Всего проведено Чемпионатов Мира по летнему биатлону десять, из которых три соревнования проходили в России.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бойцов, К. Точка старта / К. Бойцов // Биатлон РФ. – 2011. – № 1. – С. 86.
2. Дунаев, К.С. мирового летнего биатлона на лыжероллерах / К.С. Дунаев, А.Н. Хованцев, Л. Баранова // «Олимпийские игры и современное общество» : Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием 30 октября - 1 ноября 2014 г. – г. Малаховка, 2014. – С. 200-205.
3. Дунаев, К.С. Международному летнему биатлону на лыжероллерах 10 лет. / К.С. Дунаев, С.И. Федотов, М.И. Корбит // «Олимпийские игры и современное общество», Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 29-31 октября 2015, г. Малаховка, 2015 г., С. 8-11.
4. Раменская, Т.И. Лыжный спорт : учебник / Т.И. Раменская, А.Г. Баталов. – М. : Физкультура и спорт, 2004. –320 с.
5. Савицкий, Я.И. Биатлон / Я.И. Савицкий. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 168 с.

REFERENCES

1. Boytsov, K. (2011), “Point of start”, *Biathlon of the Russian Federation*, No. 1, pp. 86.
2. Dunayev, K.S, Hovantsev, A.N. and Baranova, L. (2014), “History of world summer biathlon on roller skis”, *The Olympic Games and modern society, Materials of the All-Russian scientific and practical conference with the international participation on October 30 to November 1*, pp. 200-205.
3. Dunaev, K.S, Fedotov, S.I. and Korbit, M.I. (2015), “To the international summer biathlon on roller skis of 1 years”, The Olympic Games and modern society, Materials II of the All-Russian scientific and practical conference with the international participation on October 3 -31, – pp. 8-11.
4. Ramenskaya, T.I. and Batalov, A.G. (2004), *Skiing*: textbook, Physical culture and sport, Moscow.
5. Savitsky, Ya.I. (1986), *Biathlon*, Physical culture and sport, Moscow.

Контактная информация: sga181054@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 19.09.2016

УДК 796.922.093.642

ОТБОР ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ ДЛЯ ЗАНЯТИЯ БИАТЛОНОМ

***Константин Степанович Дунаев**, доктор педагогических наук, профессор,*
Московская государственная академия физической культуры, Малаховка,
***Юлия Николаевна Сивкова**, аспирант,*
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург),
***Сергей Валерьевич Левин**, кандидат педагогических наук, доцент,*
Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье представлен алгоритм отбора юных спортсменов для занятий биатлоном. Центральное место в методике отбора занимает тестирование способностей детей к ведению меткой и кучной стрельбы из пневматического оружия. Рассматриваются основные физические, физиологические и психические качества юных спортсменов, необходимые для занятий биатлоном.

Ключевые слова: биатлон, спортивный отбор, пневматическое оружие.

SELECTION OF YOUNG ATHLETES TO BIATHLON

***Konstantin Stepanovich Dunaev**, the doctor of pedagogical sciences, professor,*
Moscow State Physical Education Academy, Malakhovka,
***Yulia Nikolaevna Sivkova**, the post-graduate student,*
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg,
***Sergei Valerievich Levin**, the candidate of pedagogical sciences,*
Military Institute of Physical Education, St. Petersburg

Annotation

The article presents algorithm of selection of young athletes for participation in biathlon. The central place in the methodology for selection is taken by testing of children's abilities to conduct the accurate and compact shooting from the pneumatic weapon. The main physical, physiological and mental qualities of young athletes necessary for biathlon have been considered.

Keywords: biathlon, sports selection, pneumatic weapon.

Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по биатлону, разработанному Министерством спорта Российской Федерации [4] в соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» минимальный возраст для зачисления в группу для занятий биатлоном равняется 9 годам. Такие же возрастные значения относятся и для занятий лыжными гонками. В этом возрасте ещё не закончено формирование организма юных спортсменов, его функциональных систем, центральной нервной системы, опорно-двигательного аппарата, мышц и т.д.

