

72, No. 1. pp. 15-21.

5. Kryukova, T.L. (2007), *Methods of studying coping: three coping scales*, publishing house “Avantitil”, Kostroma.

6. Nazyrov, R.K., Logacheva, S.V. and Lyushkovskaya, S.V. (2014), *Typology of psychotherapeutic goals and its use to improve the quality of individual psychotherapy programs in patients with neurotic disorders*, publishing house of the Bekhterev Psychoneurological Research Institute, St. Petersburg.

7. Raygorodskiy D.Ya. (2001), *Practical psychodiagnostics. Methods and tests*, publishing house “BAKHRAKH-M”, Samara.

8. Rasskazova, E.I. and Gordeeva, T.O. (2011), “Coping strategies in the psychology of stress: approaches, methods, perspectives”, *Psikhologicheskie Issledovaniya*, No. 3(17), available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2011n3-17/493-rasskazova-gordeeva17.html>.

9. Smulevich, A.B., Syrkin, A.L. and Drobizhev, M.Y. (2005), *Psychocardiology*, publishing house “Medicinskoe informacinnoe agentstvo”, Moscow.

Контактная информация: zyooyz@gmail.com

Статья поступила в редакцию 01.08.2014.

УДК 378.18

АНАЛИЗ КОЛИЧЕСТВО ДЕТЕЙ-СИРОТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

*Владимир Владимирович Исмиянов, кандидат педагогических наук, доцент,
Иркутский государственный университет путей сообщения (ИрГУПС)*

Аннотация

В статье представлен анализ количества: занимающихся в ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ по Иркутской области; занимающихся детей-сирот; работающих тренеров; детей-сирот имеющих спортивные разряды и звания (1, 2, 3, КМС, МС, МСМК), который необходим для углубленного изучения проблемы адаптации студентов-сирот к образовательной среде технических вузов Сибирского региона, где ежегодно они не могут адаптироваться и отчисляются. Важным фактором проведенного анализа является низкий уровень количества занимающихся детей-сирот спортом, что отрицательно влияет на степень физической и психологической подготовленности поступающих абитуриентов-сирот, а также дальнейшей адаптации к обучению в вузе.

Ключевые слова: виды спорта, спортивные разряды, дети-сироты, адаптация.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.08.114.p79-83

ANALYSIS OF QUANTITY OF THE ORPHAN CHILDREN INVOLVED IN SPORTS IN THE IRKUTSK REGION

*Vladimir Vladimirovich Ismiyanov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Irkutsk State University of Means of Communication*

Annotation

The article presents the analysis of the amount: dealing in Children's and youth sports school, school of the Olympic reserve, school of the highest sports skill in Irkutsk region; engaged orphaned children; working trainers; orphaned children achieved the sports grades and titles, which is required to investigate the problem of adaptation of the orphan students of the technical colleges to the educational environment of the Siberian region, where annually they cannot adapt finally being expelled. The important factor in the analysis is the low number of the orphans engaged in sports, which adversely affects the degree of the physical and psychological preparedness of the incoming students-orphans, and further adaptation to the training in higher school.

Keywords: types of sports, sports grades, children-orphans, adaptation.

ВВЕДЕНИЕ

Каждый абитуриент-сирота, переступивший порог вуза, подвергается сильным стрессам, информационным и учебным перегрузкам, что обуславливает снижение ресур-

сов его здоровья, способствует существенному ухудшению работоспособности и качеству успеваемости. Низкий уровень психофизической подготовленности абитуриентов-сирот ухудшает их адаптацию к образовательной среде. Вследствие этого ежегодно 30–60% отчисляются, но иногда процент отчисления увеличивается до 80-100% [2, 3, 4].

Физическая подготовленность человека оказывает существенное влияние на состояние его здоровья. Она является одной из сторон физического воспитания, связанная с развитием физических качеств и степени владения двигательными умениями и навыками, необходимыми для успешного осуществления определённого рода деятельности человека [1].

