компьютерной системы, которая смогла бы снизить нагрузку на секретарей, оптимизировать и ускорить процессы проведения спортивных соревнований.

В 2006 году член президиума Федерации армрестлинга Польши Мартин Милинчук создал свою версию информационной системы проведения спортивных соревнований по армрестлингу. Данная программа использовалась повсеместно, в том числе на соревнованиях высокого уровня в России и за рубежом.

Программа написана на языке PHP, хранение данных обеспечивалась с помощью MySQL Server. Информационная система позволяет создавать соревнования, записывать информацию о них, а также вести учет результатов спортсменов. Интерфейс данной программы показан на рисунке.

Рисунок. Интерфейс информационной системы программы проведения спортивных соревнований по армрестлингу (М. Милинчук, Польша)

Работа данной программы имеет несколько существенных недостатков, на которые ссылаются секретари спортивных соревнований:

1) информационная система написана с использованием старых версий Apache, PHP, MySQL, что больше не позволяет поддерживать данную программу;

2) в программе нет русскоязычного интерфейса;

3) большое количество ошибок при написании, что ведет к следующим проблемам:

а. требуется мощный компьютер для обработки данных о результатах поединков (процессор с 8 ядрами, оперативная память 16 гигабайт), иначе, программа будет часто перезапускаться;

б. информационная система совместима лишь с интернет-браузером «Mozilla Firefox», в других браузерах программа работает нестабильно;

с. информационная система во время своей работы и после нее оставляет большое количество кэша (от 6 гигабайт в файлах программы);

д. при большом количестве участников в соревнованиях, система работает очень медленно;

е. частые сбои в работе, несмотря на соблюдение всех требований.

Для автоматизации процессов проведения спортивных соревнований необходимо создать новую программу. В результате опроса главных судей и секретарей соревнований по армрестлингу определен перечень возможностей, которыми она должна обладать:

1. Возможность ввода информации о мероприятии, а именно: уровень соревнований, место проведения, информацию о составе судейской коллегии, а также информацию о количестве столов, за которыми проводятся поединки.

2. Возможность ввода информации о категориях участников, их обработка в процессе соревнований. Информация должна содержать пол участников, наименование весовой категории, номер стола, за которым проводятся поединки.

3. Возможность ввода и обработки информации непосредственно об участниках. Она должна содержать дату рождения, фамилию, имя, отчество участника, вес, квалификацию (спортивное звание или разряд) и информацию о команде, за которую выступает данный участник.

4. Возможность формирования стартового протокола и карточек участников.

5. Возможность отдельной обработки результатов поединков на левой и правой руке или в двоеборье, а также в различных возрастных категориях и категориях инвалидов.

6. Возможность выбирать систему проведения соревнований, изменять методику подсчета индивидуальных и командных очков.

7. Понятный интерфейс должен обеспечивать пользователю удобство и быстроту работы в процессе проведения соревнований.

8. В случае возникновения ошибок, программа должна иметь возможность отменить действие.

9. Возможность вывода оперативной информации о поединках на внешние экраны (например, пары соперников с фото, турнирной сетки весовой категории).

10. По окончании соревнований полученные данные должны анализироваться, сортироваться, тем самым формируя протокол соревнований в официальном шаблоне, утвержденном министерством спорта Российской Федерации, который отражает итоговые места спортсменов. Информационная система должна иметь возможность печати протокола, либо экспорта в документ формата «.doc» или «.docx».

Это позволит ускорить процессы ведения спортивных соревнований по армрестлингу, а также уменьшит до минимума возможность возникновения ошибок, связанных с человеческим фактором.

Заключение. Интерфейс программного продукта проведения соревнований по армрестлингу должен быть организован таким образом, чтобы пользователи без особых усилий смогли разобраться с работой системы. Данный программный продукт должен обеспечить возможность проведения поединков, документооборот, хранение информации о соревнованиях, об участниках. Это позволит оптимизировать работу организаторов, значительно сократить количество технических секретарей, сэкономить часть бюджета на проведение спортивного мероприятия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Буч, Г. Объектно-ориентированный анализ и проектирование с примерами приложений, 3-е изд. [Текст] / Буч Градди, Максимчук Роберт А., Энгл Майкл У., Янг Бобби Дж., Коаллен Джим, Хьюстон Келли А.: Пер с англ. – М. : ООО “И.Д. Вильямс”, 2010. – 720 с.

