

невролог, ортопед или другие специалисты, в зависимости от специфики проблемы пациента). В результате проведенной консультации упражнения подбираются индивидуально в зависимости от потребностей и работоспособности пациента [3].

Также, с учетом потребностей, подбирается модифицированное конно-спортивное и реабилитационное оборудование и способ страховки. Применяется верхняя, нижняя, двухсторонняя нижняя страховка. Во время занятий иппотерапией лошадью управляет человек, обученный и имеющий опыт обращения с ними.

В целях безопасности занятия иппотерапией, как правило, проводятся индивидуально (1 иппотерапевт = 1 пациент) [3].

Таким образом, детский церебральный паралич вызывает большие трудности в повседневной жизни человека не только из-за ограниченных двигательных возможностей, но также из-за социальных и эмоциональных ограничений. Однако потребности пациентов остаются такими же, как и потребности людей без инвалидности. Оказать помощь в их удовлетворении могут занятия иппотерапией, а в дальнейшем – адаптивным конным спортом.

Список литературы

1. Гриднева, С. С. Применение иппотерапии при физической реабилитации детей с детским церебральным параличом (ДЦП) / С. С. Гриднева, А. Д. Коптева, А. В. Климова, В. К. Посохов, М. В. Климова // Успехи современного естествознания. – 2011. – № 8. – С. 163–165.

2. Национальная федерация иппотерапии и адаптивного конного спорта: [Электронный ресурс]: <https://ippoterapia.ru/> (Дата обращения 25.09.2021)

3. Слепченко, Ю. А. Методы абилитации и реабилитации с помощью лошади в системе адаптивной физической культуры / Ю. А. Слепченко // Адаптивная физическая культура. – 2019. – № 1 (77). – С. 3–7.

УДК 796.058.2

ОРГАНИЗАЦИЯ И СТРУКТУРА ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКИХ КОМАНД ПО ИГРОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

ORGANIZATION AND STRUCTURE OF TRAINING STUDENT TEAMS IN PLAYING SPORTS

Ковель С. Г., канд. пед. наук, доцент

Белорусский национальный технический университет, г. Минск

АННОТАЦИЯ. Важнейшими для студенческих команд по различным видам спорта являются соревнования Республиканской универсиады. Постоянное

расширение календаря соревнований такого формата отражается на подготовке студенческих команд. В статье рассматриваются вопросы организации и структуры подготовки сборных команд Белорусского национального технического университета по игровым видам спорта к соревнованиям Республиканской универсиады.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: игровые виды спорта; Республиканская универсиада; календарь соревнований; подготовка студенческих команд.

ABSTRACT. The most important for student teams in various sports are the Republican Universiade competitions. The constant expansion of the competition calendar of the Republican Universiade is reflected in the preparation of student teams. The article deals with the organization and structure of training the combined teams of the Belarusian National Technical University in team sports for the competitions of the Republican Universiade.

KEY WORDS: team sports; Republican Universiade; calendar of competitions; training of student teams.

Развитие национального студенческого спорта является целью Программы развития студенческого спорта в Республике Беларусь [2]. Решение задач по вовлечению студенческой молодежи к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта, созданию условий для подготовки участия спортсменов в различных соревнованиях обеспечивается ежегодным включением в календарь соревнований Республиканской универсиады новых видов спорта, расширением программы Республиканских студенческих лиг по игровым видам спорта среди мужских и женских команд, за счет увеличения количества соревнований в течение учебного года. Все это отражается на организации и построении структуры годичной подготовки студенческих команд в спортивных играх и в настоящее время является актуальными для исследований.

Рациональное построения подготовки спортсменов в годичном цикле основывается на закономерной динамике структуры и содержания тренировочного процесса. Продолжительность периодов и этапов подготовки, в рамках годичного цикла, колеблется в широких пределах и зависит от вида спорта, контингента занимающихся, индивидуальных особенностей спортсменов и других факторов, определяющих направленность и содержание тренировочного процесса. На подготовленность спортсменов к соревнованиям существенно влияет распределение нагрузок в микроциклах [1].

Цель исследования – изучить особенности организации и структуру построения годичного цикла подготовки по игровым видам спорта в условиях вуза.

Согласно календарю соревнований сезона 2021/2022 года мужская сборная команда университета по мини-футболу и футболу принимает участие в следующих соревнованиях: чемпионат Республики Беларусь по мини-футболу среди команд высшей лиги, который проводится в два круга (сентябрь–май); Республиканская студенческая футбольная лига среди мужских команд (1-й круг – 4 тура (апрель–июнь), 2-й круг – 7 туров (сентябрь–ноябрь)); Кубок Республики Беларусь по мини-футболу среди команд высшей лиги; Первенство г. Минска по мини-футболу (октябрь–май); чемпионат Республики Беларусь по мини-футболу

среди молодежи (1-й круг – ноябрь–декабрь, 2-й круг – февраль–май); Республиканская универсиада по мини-футболу среди мужских команд (февраль).