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для углубленного изучения психофизического развития абитуриентов-сирот поступающих из детских домов и школ-интернатов, а также проблемы адаптации студентов-сирот к образовательной среде технических вузов Сибирского региона, нами был проведен анализ количество: детских домов, школ-интернатов в Иркутской области и обучающихся в них детей-сирот (2013-2014 гг.); занимающихся детей-сирот спортом в ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ за периоды 2011-2012 гг., 2012-2013 гг., 2013-2014 гг. и имеющих спортивные разряды и звания (1, 2, 3, КМС, МС, МСМК); а также работающих тренеров (2013-2014 гг.). Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: метод сбора данных, анализа и математической обработки.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Данный анализ показал, что в Иркутской области имеется 42 учебных заведения из них 18 детских домов и 24 школы-интерната, в которых обучается 5686 детей-сирот. В таблице 1 представлено количество занимающихся: 47202 спортсмена и 1013 работающих тренеров в 67 ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ.

Проанализировав таблицы 1, 2, 3 видно, что в 2013-2014 гг. из общего числа 67 ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ, только в 11 ДЮСШ, СДЮШОР занимаются спортом 16721 человек из них всего лишь 149 (0,89%) детей-сирот спортсменов. А по всему региону из 47202 человек занимающихся спортом еще меньше (0,3%) спортсменов-сирот. Из 50 видов спорта представленных спортивными школами Иркутской области дети-сироты занимаются лишь в 12 и всего в трёх видах (настольный теннис, вольная борьба, лёгкая атлетика) есть разрядники. Из таблиц 2, 3 следует, что большинство из 149 сирот (2013-2014 гг.) занимаются такими видами спорта как: вольная борьба 27 человек (18,1%), из них 6 имеют звание КМС, 4 – 2 разряд, 1 – 3 разряд; бокс 26 (17,4%); хоккей с шайбой 24 (16,1%); баскетбол 15 (10%) и тяжёлая атлетика 15 (10%); лёгкая атлетика 12 (8%), из них 1 спортсмен имеет 2 разряд и 5 – 3 разряд; настольный теннис 11 (7,3%), из них четверо имеют 3 разряд.

Таблица 1

Количество занимающихся и работающих тренеров ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ в Иркутской области (2013-2014 гг.)

№	Населенный пункт	Количество			Виды спорта
		ДЮСШ СДЮШОР УОР ШВСМ	Занима- ющихся	Трене- ров	
1	г. Иркутск	18	12844	317	Легкая атлетика, тяжелая атлетика, плавание, прыжки на батуте, художественная гимнастика, спортивная гимнастика, спортивная аэробика, спортивные танцы, настольный теннис, вольная борьба, самбо, греко-
2	г. Ангарск	7	4583	99	
3	г. Братск	5	4627	95	
4	г. Бирюсинск	1	371	9	
5	г. Байкальск	1	348	8	
6	г. Вихоревка	1	1095	23	
7	п. Жигалово	1	391	7	
8	г. Железногорск-Илимский	1	858	16	

№	Населенный пункт	Количество			Виды спорта
		ДЮСШ СДЮШОР УОР ШВСМ	Занима- ющихся	Трене- ров	
9	п. Залари	1	510	12	римская борьба, дзюдо, рукопаш- ный бой, бокс, тхэквондо, кикбок- синг, киокусинкай, ушу, универ- сальный бой, тайский бокс, гиревой спорт, пау- эрлифтинг, бодибилдинг, волейбол, футбол, футзал, хоккей с шайбой, хоккей с мячом, баскет- бол, лыжные гонки, горные лыжи, биат- лон, натурбан, санный спорт, боб- слей, конькобежный спорт, фигурное катание, шашки, шахматы, парусный спорт, дартс, альпинизм, скалолазание, спортивный туризм, пулевая стрельба, стрельба из лука, велоспорт-маунтинбайк, велос- порт-шассе, конный спорт.
10	г. Зима	1	1008	20	
11	п. Еланцы	1	585	18	
12	с. Казаченское	1	663	6	
13	п. Качуг	1	336	5	
14	п. Куйтун	1	953	11	
15	п. Мама	1	466	5	
16	п. Манзурка	1	169	1	
17	п. Михайловка	1	645	15	
18	г. Нижнеудинск	1	504	7	
19	г. Саянск	1	1645	30	
20	г. Свирск	1	417	10	
21	г. Слодянка	1	268	8	
22	г. Тайшет	1	300	7	
23	г. Тулун	2	830	25	
24	г. Усолье-Сибирское	1	1332	30	
25	п. Белореченский	1	761	14	
26	г. Усть-Илимск	2	1750	29	
27	г. Усть-Кут	1	1382	23	
28	г. Черемхово	1	1030	25	
29	п. Чунский	1	491	8	
30	г. Шелехов	1	974	23	
31	с. Баяндай	1	823	15	
32	п. Бохан	1	741	12	
33	п. Кутулик	1	448	10	
34	п. Новонкутский	2	606	19	
35	с. Оса	1	1105	16	
36	п. Усть-Ордынский	2	1343	34	
Всего		67	47202	1013	

