

Ахметов Р. Ф. К возможности использования технических средств для совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию // Научные проблемы физического развития студентов и повышение их работоспособности : тезисы Республиканской научной конференции / Сектор физического воспитания Министерства высшего и среднего специального образования УССР ; Донецкий государственный университет. Донецк, 20–21 сентября 1984 г. – Донецк, 1984. – С. 123.

**К ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ
ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

Р. Ф. Ахметов

В работе исследовалась возможность оценки степени использования скоростно-силовых качеств при выполнении легкоатлетических прыжков с помощью нового электрофизиологического подхода. В качестве показателя степени применения силовых возможностей использовалось цифровое значение отношения величины электромиограммы, регистрируемой во время отталкивания в легкоатлетических прыжках, к максимальному М-ответу, вызванному непрямой стимуляцией мышцы.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что студенты вуза недостаточно реализуют свои скоростно-силовые возможности.

Для повышения степени реализации скоростно-силовых возможностей использовался метод электростимуляции мышц.