

бностями конкретной деятельности и служащее основой для постановки и осуществления ее целей.

Специфичность спортивной мотивации обусловлена качественным своеобразием предмета спортивной деятельности. Р.А. Пилюн (1984) определяет спортивную мотивацию как «особое состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотношения им своих способностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата».

Мотивы занятий спортом высших достижений включают, по мнению А.В. Родионова (1983), потребности в предельных физических усилиях, переживании состояния сильной психической напряженности, преодолении соперника, испытании собственных физических и психических возможностей.

На приоритетность мотивов, особенности структуры мотивов оказывают влияние специфика вида спорта, уровень спортивных достижений, возраст, пол, спортивный стаж спортсмена, а также самооценка своих личных качеств (Шаболтас А.В., 1998).

С учетом результатов общепсихологических исследований психологи спорта предлагают различать мотивы занятий спортом и спортивную мотивацию. В частности, В.К. Сафонов и Ю.И. Филимонов (1985) выделяют два уровня спортивной мотивации:

1. Общая мотивация. Ее формирование является задачей всего воспитательного процесса. Необходимым условием этого является постановка и закрепление в сознании спортсмена далеко отставленной цели.

2. Мотивированность спортсмена на данной тренировке, на конкретном этапе подготовки, которая, преломляясь через общую мотивацию, актуализируется посредством осознания задач данного этапа подготовки и самооценки своего состояния, функциональных возможностей.

Развитие и функционирование спортивной мотивации предполагает необходимость высокого уровня развития ряда *своих личностей*:

1) положительного отношения к спорту и преодолению трудностей спортивной деятельности (Волков Н.К., 1976);

2) эмоционально-волевых качеств – целеустремленности, решительности, настойчивости, уверенности в своих силах, самообладания, находчивости, эмоциональной устойчивости (Горбунов Г.Д., 1986);

3) чувства коллективизма и его проявлений (Дашкевич О.В., Зобков В.А., 1982).

Спортивная мотивация определяется как актуальное состояние личности спортсмена, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата. Выявлено, что, с одной стороны, мотивация влияет на характер тренировочной деятельности и непосредственно на соревновательный результат, с другой, повышение результативности соревновательной деятельности усиливает спортивную мотивацию.

СПЕЦИАЛЬНАЯ КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

Зиганшин Н.С., Краснов Ю.В., Иванов М.Б.

Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

В середине 60-х годов в теории спорта появилось понятие «координационные способности», которое занимало промежуточное положение между физиче-

скими качествами и техническое подготовкой спортсменов. Техническая подготовка осуществлялась за счет изменения скоростно-силовых характеристик движений, совершенствования координации движений и повышения помехоустойчивости к различным факторам.

Большую роль в осуществлении процесса координации движений играют сенсорные системы. Способность к координации в значительной мере определяется способностью мышц к активному расслаблению, а осуществление сложных в координационном плане двигательных актов обуславливается проявлением высокой подвижности нервных процессов.

Двигательная координация с биомеханической точки зрения рассматривается как согласованное сочетание движений отдельных звеньев тела в пространстве и во времени, соответствующее двигательной задаче (цели) текущей ситуации (состояние внешней среды) и функциональному состоянию организма (Д.Д. Донской, 1968, А.Г. Карпеев, 1989).

М.А. Годик (1980) ввел понятие «координационной сложности» упражнений, под которым понимается учет нагрузочной стоимости упражнений в зависимости от количества участвующих спортсменов и количества помех или усложнений. При выполнении упражнений с различным уровнем координационной сложности должны предъявляться соответствующие требования к характеристикам (точности, скорости и своевременности).

В современном хоккее в силу его специфики совершенствование двигательной координации представляется весьма актуальным. К специальной координационной подготовке хоккеиста можно отнести:

1. Своевременный, правильный и быстрый переход от одного действия (приема) к другому в переменных условиях.

2. Адекватные реакции на происходящее на площадке.

3. Согласованная работа рук и ног при приеме, ведении, обводке и др. технических действиях с клюшкой.

4. Слитность фаз при выполнении технических действий.

5. Сохранение динамического равновесия.

6. Построение координационной подготовки (чем и когда заниматься).

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛИСТОВ 8-10 ЛЕТ

Зиятдинов В.Р., Софронов Н.Н.

Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

Школьный возраст является ответственным этапом детства. Высокая интенсивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития спортсмена. Участие школьников в играх способствует их самоутверждению, развивает настойчивость, стремление к успеху и различные мотивационные качества. В играх совершенствуется мышление, включая действия по планированию, прогнозированию, взвешиванию шансов на успех, выбору альтернатив. Игра создает положительный эмоциональный фон, на котором все психические процессы протекают наиболее активно. Использование игровых приемов и методов, их последовательность и взаимосвязь будут способствовать в решении данной проблемы. В игровой практике квалифицированных баскетболистов отме-

чается недостаточный уровень проявления скоростно-силовых качеств, при выполнении основных технических приемов.