Таблица 2

**Количество занимающихся детей-сирот (по видам спорта)
в ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ Иркутской области**

№	ДЮСШ (населенный пункт)	Вид спорта	Количество занимающихся детей-сирот		
			2011-2012 гг.	2012-2013 гг.	2013-2014 гг.
1	СДЮШОР «Сибиряк», г. Ангарск	Бокс	53	46	26
2	СДЮШОР «Победа по борьбе» г. Ангарск	Вольная борьба	3	3	1
3	ДЮСШ «Рекорд», г. Братск	Хоккей с шайбой		24	24
		Настольный теннис		2	4
4	МБОУ ДОД «ДЮСШ» г. Зима	Легкая атлетика			1
		Баскетбол			15
5	МОУ ДОД «ДЮСШ» с. Казаченское	Универсальный бой			2
6	ДЮСШ МКУ СОЦ, г. Усть-Кут	Вольная борьба	26	22	26
7	«ДЮСШ», п. Куйтун	Волейбол	1	2	2
8	МКОУ ДОД «ДЮСШ», п. Манзурка	Волейбол	1	2	5
		Баскетбол	4	3	3
		Настольный теннис	3	5	5
9	МБОУ ДОД «ДЮСШ №1», г. Усолье-Сибирское	Греко-римская борьба		3	3
		Настольный теннис			2
		Легкая атлетика		1	1
		Дзюдо		1	2
		Футбол			1
10	МБОУ ДОД ШР ДЮСШ «Юность», г. Шелехов	Тяжелая атлетика	7	11	15
11	МОУДОД ДЮСШ, г. Черемхово	Легкая атлетика		12	11
Всего			98	140	149

Таблица 3

**Количество детей-сирот имеющих спортивные разряды и звания
(1, 2, 3, КМС, МС, МСМК) в Иркутской области**

№	ДЮСШ (населенный пункт)	Вид спорта	Разряд Звание	Количество детей-сирот		
				2011-2012 гг.	2012-2013 гг.	2013-2014 гг.
1	ДЮСШ «Рекорд», г. Братск	Настольный теннис	3		2	4
2	«ДЮСШ» п. Куйтун	Волейбол	2		1	
3	СДЮСШОР «Победа по борьбе» г. Ангарск	Вольная борьба	КМС	1	1	1
4	ДЮСШ МКУ СОЦ, г. Усть-Кут	Вольная борьба	1	3	1	
			2			4
			3	1		1
			КМС	1		5
5	МОУДОД ДЮСШ, г Черемхово	Легкая атлетика	2		1	1
			3		3	5
Всего				6	9	16

ВЫВОДЫ

Сегодня родители, дети которых воспитываются в семье, с раннего возраста стараются записать своего ребенка в различные спортивные секции. А дети-сироты из детских домов и интернатов не имеют такой возможности, так как они находятся под опекой государства, которая каждого отдельно ребенка учитывая его интересы, не может определить в ту или иную спортивную секцию.

Проведенный анализ в 2013-2014 гг. показал, что из количества 5686 детей-сирот занимаются спортом в Иркутской области всего лишь 149 (2,6%). Возникла необходимость тренерскому составу ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ ввести в детских домах и интернатах пропаганду и отбор детей для занятий различными видами спорта. Понятно, что тренерам легче заниматься с детьми из благополучных семей, так как экономическая, социальная, педагогическая и психологическая работа с данной категорией детей очень трудная и тяжелая.