2. Никулин, И. Н. Анализ совершенствования правил соревнований по армспорту в Российской Федерации в 2011–2015 годах [Текст] / И. Н. Никулин, М. А. Дарбинян, М. А. Полупанов // Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта : материалы II Всерос. заоч. науч.-практич. конф., 10 ноября 2015 г. // НИУ «БелГУ»; под общ. ред. И.Н. Никулина. – Белгород : ИД Белгород» НИУ «БелГУ», 2015. – С. 324–327.

3. Никулин, И. Н. Основные тенденции совершенствования всероссийских правил соревнований по армрестлингу [Текст] / И. Н. Никулин, М. А. Дарбинян // Культура физическая и здоровье / под ред. Лотоненко А. В. – Воронеж : ВГПУ, 2017. – С. 46–47.

4. Никулин, И. Н. Сравнительная характеристика правил соревнований по армрестлингу в Российской Федерации в 1990 и 2015 годах [Текст] / И. Н. Никулин, М. А. Дарбинян // Инновационные технологии в физическом воспитании и спорте: материалы всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием / под ред. А. Ю. Фролова. – Тула : Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л. Н. Толстого, 2015. – С. 154–156.

REFERENCES

1. Buch G., Maksimchuk R.A., Engl M.Y., Young Bobby Dj., Konallen D., Huston K.A. Objectno-orientirovanniy analiz i proektirovaniye s primerami prilogeniy, tretie izdanie [Object-oriented analysis and design with application examples]. Translate from English. – Moscow: «I.D. Williams», 2010. – 720 s.

2. Nikulin I.N., M.A. Darbinyan, M.A. Polupanov. Analiz sovershenstvovaniya pravil sorevnovaniy po armsportu v Rossiiskoy Federacii v 2011–2015 godah [The analysis of improving

the rules of armsport competitions in the Russian Federation in 2011-2015]. Current state and trends in the development of physical culture and sport: materials from II all-Russian correspondence scientific and practical conference, the 10 of November, 2015. Under the General editorship of I.N. Nikulin. Belgorod State University, 2015. – Ss. 324–327.

3. Nikulin I.N., M.A. Darbinyan. Osnovniye tendencii sovershenstvovaniya vserossiyskikh pravil sorevnovaniy po armrestlingu [Main trends in improving the all-Russian rules of armwrestling competitions]. Quarterly scientific and methodological journal "Physical culture and health". Under A.V. Lotonenko's supervision – Voronezh: VGPU, 2017. Ss. 46–47.

4. Nikulin I.N., M.A. Darbinyan. Sravnitel'naya harakteristika pravil sorevnovaniy po armrestlingu v Rossiiskoy Federacii v 1990 i 2015 godah [Comparative characteristics of the rules of armwrestling competitions in the Russian Federation in 1990 and 2015]. Innovative technologies in physical education and sport: Materials from all-Russian scientific-practical conference with international participation. Under A.U. Frolova's supervision. – Tula: The publishing house of Tula State Pedagogical University named after Tolsoy, 2015. – Ss. 154–156.

УДК 796

ФАКТОРЫ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЕ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЮ В СИСТЕМЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СПОРТСМЕНОВ-ГИРЕВИКОВ

FACTORS THAT DETERMINE INDIVIDUALIZATION IN THE SYSTEM TRAINING PROCESS FOR WEIGHTLIFTERS

Сальников В. А., Хозей С. П., Нечаев А. В., Бондаренко А. М.

Salnikov V. A., Khozei S. P., Nechaev A. V., Bondarenko A. M.

Филиал Военной академии материально-технического обеспечения имени генерала армии А. В. Хрулева, г. Омск, Россия

Branch of the Military Academy of logistics named after General of the army A. V. Khrulev, Omsk, Russia

viktor.asalnikov1@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются факторы, обуславливающие индивидуализацию в тренировочном процессе спортсменов, занимающихся гиревым спортом. К ним относятся морфологические показатели, индивидуально-типологические особенности, генетические признаки. Но в основе всего этого должна лежать оптимизация технологии тренировочного процесса, соответствующая индивидуально-типологическим особенностям занимающегося. При этом последние могут оказывать как прямое, так и косвенное влияние на склонности, способности и результативность соревновательной деятельности.

Annotation. The article deals with the factors that determine the individualization of athletes engaged in kettlebell sport in the training process. These include morphological indicators, individual typological features, and genetic characteristics. But at the heart of all this should be the