

УДК 612:796

**Коренберг Владимир Борисович. Спортивная биомеханика.** Словарь-справочник: Учебное пособие. —Часть I. Механика.

/ Московская государственная академия физической культуры.

—Малаховка: МГАФК, 1998. — 120 с.

**ISBN 5-900871-22-3**

Рецензенты:

канд. техн. наук А.В.Хохлов,

канд. техн. наук Г.М.Грошев

Настоящий словарь-справочник предназначен в основном для помощи студентам физкультурных вузов в освоении курса учебной дисциплины «Биомеханика». Часть I «Механика» может существенно помочь также в освоении раздела «Механика» курса учебной дисциплины «Физика». Содержание словаря выходит за рамки курса в расчете на студентов, желающих более глубоко освоить курс биомеханики, а также на аспирантов, соискателей, преподавателей физкультурных вузов, тренеров и преподавателей кафедр физического воспитания, учителей физкультуры. Статьи, раскрывающие понятия, которые явно выходят за рамки стандартного курса биомеханики для студентов физкультурного вуза, выделены в приложение. Основной раздел и приложение каждой части словаря предваряются алфавитными указателями статей, где шрифтовым выделением обозначена важность, по мнению автора, соответствующих понятий для освоения курса.

Предполагается пользование словарем-справочником в основном как индивидуальным пособием, т.е. имеющимся на руках у каждого студента и в процессе прохождения курса (на аудиторных занятиях, при самоподготовке), и в процессе подготовки к экзамену. Такой профессионально ориентированный словарь целесообразно иметь в своей личной библиотеке каждому специалисту в области физического воспитания и спорта.

© Коренберг Владимир Борисович, 1998



## От автора

Знание основ механики — профессионально важное знание для специалиста по физическому воспитанию и спорту, потому что позволяет понять ряд принципиальных факторов, в той или иной степени влияющих на эффективность или дефектность спортивность двигательной активности. С позиций механики можно понять, конечно же, далеко не всё. Следует предостеречь от своего рода фетишизации законов, положений и зависимостей механики при анализе техники спортивных двигательных действий (СДД) и ее реализации: далеко не только механические факторы определяют степень целесообразности конкретной системы движений в конкретных обстоятельствах, огромную роль могут играть функциональное состояние спортсмена, факторы, связанные с управлением движениями, особенности внешних условий (включая текущие двигательные особенности партнеров и противников), особенности спортивной ситуации.

Тем не менее, знание механики и умение применять ее законы при анализе спортивной двигательной активности позволяют избежать многих серьезных затруднений в технической подготовке спортсменов: лучше определять сущность двигательных ошибок, находить пути их преодоления, находить наиболее целесообразные варианты техники СДД, «конструировать» их технику. Знание механики помогает анализировать и технику СДД «не своего» вида спорта. Незнание же часто ведет к серьезным ошибкам в анализе техники СДД, сводя на нет упорную тренировочную работу спортсмена, мешая достигнуть потенциально вполне доступных ему спортивных результаты. Можно лишь пожалеть, что многие спортсмены и тренеры этого не понимают.

Пользоваться словарем-справочником целесообразно как для лучшего прохождения текущего материала, так и для подготовки к экзамену: практика показала, что именно механика — наиболее трудно осваиваемая часть курса биомеханики. При этом в порядке самоконтроля знаний разумно пользоваться алфавитным указателем статей, где жирным шрифтом выделены наиболее нужные студенту статьи, курсивом — менее нужные. Для желающих расширить знания словарь содержит приложение (с отдельным алфавитным указателем статей).

Словарь-справочник состоит из 3 примерно равных по объему частей, выпущенных отдельными томиками. Можно полагать, иметь его в личной профессиональной библиотеке полезно любому специалисту по физическому воспитанию и спорту.

Выражаю глубокую благодарность Г.М.Грошеву, сделавшему очень много ценных замечаний по содержанию и редакции словаря, и особенно А.В.Хохлову, который много и плодотворно поработал с текстом.