Отсутствие занятий спортом у 5537 (97,4%) детей-сирот, которые помогают им воспитывать в себе психические качества, черты и свойства личности (уверенность в себе, ответственность, трудолюбие, целеустремленность, дисциплинированность, самостоятельность и т.д.), выявляет в дальнейшем у них низкую физическую и психологическую подготовленность, необходимые для адаптации при поступлении и обучении в высших технических учебных заведениях или вообще в любых жизненных ситуациях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Физическая культура студента : учебник / под ред. В.И. Ильинича. – М. : Гардарики, 2001. – 448 с.
2. Исмиянов, В.В. Анализ отчислений студентов-сирот в контексте изучения проблемы их адаптации к образовательной среде / В.В. Исмиянов // Вестник Бурятского государственного университета. Сер. «Педагогика». – 2014. – № 1 (2). – С. 59-62.
3. Исмиянов, В.В. Адаптация студентов-сирот к образовательной среде путем организации физкультурной деятельности // Физическая культура: воспитание. Образование. Тренировка. – 2014. – № 1. – С. 13-16.
4. Исмиянов, В.В. Физическое воспитание студентов-сирот на основе внедрения программы спецкурса «Индивидуальный подход» / В.В. Исмиянов // Гуманитарный вектор. Педагогика. – 2014. – № 1 (37). – С. 51-55.

REFERENCES

1. Ilinich, V.I. (2001), *Physical training of the student*, Gardarika, Moscow.
2. Ismiyanov, V.V. (2014), "Analyze of deductions of students-orphan in a context of studying of a problem of their adaptation to educational", *Environment the Bulletin of the Buryat State University. Ser. "Pedagogics"*, No. 1 (2), pp. 59-62.

3. Ismiyanov, V.V. (2014), "Adaptation of students-orphans to the educational environment by the organization of sports activity", *Physical training: Education. Formation. Training*, No. 1, pp. 13-16.

4. Ismiyanov, V.V. (2014), "Physical education students orphaned by introducing program course "The personal touch", *"Humanitarian vector"*, *Pedagogy*, No. 1 (37), pp. 51-55.

Контактная информация: ismiyanov@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 28.08.2014.

УДК 796.92

ДИНАМИКА ИНТЕНСИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В ЛЫЖНОМ СПРИНТЕ

Владимир Игоревич Колыхматов, аналитик, Юрий Михайлович Каминский, заслуженный тренер России, старший тренер сборной России по лыжным гонкам, Центр спортивной подготовки сборных команд России (ФГБУ ЦСП), Москва; Александр Иванович Головачев, кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник, Федеральный научный центр физической культуры и спорта (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК), Москва

Аннотация

В настоящей статье представлены уникальные данные по динамике скорости прохождения соревновательной дистанции и функционирования сердечно-сосудистой системы спортсменов высокой квалификации в забегах лыжного спринта от квалификации к финалу соревнований в зависимости от стиля передвижения. Представленные впервые показатели интенсивности соревновательной деятельности лыжников-гонщиков высокой квалификации в спринте позволяют значительно расширить существующую физиологическую характеристику соревнований по лыжным гонкам.

Ключевые слова: лыжные гонки, спринт, высококвалифицированные лыжники-гонщики, соревновательная деятельность, скорость и интенсивность передвижения.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.08.114.p83-88

COMPETITIVE ACTIVITY INTENSITY OF THE HIGHLY QUALIFIED CROSS- COUNTRY SPRINT SKIERS

Vladimir Igorevich Kolykhmatov, the analyst, Yuri Mikhailovich Kaminski, the deserved coach of Russia, head coach of Russian cross-country skiing sprint team, Athletic training center for National teams of Russia, Moscow; Alexander Ivanovich Golovachev, the candidate of pedagogical sciences, senior research associate, Federal scientific center of physical education and sports, Moscow

Annotation

In the present article, the unique data on movement speed dynamics and cardiovascular system performance of the highly qualified cross-country sprint skiers is presented, divided by heats from qualification to the finals and skiing technique. Novel competitive intensity metrics for the highly qualified athletes in sprint advanced the existing physiological description of the competition activity in cross-country skiing.

Keywords: cross-country skiing, sprint, highly qualified skiers, competitive activity, movement speed and intensity.

Соревнования по лыжному спринту проводятся на относительно коротких дистанциях протяженностью от 800 до 1800 м, продолжительность прохождения которых составляет от 2 до 4 минут, что соответствует динамической работе субмаксимальной мощности, осуществляющейся за счет аэробно-анаэробного энергообеспечения [5, 6]. Согласно регламенту проведения соревнований [3, 9], лыжный спринт соответствует повторному характеру соревновательной деятельности с сокращением периодов восста-