

4551

А

**АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА  
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

УДК 796.42.422

**ЯРОШЕВИЧ Виктор Григорьевич**

**МЕТОД СОПРЯЖЕННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКЕ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ  
НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ**

13.00.04. – Теория и методика физического воспитания спортивной  
тренировки и оздоровительной физической культуры

**Автореферат диссертации**  
на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Минск 2000

А

А

Работа выполнена в Брестского государственном университете и  
Белорусском государственном университете информатики и  
радиоэлектроники

Научный руководитель: доктор педагогических наук, профессор  
**Масловский Е.А.**

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор  
**Гужаловский А.А.**  
кандидат педагогических наук, доцент  
**Скрипко А.Д.**

Оппонирующая организация – Гомельский государственный университет  
им. Ф. Скорины (факультет физвоспитания)

Защита состоится « 15 » марта 2000г. в 15 час.  
на заседании совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при Академии  
физического воспитания и спорта Республики Беларусь (220020, Минск,  
проспект Машерова, 105)

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Академии физического  
воспитания и спорта Республики Беларусь.

Автореферат разослан « 15 » февраля 2000



Т000004551  
ЦОБ по ФКИС  
РГАФК

Ученый секретарь  
совета по защите диссертаций

А.А. Семкин

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность.** Подвижные игры, игровые упражнения, эстафеты, комплексы специальных упражнений, являясь важным средством на этапе начальной спортивной специализации в беге на короткие дистанции (В.П. Филин, 1974; В.Г. Алабин, 1981; Г.С. Ништ, 1981; В.И. Лях, 1991 и др.), еще не получили достаточного научного обоснования по их применению в рамках метода сопряженного воздействия с юными легкоатлетками-новичками для улучшения состояния их здоровья, сердечно-сосудистой системы, нервно-мышечного аппарата, физической и технической подготовленности (П.И. Черкашин, 1957; В.Г. Семенов, 1971; В.С. Толчиян, 1981; В.Ф. Борзов, 1982; В.А. Сахокия, 1987; Н.Г. Озолин, 1988 и др.). Отсутствуют рекомендации по использованию комплекса средств сопряженного воздействия в виде игр, игровых упражнений, эстафет, стандартных заданий для развития скоростных качеств, где бы учитывались эксплуатационные возможности водной среды, способность подростков-девочек переносить в этих условиях физические нагрузки с различными величинами внешнего сопротивления и выполнять серийные повторные дозированные беговые задания строго регламентированного характера (Е.А. Масловский, В.А. Терещенко, Л.Г. Лаврова, 1996).

4551

Ответ на этот вопрос важен для определения стратегии физической подготовки при работе со сборными юношескими командами Республики Беларусь по легкой атлетике, в том числе и по спринту. До сих пор метод сопряженного воздействия в основном использовался в условиях тренажерного устройства, что приводило к преждевременной узкой специализации опорно-двигательного аппарата. Новые условия применения метода сопряженного воздействия позволяют значительно расширить спектр воздействия на организм занимающихся за счет доступности, эмоциональности и новизны игровых действий в водной среде, что предполагает решение ряда педагогических задач по сохранению здоровья и формированию основных умений и навыков (в том числе и навыка скоростного бега), развитию двигательных способностей и т.п. Все это и определило актуальность данного исследования.

**Связь работы с крупными научными темами.** Работа входит в сводный план НИР БГУИР. Проблема: «Поиск и обоснование новых нетрадиционных средств и методов в повышении специальной физической и технической подготовленности спортсменов». Обобщенная тема: «Разработка и усовершенствование эффективных средств, методов тренировки и организационные формы управления