Актуальность проблемы вызвана также и потребностью в совершенствующихся методах психолого-педагогического воздействия на формирующуюся личность баскетболиста с целью развития интеллектуальных, коммуникативных и творческих способностей.

Мы предполагаем, что включение в учебно-тренировочный процесс будет способствовать значительному росту показателей физической подготовленности баскетболистов 8-10 лет.

В ходе исследования по показателям тестирования по уровню физической подготовленности были выявлены особенности естественного физического развития школьников. Было установлено, что применение подвижных игр с элементами баскетбола в экспериментальной группе способствуют повышению уровня специальной физической подготовке и ускоренному обучению баскетбола в начальной школе.

Подвижные игры имеют большое значение в воспитании сознательной дисциплины у детей, которая является непременным условием каждой коллективной игры. Однако игра приносит пользу только тогда, когда учитель хорошо владеет педагогическими задачами, которые решаются во время игры. Благодаря подвижным играм дети, могут добиться желаемых результатов на тренировках и соревнованиях, ведь развиваются не только моральные и психологические качества, но и физические. Игра не должна превращаться в монотонный процесс. Если дети будут выполнять все эти упражнения без удовольствия и заинтересованности, то едва ли они смогут достичь нужного результата.

ЗАНЯТИЯ В СЕКЦИИ ИГРОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Иванов С.Ф., Чухно П.В.

Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

Детские спортивные секции – предусматривают обучение детей различным видам спорта. Иногда посещение подобных секций ребенком становится для него первым шагом на пути к профессиональной спортивной карьере. Во время занятий игровыми видами спорта совершенствуются координация, вестибулярный аппарат и опорно-двигательная система, также развивается быстрота реакции, ловкость. Поскольку большинство из игровых видов спорта являются групповыми, то у ребенка еще развивается и умение работать в команде. Более грамотно и тщательно подготовиться к занятиям поможет предварительная консультация родителей с тренером. В частности, он подскажет, какая форма необходима для тренировок. Баскетбол – одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию. Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игро-

вая деятельность обладает уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств. На занятиях со школьниками решаются следующие задачи: укрепление здоровья, содействие физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; реабилитация и возвращение к нормальной жизнедеятельности; поддержание жизнеобеспечивающих органов и физиологических систем человека на оптимальном уровне здоровья; пропаганда здорового образа жизни, привитие навыков и потребности к систематическим физическим упражнениям для поддержания высокой работоспособности. Это особенно важно для баскетболиста, так как в процессе игры все решения должны приниматься самостоятельно, действовать необходимо быстро и четко. В этом суть процесса обучения.

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В КОМАНДНО-ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

Ильин А.А., Фаттахов Р.В.

Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

Под *технико-тактической подготовкой* подразумевается формирование умений и навыков решения тактических задач, возникающих в процессе соревнования, и развитие специальных способностей, определяющих эффективность их решения.

При этом предусматривается овладение тактикой индивидуальных, групповых и командных действий на основе оптимального выбора технических приемов.

Изучение спортивных игр проходит комплексно, т.е. одновременно осваиваются техника, тактика и совершенствуются психофизические качества. Попытки их разделения и затем последовательного освоения всегда неэффективны, так как двигательные проявления в игре носят целостный характер. Поэтому обучение спортивным играм представляет собой процесс последовательного овладения действиями в конкретных ситуациях. Каждое такое действие составляет самостоятельный тактико-технический комплекс, представляющий собой ситуационный игровой двигательный навык, в котором необходимо различать внешнюю (техника) и внутреннюю (тактика) стороны.

Игровые действия недостаточно только разучить. Необходимо добиться умения рационально использовать их в постоянно изменяющихся напряженных условиях игры. Это обстоятельство делает процесс обучения в конечном счете более сложным по сравнению с обучением другим видам физических упражнений.

В процессе спортивной тренировки нужно ставить игроков в такие ситуации, которые требуют выбора и приспособления игровых навыков к создающимся условиям. Тренировка, в которой вместе с автоматизацией основных операций игрового тактического мышления осуществляется моторное решение, и составляет суть технико-тактической подготовки.

В настоящее время при решении задач повышения технико-тактического мастерства в командно-игровых видах спорта разработана и успешно применяется на практике методически рациональная последовательность овладения содержанием игровой деятельности: от первоначального изучения техники индивидуальных тактических действий с последующим переходом к изучению групповых, а затем и командных тактических действий.

Процесс начального обучения тактическим действиям заключается в последовательном освоении