Как известно, биатлон состоит их двух диаметрально противоположных видов спорта: лыжной гонки и стрельбы и поэтому, данное положение диктует свои требования и условия при отборе желающих заниматься биатлоном из числа юношей и девочек.

Из практики как российского, так и международного биатлона больших успехов в данном виде спорта достигают те спортсмены, которые до занятия биатлоном имели хорошую лыжную подготовку. Однако, для занятия биатлоном приходят и такие юные желающие, которые в своем начале спортивного пути ещё не занимались никаким видом спорта. При этом следует отметить, что в школе, начиная с 11-летнего возраста при сдаче норм комплекса ГТО (3-я ступень) учащимся необходимо выполнить контрольной упражнение по стрельбе либо из пневматической винтовки, либо из электронного оружия. Дистанция стрельбы – 10 метров. Кроме того, юноши и девочки до 16-летнего возраста соревнуются в биатлоне, используя при стрельбе пневматическое оружие. В этой связи важность отбора для занятия биатлоном очевидна и актуальна с использованием пневматического оружия калибром 4.5 мм. Дополнительно отметим и о безопасности ведения стрельбы из пневматического оружия по сравнению со стрельбой из малокалиберного оружия, которая в свою очередь и менее затратна.

При отборе желающих занимающихся юных спортсменов биатлоном необходимо выделить два этапа.

При отборе юных спортсменов для занятия биатлоном на первом этапе существуют как положительные, так и отрицательные признаки.

К отрицательным признакам, на наш взгляд, следует отнести: плохое зрение, выявленное медицинскими работниками; быстрая утомляемость организма как физическая, нервная, так и зрительная; усиленное сердцебиение, не связанное с физической нагрузкой; дрожание рук и головы (так называемый тремор мышц); значительное дрожание оружия при прицеливании и усилении колебаний ствола при приближении выстрела; суетливость и отвлекаемость; жалобы на неудобство одежды и оружия; отрицательное отношение к участию в соревнованиях.

Требования к зрению усиливаются ещё и в тех случаях, когда приходится выполнять стрельбу в условиях различной силы, а также разного по направлению ветра, дождя,

снега, влажности, освещенности, слепящих воздействий лучей солнца, пара от дыхания спортсмена, колебания воздуха, вызванного нагреванием ствола винтовки (это относится к стрельбе из малокалиберного оружия) и т.п., что особенно важно с накоплением усталости в организме, которая накапливается после большой физической нагрузки в процессе занятий и участи я в соревнованиях по биатлону.

Противопоказаниям к занятиям биатлоном может быть; явная неуравновешенность нервных процессов; резкая смена настроения, невыдержанность, невнимательность и, как следствие, недисциплинированность. Такие спортсмены, как правило, не добиваются стабильности в результатах меткости стрельбы и, не получая удовлетворения, а наоборот приобретая неуверенности в своих силах, ищут внешние причины неудач и, как правило, прекращают заниматься данным видом спорта.

К положительным признакам, которые в определенной степени предопределяют успешное занятие биатлоном, точнее, для рекомендации заниматься данным видом спорта можно отнести: хорошее физическое развитие двигательных качеств [1] и функциональную работоспособность организма; трудолюбие и готовность тренироваться независимо от различных меняющихся плохих погодных условий; готовность выполнять большую тренировочную работу, как по объему, так и по интенсивности тренировочной (динамической) нагрузки; способность к длительному удержанию позы изготовки как для стрельбы из положений как стоя, так и лёжа (статической нагрузки); хорошей координацией движений; сознательное и активное отношение к обучению; способность к устойчивому вниманию; способности к напряженным эмоциональным состояниям; отсутствием отклонений в психологических характеристиках индивидуумов, устойчивая мотивация для достижения высоких спортивных результатов, завоевания самых высоких мест на самых крупнейших состязаниях.

