

ВЛИЯНИЕ ГИПОКСИЧЕСКИХ И ГИПЕРКАПНИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ НА ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ У БЕГУНОВ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ

Барабанкина Е.Ю.

ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры», Волгоград, Россия
(400005, г. Волгоград, проспект Ленина, 78), e-mail: elenka.555.87@mail.ru

Исследовано влияние применения дыхания через дополнительное «мертвое» пространство (ДМП) и увеличенного аэродинамического сопротивления дыханию (АСД) в подготовительном периоде у легкоатлетов-стайеров на протекание восстановительных процессов. В исследовании принимали участие 30 спортсменов в возрасте 17-19 лет, специализирующихся в беге на средние дистанции, составившие две экспериментальные и одну контрольную группы. Уровень спортивного мастерства легкоатлетов соответствовал от первого разряда до кандидата в мастера спорта. Спортсмены первой экспериментальной группы в остром периоде восстановления использовали дыхание через ДМП, второй – увеличенное АСД. Контрольная группа после выполнения физических нагрузок производила дыхание в стандартных условиях. Установлено, что применение данных средств в качестве дополнительных средств срочного восстановления оказывает положительное влияние на биохимические показатели, способствует более быстрому развертыванию и протеканию восстановительных процессов в организме спортсменов после больших физических нагрузок.

INFLUENCE HYPOXEMIC AND THE GIPERKAPNICHESKIKH OF IMPACTS ON RECOVERY PROCESSES AT RUNNERS ON AVERAGE DISTANCES

Barabankina E.J.

FSBEEHPE “The Volgograd state physical education academy”, Volgograd, Russia
(400005, Volgograd, Lenin Avenue, 78) e-mail: elenka.555.87@mail.ru

Influence of application of breath through additional «dead» space (ADS) and the increased aerodynamic resistance to breath (ARB) in the preparatory period at athletes-stayers on course of recovery processes is investigated. 30 athletes took part in research at the age of 17-19 years specializing in run on average distances, made two experimental and one control groups. Level of sports skill of athletes corresponded from the first category to the candidate for the master of sports. Athletes of the first experimental group in the sharp period of restoration used breath through ADS, the second - increased ARB. The control group after performance of physical activities made breath in standard conditions. It is established that application of these means as an additional tool of urgent restoration has positive impact on biochemical indicators, promotes faster expansion and course of recovery processes in an organism of athletes after big physical activities.

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОНКУРЕНТНОГО РЕСУРСА СТУДЕНТА В УСЛОВИЯХ УНИВЕРСИТЕТСКОГО КОМПЛЕКСА

Баранов В.В.

ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет»,
460018, г. Оренбург, пр. Победы 13, e-mail: fizv@mail.osu.ru

Представлены концептуальные основания процессов, обеспечивающих формирование конкурентного ресурса студента в условиях университетского комплекса. Дан анализ системных исследований становления конкурентоспособной личности, проводимых в университетском комплексе Оренбургского государственного университета. Основу авторской педагогической концепции конкурентного ресурса составляют классические методологические позиции научного исследования: предпосылки, тенденции, проблема, ведущая идея, понятийный аппарат, гипотеза, подходы, принципы, закономерности, модель, инструментарий обработки результатов, критериально-диагностическая база, результаты, риски, прогнозы. В качестве предпосылок обсуждаются социально-экономические, социологические, психологические и педагогические феномены. Определены группы тенденций, ориентирующих педагогику на всестороннее изучение конкурентного ресурса современного студента. Представлены педагогические трактовки понятия «конкурентный ресурс личности». Предложен комплекс методологических подходов к исследуемому процессу, выявлены его закономерности, определены принципы реализации формирующего процесса и разработана его программно-организационная модель. Критериально-диагностическая база представлена шкалой конкурентного ресурса студента, разработанной на основе инструментария факторного анализа, примененного к массивам циклов анкетирования студентов по авторскому оптимизированному опроснику «Мои ресурсы саморазвития». В ходе реализации концепции не выявлено значимых проявлений образовательных рисков. Стимулирующий инструментарий представлен модульно-рейтинговой системой, в качестве прогнозируемых результатов рассмотрены достигнутые уровни сформированности конкурентного ресурса студентов.