

Полулященко Ю. М. Подготовка тренеров по пауэрлифтингу в классическом университете / Ю. М. Полулященко, А. Н. Бычков, В. Г. Саенко, А. В. Дубовой, Д. А. Ковалев // Физическая культура и спорт в системе высшего образования: матер. V Междунар. науч.-метод. конф. в 2 т. Т. 1. Организация, проблемы и методические основы учебного процесса на кафедрах физического воспитания в вузах. – Уфа : Изд-во УГНТУ, 2017. – С. 207 – 210.

УДК 796.894

**ПОДГОТОВКА ТРЕНЕРОВ ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ  
В КЛАССИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ  
THE FORMATION OF THE NATIONAL POWERLIFTING  
FEDERATION OF UKRAINE**

**Полулященко Ю. М., Бычков А. Н., Саенко В. Г., Дубовой А. В.,  
Ковалев Д. А.**

**Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко,  
г. Старобельск, Украина**

**Poluliashchenko I. M., Bychkov O. M., Saienko V. G., Dubovoi O. V.,  
Kovalov D. O.**

**Luhansk Taras Shevchenko National University, Starobilsk, Ukraine  
spartak\_lg@ukr.net, bychkovnauka@gmail.com, saienko22@gmail.com,  
dav\_strongman@mail.ru, kovalovnauka@gmail.com**

**Аннотация.** В статье акцентируется важность подготовки тренеров по пауэрлифтингу и раскрывается реализация этого процесса на примере классического университета. Учебная программа университета включает обязательную для всего контингента студентов дисциплину «Атлетизм с методикой преподавания» и дисциплину по выбору «Спортивно-педагогическое совершенствование по пауэрлифтингу» для подготовки спортивного резерва и квалифицированных тренеров по пауэрлифтингу.

**Ключевые слова:** пауэрлифтинг, университет, студент, дисциплина, тренер.

**Abstract.** The article emphasizes the importance of training of trainers in powerlifting and disclosed the implementation of this process by the example of classical university. Training University program includes mandatory for the entire cohort of students discipline "Athleticism with the methods of teaching" and the discipline of choice "Sport-pedagogical improvement in powerlifting" for the preparation of the sports reserve and qualified trainers in powerlifting.

**Keywords:** powerlifting, university, student, discipline, coach.

Учебные дисциплины, включающие упражнения с отягощением уже многие десятилетия являются частью программы высших учебных заведений. Однако получают развитие и популярность среди населения уже независимой Украины относительно молодые силовые виды спорта. Одним из таких видов спорта, что по мнению специалистов есть претендентом на принятие в олимпийскую программу, является пауэрлифтинг. Включение государственными учебными заведениями дисциплин по изучению этого вида спорта, свидетельствует о значимости воспитания пауэрлифтеров как спортивного резерва. Не менее важной выступает подготовка тренерского состава, что осуществляют лишь отдельные университеты.

На современном экономическом этапе развития общества распространены рекомендации относительно применения менеджмента и маркетинга в среде спортивного бизнеса [3, 9]. Непосредственно в пауэрлифтинге исследования обосновывают соотношение рекордных соревновательных результатов в зависимости от антропометрических характеристик спортсменов [2, 10]. Авторами широко уделяется внимание организации занятий с начинающими спортсменами различного возраста [4, 6] и студентами не имеющих опыта занятий силовыми видами спорта [5]. Освещаются достижения как национальной сборной команды по пауэрлифтингу [1, 7], так и пауэрлифтеров отдельной области [8]. Однако для подготовки тренеров по пауэрлифтингу недостаточно научной и методической литературы, как и отсутствие в университетах крупных областных центров специальностей этого направления.

Целью исследования является акцентирование важности в подготовки тренеров по пауэрлифтингу и раскрытие реализации этого процесса на примере классического университета.

Учебно-научный Институт физического воспитания и спорта Луганского национального университета имени Тараса Шевченко одним из первых на Украине начал подготовку специалистов по восточным единоборствам и силовым видам спорта, среди которых пауэрлифтинг является наиболее значимым. Современная учебная программа включает дисциплину «Атлетизм с методикой преподавания» обязательной для изучения в период одного семестра контингентом студентов третьего курса и «Спортивно-педагогическое совершенствование по пауэрлифтингу», что является дисциплиной по выбору и изучается четыре года – три раза в неделю по два часа. В рабочих программах университета по этим двум дисциплинам осуществляется следующее распределение учебной нагрузки, отображенное в табл. 1.