Календарь соревнований женской команды университета по мини-футболу и футболу включает следующие соревнования: Республиканская студенческая футбольная лига среди женских команд (1-й круг – 4 тура (апрель–июнь), 2-й круг – 7 туров (сентябрь–ноябрь); Республиканская универсиада по мини-футболу среди женских команд (март).

Календарь соревнований мужской и женской сборных команд БНТУ по баскетболу менее насыщенный играми, по сравнению с футболом и мини-футболом, и включает в себя игры в рамках: Республиканской студенческой баскетбольной лиги и Республиканской универсиады по баскетболу 3×3.

Исходя из календаря соревнований студенческих лиг по игровым видам спорта, структура годичной подготовки сборных команд БНТУ по игровым видам спорта, предполагает у баскетболистов одноцикловое планирование в течение учебного года и включает три периода. Непродолжительный подготовительный (август–сентябрь), длительный соревновательный (сентябрь–июнь) и переходный (июль–август).

У футбольных команд, в связи с введением с 2021 года Республиканских студенческих футбольных лиг в два круга, структура годичного цикла включает: подготовительный (август–сентябрь и февраль–март), соревновательный (сентябрь–ноябрь, и у мужчин – февраль–июнь, у женщин – март–июнь) и переходный (декабрь–январь, июнь–июль) периоды подготовки.

Анализ годичной подготовки студентов (женщин и мужчин), сборных команд БНТУ по игровым видам спорта в условиях вуза, показал, что продолжительность всего цикла подготовки составляет 42 недели. В течение сезона спортсмены проводят 210 учебно-тренировочных занятий, при этом мужчины, занимающиеся мини-футболом и футболом, принимают участие в 65 соревновательных играх, женщины в 15, женская и мужская команды по баскетболу в 30.

Количество соревновательных игр за сезон свидетельствует о том, что календарь соревнований сборных команд БНТУ по игровым видам спорта достаточно насыщенный. Наибольшее количество соревновательных игр приходится на октябрь и март, соответственно в эти месяцы количество учебно-тренировочных занятий сокращается, и, наоборот, в декабре и мае, когда количество соревновательных игр снижается, увеличивается число учебно-тренировочных занятий, их направленность носит поддерживающий характер, и спортсмены могут подготовиться к зачетно-экзаменационной сессии.

Рассматривая структуру построения годичного цикла студенческих команд по игровым видам спорта нельзя не отметить вопросы, связанные с организацией и планированием учебной нагрузки преподавателей и студентов по дисциплине «Физическая культура» для учебно-тренировочных групп по игровым видам спорта.

В настоящее время типовой учебной программой для высших учебных заведений Республики Беларусь предусмотрено планирование учебной нагрузки для учебно-тренировочных групп (КМС, 1 разряд) в спортивных отделениях

12–14 часов в неделю, количество учебных часов в год (не более) 480 ч. Количество учебных недель, предусмотренных учебными планами специальностей БНТУ, в учебном году – 34.

В связи с представленным выше календарем соревнований и проведенным анализом годичной подготовки студентов сборных команд университета по игровым видам спорта, учебную нагрузку для одной учебно-тренировочной группы спортивного отделения (КМС, 1 разряд) на учебный год необходимо планировать в объеме 504–588 часов, из расчета 12–14 часов в неделю, в течение 42 недель, без учета соревновательных игр.

В заключении отметим, что количество учебных недель, установленное учебными планами специальностей, не соответствует требованиям современного календаря соревнований и структуры построения годичного цикла, не позволяет студентам-спортсменам высокой квалификации плодотворно готовиться к соревнованиям в установленные сроки, а профессорско-преподавательскому составу эффективно планировать учебную нагрузку.

Список литературы

1. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.

2. Программы развития студенческого спорта в Республике Беларусь на 2021–2024 годы [Электронный ресурс] // Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов. – Режим доступа: <http://www.sporteducation.by/документы/normativnye-dokumenty//>. – Дата доступа: 29.09.2021.

УДК 796.022

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КРОСС-ТРЕНАЖЕРОВ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

THE USE OF CROSS-SIMULATORS IN THE PRACTICE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Ковель С. Г., канд. пед. наук, доцент, Жуков И. И.

Белорусский национальный технический университет, г. Минск

АННОТАЦИЯ. В статье рассматриваются вопросы классификации существующих кросс-тренажеров, представлен анализ конструкций и возможности использования современных кросс-тренажеров в практике занятий физической культурой и спортом.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: кросс-тренажеры; физическая культура; спорт.