При отборе детей для занятий биатлоном особое место должно уделяться кучности стрельбы на первых практических занятиях по стрельбе из положений лежа и стоя, которая в определенной степени говорит о способностях к ведению меткой стрельбы тестируемых, о стандартной изготовке, единообразном прицеливании, обработки спуска курка, правильном дыхании, алгоритме выполнения производства выстрелов и в какой-то степени об уравновешенности нервных процессов. При тестировании способностей ведения меткой стрельбы у начинающих заниматься спортсменов необходимо убедиться в исправности оружия.

К так называемому второму этапу отбора для занятий биатлоном следует отнести качество ведения меткой стрельбы после различной по тяжести физической нагрузки, которая определяется передвижением на лыжах соревновательных или тренировочных кругов. На данном этапе стрельба производится на больших физиологических сдвигах организма. Достаточно сказать, что частота сердечных сокращений (ЧСС) при стрельбе после большой физической нагрузки достигает 170÷180 и более ударов в минуту. Кроме того, увеличена частота дыхания, количественный показатель тремора мышц, кислородный долг, повышенное эмоциональное состояние и накопление утомления. Все перечисленные признаки проявляются и тренируются в комплексных тренировках. Следует отметить, что физическая нагрузка может быть самой разнообразной. Так, в зимнее время, она проявляется во время передвижения на лыжах с оружием или без него с различной скоростью передвижения; занятия по общефизической подготовке (ОФП); в отдельных случаях используется бег по пересеченной местности, или бег на биатлонном комплексе. В бесснежное время года, как правило, в подготовительном периоде тренировки, используется: бег по пересеченной местности; передвижение на лыжероллерах с различной интенсивностью; прыжковая имитация с лыжными палками и без них; силовые упражнения; прыжковые упражнения; упражнения в парах и на снарядах; упражнения с партнёрами; с камнями, с медицинболами; спортивные игры, круговые тренировки, упражнения на тренажерах и т.п..

С первых же занятий по комплексной тренировке необходимо уделять большое внимание к скорости подхода к огневому рубежу и первоначальных элементов подготовки оружия к стрельбе таких как: снять заслонку со ствола винтовки; сдвинуть очки с глаз в положение на лоб; взять палки в одну руку и положить их на коврик, с которого производится стрельба; снять винтовку с туловища и произвести подготовку к стрельбе из заданного положения. Кроме того, перед стрельбой необходимо определить положение флажков на стрельбище, их колебания, с целью уточнить силу и направление ветра на огневом рубеже, которое может произойти, измениться после проведения пристрелки оружия, как перед тренировками, так и во время соревнований. Далее необходимо восстановить дыхание и начать стрельбу по мишенной установке.

На втором этапе отбора большое значение имеет корректировка тренером стрельбы занимающихся и ведение учета попаданий в процессе всей тренировки. После занятий происходит разбор качества ведения стрельбы спортсменов с обязательной отметкой выстрелов самих биатлонистов. При возможности, следует показывать тренеру занимающимся попадание выстрелов в мишень на специальном намагниченном планшете для логического размышления о производстве метких и плохих выстрелов, причинах попаданий или не попаданий и выработке своего самостоятельного решения, как устранить недостатки и улучшить качество стрельбы.

Заключительным этапом отбора для занятия биатлоном может служить контрольная тренировка или соревнование из числа отбирающихся, с привлечением уже опытных биатлонистов, имеющих стаж занятий два-три года, что повысит ответственность и значимость данного этапа отбора.

После проведения второго этапа отбора для занятия биатлоном и его анализом появляется возможность прогнозирования некоторых показателей гоночной и стрелковой подготовленности для занимающихся. Всё это должно лечь в основу текущего и перспективного планирования подготовки на длительный срок занятия биатлоном, с определением конкретных достижений на соревнованиях (занятия призовых мест, выполнения разрядных требований, нормативов).

ЛИТЕРАТУРА

1. Дунаев, К.С. Использование биатлона в системе допризывной подготовки молодежи / К.С. Дунаев, А.Н. Куракин // Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 2000. – Ч. 1. – С. 29.