Таблица 1

**Распределение учебной нагрузки в рабочих программах университета**

Дисциплины	препо- давание	Вид занятия, часов						Всего
		лекции	практ.	СР	КМР	про- верка КМР	конт- роль СР	
Атлетизм с методикой преподавания	6 семестр	8	28	62	2	6	2	108
Спортивно- педагогическое совершенствование по пауэрлифтингу	1-8 семестры	120	840	120	–	–	–	1080

Так, обязательная к изучению дисциплина включает 108 часов: лекционные занятия – 8 ч, практические – 28 ч, самостоятельная работа (СР) – 62 ч, контрольно-модульная работа (КМР) – 2 ч, проверка контрольно-модульных работ – 6 ч, контроль самостоятельной работы – 2 ч. Дисциплина по выбору состоит из 1080 ч, в каждом семестре включает: лекционные занятия – 15 ч, практические – 105 ч и самостоятельная работа – 15 ч.

**Вывод.** На примере раскрытом в исследовании видно, что студенты повышающие свое спортивное мастерство в видах спорта не связанных с силовой подготовкой, могут в рамках университетской программы получить знания и сформировать навыки выполнения упражнений в тренажерном зале при посещении дисциплины «Атлетизм с методикой преподавания». У студентов, заинтересованных в углубленной специализации по пауэрлифтингу, в процессе посещения дисциплины по выбору есть возможность целенаправленно повышать собственное спортивное мастерство и в будущем стать квалифицированным тренером непосредственно в этом виде спорта.

В последующих публикациях планируется исследовать факторы, воздействующие на предсоревновательное состояние пауэрлифтера.

**Список литературы**

1. Бычков А. Н. Статистика командных достижений на экипировочных чемпионатах Европы по пауэрлифтингу 2011-2015 годов / А. Н. Бычков, В. Г. Саенко, А. Ю. Бычкова // Особенности организации физкультурно-оздоровительной деятельности в вузах на современном этапе социально-политического развития России : матер. Междунар. науч.-метод. конф. В 3 т. – Уфа : Изд-во УГНТУ, 2016. – – Т. 3. Статистика спортивных достижений. – С. 32 – 37.

2. Бычкова А. Ю. Соотношение рекордных соревновательных результатов и собственного веса пауэрлифтера / А. Ю. Бычкова,

В. Г. Саенко, А. Н. Бычков // Евразийское образовательное пространство : приоритеты, проблемы и решения: Сб. матер. Междунар. науч.-практ. конф. – Оренбург : «Экспресс-печать», 2015. – С. 19 – 23.

3. Гринин В. Г. Основы менеджмента и маркетинга в физической культуре и спорте / В. Г. Гринин, В. Г. Саенко, А. В. Толчева. – Луганск : Изд-во ЛДПУ имени Тараса Шевченко, 2004. – 304 с.

4. Дубовой В. В. Организация тренировочных занятий с юными пауэрлифтерами / В. В. Дубовой, В. Г. Саенко // XXIII Междунар. науч.-практ. конф. по проблемам физ. воспитания учащихся «Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире». – Коломна : МГОСГИ, 2013. – С. 374 – 378.

5. Дубовой О. В. Характеристики фізичного стану університетської молоді загальної групи фізичного виховання та студентів, які систематично займаються пауерліфтингом / О. В. Дубовой, В. Г. Саенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова Серія № 15 "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /Фізична культура і спорт/" : Зб. наук. праць /За ред. Г.М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. – Вип. 5(30)13. – С. 270 – 273.

6. Саенко В. Г. Организация тренировочных занятий в пауэрлифтинге с юными спортсменами / В. Г. Саенко // Актуальные проблемы экологии и здоровья человека: матер. II Междунар. науч.-практ. конф. – Череповец : ФГБОУ ВПО ЧГУ, 2014. – С. 169 – 174.

7. Саенко В. Г. Современные достижения пауэрлифтеров Украины / В. Г. Саенко // Олимпийский спорт, физическая культура, здоровье нации в современных условиях : Сб. науч. трудов XI Междунар. науч.-практ. конф. – Луганск : Изд-во ЛНУ имени Тараса Шевченко, 2014. – С. 246 – 253.

8. Саенко В. Г. Динаміка розвитку пауерліфтингу в Луганській області / В. Г. Саенко, В. В. Дубовой // Олимпийский спорт, физическая культура, здоровье нации в современных условиях : Сб. науч. трудов X Междунар. науч.-практ. конф. – Луганск : ОА ЛОО НОК Украины, 2013. – Ч. 1. – С. 84 – 91.

9. Saienko V. G. Marketing and management in the field of sports business / V. G. Saienko // Proceedings of academic science – 2016 : XI International scientific-practical conference. – United Kingdom : Science and Education Ltd, 2016. – pp. 29 – 35.

10. Swinton P. A. Contemporary training practices in elite British powerlifters: survey results from an international competition / P. A. Swinton, R. Lloyd, I. Agouris, A. Stewart // J. Strength. Cond. Res. – 2009. – Mar. – V. 23(2). – P. 380 – 384.