

Министерство образования Республики Беларусь

ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

УДК 37.037

№ государственной регистрации 20120322

Инв. № \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по научной работе  
Е. В. Ванкевич  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2015 г.



**ОТЧЕТ  
О НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ**

**РАЗРАБОТКА И ИССЛЕДОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ВОСПИТАНИЯ СИЛЫ РУК И  
ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА ПО ПРИНЦИПУ ЕДИНОБОРСТВА  
(заключительный)**

**2011-ВПД-084**

Начальник НИЧ

\_\_\_\_\_

подпись, дата

*28.10.2015*

С.А. Беликов

Научный руководитель  
заведующий кафедрой  
физической культуры и спорта

\_\_\_\_\_

подпись, дата

*28.10.2015*

А.Г. Мусатов

Библиотека ВГТУ



Витебск 2015

## СПИСОК ИСПОЛНИТЕЛЕЙ

Научный руководитель,  
заведующий кафедрой  
физической культуры и спорта

  
16.11.15

А.Г. Мусатов (общее  
руководство  
работой, введение, заключение)

Исполнители темы

доцент

  
19.11.15

А.И. Денисюк (раздел 2)

ст. преподаватель

  
16.11.15

В.В. Белей (раздел 1)

ст. преподаватель

  
18.11.15

И.Б. Гуров (раздел 2)

ст. преподаватель

  
16.11.15

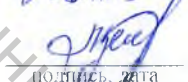
И.Г. Гусаков (раздел 2)

ст. преподаватель

  
18.11.15

А.Б. Ковалевский (раздел 1)

ст. преподаватель

  
18.11.15

Т.В. Литуновская (раздел 1, 3)

ст. преподаватель

  
18.11.15

А.П. Новиков (раздел 3)

ст. преподаватель

  
16.11.15

Е.А. Ребизова (раздел 1, 3)

ст. преподаватель

  
16.11.15

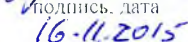
В.О. Степанов (раздел 2)

ст. преподаватель

  
16.11.15

Г.Г. Тароун (раздел 3)

преподаватель

  
16.11.2015

А.И. Семёнова (раздел 1)

преподаватель

  
16.11.2015

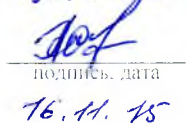
Т.Ю. Шалабодова (раздел 3)

преподаватель-стажёр

  
19.11.2015

А.А. Гордецкий (раздел 2)

нормоконтролер

  
16.11.15

Ю.А.Гукова



Отчёт 27 с., 1 ч., 12 рис., 3 табл., 27 источников, 3 прил.

## ФИЗИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ, СРЕДСТВА ТРЕНИРОВКИ, ТЕХНИЧЕСКИЕ УСТРОЙСТВА, ТРЕНАЖЁРЫ, ВОСПИТАНИЕ СИЛЫ, ЕДИНОБОРСТВО

Объектом исследования являются студенты (мужчины, женщины) 1-4 курсов занимающиеся и не занимающиеся спортом.

Цель работы – разработка и исследование технических средств воспитания силы рук и плечевого пояса по принципу единоборства.

Метод проведения работы – произведён теоретический анализ средств и методов, проведён опрос специалистов по данной проблеме, осуществлён поиск литературных источников, проведены педагогические наблюдения.

В процессе работы были спроектированы экспериментальные образцы тренажёрных устройств по принципу единоборства, выполнены чертежи, изготовлены опытные образцы технических устройств, а также данные тренажёрные устройства апробированы в группах спортивного совершенствования и спортивной специализации. При этом выявлено, что применение данных тренажёрных устройств по принципу единоборства на занятиях в группах спортивного совершенствования для развития силы рук и плечевого пояса является актуальным и даёт ощутимый эффект.

В результате исследования составлены 3 акта внедрения в учебный процесс тренажёрных устройств по принципу единоборства в УО «ВГТУ».

Рекомендовано использование данных технических устройств на занятиях в группах спортивного совершенствования и спортивной специализации для развития силы рук и плечевого пояса.

Тренажёрные устройства могут применяться в учебном процессе в группах спортивного совершенствования и спортивной специализации в ВУЗах, ССУЗах, спортивных клубах, ДЮСШ, УОРах по армрестлингу, гиревому спорту, бокеу, кикбоксингу, борьбе вольной, борьбе греко-римской, лыжному спорту, биатлону, плаванию.

Так как данные тренажёрные устройства являются простыми и недорогими в изготовлении, их применение в учебно-тренировочном процессе позволит улучшить качество занятий без больших финансовых затрат и повысить спортивные достижения.

В дальнейшем возможно повсеместное внедрение в учебно-тренировочные занятия групп спортивного совершенствования по перечисленным выше видам спорта в ВУЗах, ССУЗах, МЧС, вооружённых силах РБ и т. д.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Результаты выполненной НИР	6
Заключение	8
Список использованных источников	9
Приложение А Копия акта о внедрении результатов НИОКР в учебный процесс от 30.12.2013	10
Приложение Б Копия акта о внедрении результатов НИОКР в учебный процесс от 31.12.2014	15
Приложение В Копия акта о внедрении результатов НИОКР в учебный процесс от 05.11.2015	22