2. Дунаев, К.С. Тренировки биатлонистов с использованием пневматической винтовки / К.С. Дунаев, И.Г. Молодцов // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы : Материалы VIII Международной конференции. – М., 2004. – Ч. 2. – С. 89-91.

3. Маматов, В.Ф. Особенности методики тренировки юных биатлонистов старших разрядов в подготовительном периоде : автореф. … дис. канд. пед. наук / Маматов В.Ф. – М., 1981. – 17 с.

4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта биатлон / Министерство спорта Российской Федерации. – М. : Советский спорт, 2014. –27 с.

REFERENCES

1. Dunaev, K.S. and Kurakin, A.N. (2000), “Use of biathlon in system of preconscription training of youth”, *Materials of the All-Russian scientific and practical conference*, St. Petersburg, Part. 1, pp. 29.

2. Dunaev, K.S. and Molodtsov, I.G. (2004), “Trainings of biathlonists with use of an air rifle, the organization and a technique of educational process, physical educational and sports work”, *Materials VIII of the International conference*, Part 2., pp. 89-91.

3. Mamatov, V.F. (1981), *Features of a technique of training young biathlonists of the senior categories in the preparatory period*, dissertation, Moscow.

4. *Federal standard of sports preparation by the form sport biathlon* (2014), Ministry of Sport of the Russian Federation, Soviet Sport, Moscow.

Контактная информация: sga181054@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 19.09.2016

УДК 796/799

КРИТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ БАЗОВЫХ ПОНЯТИЙ АНТИДОПИНГОВОГО КОДЕКСА

***Сергей Петрович Евсеев**, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации,*

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В статье рассматриваются базовые понятия Всемирного антидопингового кодекса, показывается, как подмена этих понятий в Кодексе превратила ВАДА в монопольную организацию, стоящую над спортом и способную влиять не только на результаты крупнейших международных соревнований, но и на политику международных олимпийского и паралимпийского комитетов, международных спортивных федераций, национальных олимпийских и паралимпийских комитетов, национальных антидопинговых организаций, вплоть до правительств государств.

Ключевые слова: допинг, запрещенный список субстанций и методов, дух спорта, здоровье спортсменов, права спортсменов, права и возможности Всемирного антидопингового агентства (ВАДА).

CRITICAL ANALYSIS OF BASIC CONCEPTS OF THE ANTI-DOPING CODE

***Sergey Petrovich Evseev**, the doctor of pedagogical sciences, professor, chairman of department of theory and methodology of adaptive physical culture, Honored worker of the higher school of the Russian Federation,*

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

The article considers the basic concepts of the World anti-doping code, it shows how substitution of these concepts in the Code has turned WADA into the exclusive organization which is above sport and capable to influence not only on the results of the largest international competitions, but also on the policy of the international Olympic and Paralympic committees, the international sports federations, the national Olympic and Paralympic committees, the national anti-doping organizations, including the governments of the states.

Keywords: dope, forbidden list of substances and methods, spirit of sport, health of athletes, rights of athletes, rights and possibilities of the World Anti-Doping Agency (WADA).

Пятнадцать, двадцать лет тому назад допинг был одной из проблем спорта высших достижений, а за период времени с 1999 года, года образования Всемирного антидопингового агентства (ВАДА), он превратился в его основную проблему, причем эта проблема не приблизилась, а отдалилась от своего решения [7, 8, 9].

Как же произошло то, что сегодня допинговые скандалы, причем не только на уровне государств, международных, в том числе спортивных организаций, но и, что, пожалуй, является самым неприятным, – на уровне спортсменов – привлекают к себе пристальное внимание средств массовой информации, доминируют в сознании миллионов людей и спортсменов?

Вспомним, что на играх Олимпиады в Рио-де-Жанейро ирландская пловчиха Фиона Дойл, проигравшая полуфинальный заплыв на дистанции 100 метров брассом, назвала обманщицей российскую спортсменку Юлию Ефимову, выразила уверенность в том, что «…за допуском Юлии Ефимовой к участию в Олимпиаде стоит Кремль»; олимпийская