

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
ВИТЕБСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ЛЕГКОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

№ госрегистрации I99473I

УТВЕРЖДАЮ:



Проректор по научной работе

С.М. Дитовский

ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ  
С УЧЕТОМ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И  
ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ИХ РАЗВИТИЯ

1Б - 171

Начальник НИС

Правдивый И.Е.

Зав. кафедрой физвоспитания,  
руководитель темы,  
канд. пед. наук, доцент

Федоров В.В.

ВИТЕБСК, 1994г.

Библиотека ВГТУ





Государственная работа № 177 завершилась практической реализацией разработок являющихся результатом решения поставленных задач исследования.

## 1. ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА УЧИТЫВАЮЩИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КОМПЛЕКСНОМУ РАЗВИТИЮ СИЛЫ

Осуществлено проектирование, изготовление и апробация опытного устройства по комплексному развитию силы мышц рук, ног, туловища.

Устройство (см.рис. 1, 2, 3) содержит полые штанги I с постоянными перемычками жесткости 2 и съемные перемычки 3, устанавливаемые в гнезда 4, крепящиеся резьбовыми стопорными винтами 5. В одну из пар окончаний штанг, телескопическим путем устанавливается "П"-образная перекладина 7, ступень хода которой по полости каналов штанг фиксируется резьбовыми стопорными винтами 5. На другой паре окончаний штанг выполнена в виде петель стопоры 6, ограничивающие пределы маятниковых движений устройства. На этих же концах устанавливаются телескопическим путем трубчатые насадки, служащие основой для навешивания отягощений (отягощения для штанг или вес тела партнера).

Устройство в собранном виде обладает большой устойчивостью и высокой, благодаря особенностям конструкции и стопорным петлям, гарантией от травматизма.

С помощью устройства можно выполнять упражнения в поднятии отягощений вверх, держась за перемычку 3 (находясь в положении лежа под нижним краем насадок для отягощений), а также все движения руками сверху-вниз (см.рис. 2, 3).

Регулируемая "П"-образная перекладина 7 позволяет использовать устройство спортсменам различного роста и задач тренировки. Устройство отвечает задачам удобства использования, монтажа и хранения, может быть использовано в условиях как спортивного зала, так и открытой площадки.

В качестве дополнительного отягощения возможно использовать вес партнера, что повышает эмоциональность упражнений.

Бібліотека

Львівського державного університету імені Івана Франка

Фізичний факультет

Ри



## ЛИТЕРАТУРА

1. Буранков Е.И. Особенности конструкций и методов изготовления спортивной обуви. - М., изд. ВЗММ, 1962, 24с.
2. Кожуховский Ф.Д., Фридман Л.Б. Производство кожаной спортивной обуви. - М.: Легкая индустрия, 1973, 234с.
3. Любич М.Г. Свойства обуви. - М.: Легкая индустрия, 1969, 245с.
4. Методы испытаний обувных материалов и обуви. Ч. I. М.: Тизнег-пром, 1954, 492с.
5. TEST EQUIPMENT. Catalogue SATRA. England. 1991. 16p.
6. GIULIANI. Tecnologia per l'industria calzaturiera. Italy. 1991. 16p.
7. Perbunnes U.U. Biomechanik des Fusses. 1ed. Ferdinand Enke Verlag. - Stuttgart. 1985. 14p.
8. Зыбин Ю.П., Мухитдинов С.К. Картограмма давления на опору. - КОП, 1960, № 2, с. 10-13.

Библиотека ВГТУ



БІБЛІОТЕКА  
Школаскага дзяржаўнага  
универсітэта

Дж