

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 *техничко-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 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

умением *распознать и действовать в типичных ситуациях*. Спортсмены должны овладеть сенсомоторным компонентом изучаемого действия. Нами использовались игры с усложненными условиями.

#### **ВЛИЯНИЕ БАСКЕТБОЛА НА РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 12-13 ЛЕТ**

Камалиева А.Р., Софронов Н.Н.

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

Баскетбол широко используется как средство физического воспитания детей школьного возраста. Систематические занятия спортивными играми способствует всестороннему развитию школьников, особенно положительно влияют на развитие таких физических, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость. Спортивные игры содействуют воспитанию у учащихся морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей.

Целью исследования является изучение влияния занятий баскетболом на развитие скоростно-силовых способностей у школьников 12-13 лет.

Гипотеза: Предполагается, что занятия баскетболом школьников 12-13 лет существенно повлияет на динамику скоростно-силовых способностей и улучшит рост спортивного результата.

Объект исследования: Учебный процесс учащихся на уроках физической культуры по баскетболу. Предмет исследования: Развитие скоростно-силовых способностей школьников 12-13 лет.

Основным средством воспитания скоростно-силовой подготовки являются физические упражнения. Анализ научно-методической литературы по проблеме развития скоростно-силовых способностей у детей среднего школьного возраста показал, что в данном возрасте происходит бурный рост и развитие всего организма. Развитие скоростных способностей пребывания ребёнка в школе выражено не так ярко, как развитие силы, и заканчивается раньше. В подростковом возрасте фактически наступает стабилизация результатов в показателях быстроты простой реакции и максимальной частоты движений. По исследуемой проблеме позволяет сделать следующие выводы: развитие скоростно-силовых способностей школьников 12-13 лет, занимающихся баскетболом на уроках физической культуры находится на среднем уровне.

#### **ВЛИЯНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДИКИ УВЕЛИЧЕНИЯ РОСТА НА МОРФО-ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ БАСКЕТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ**

Корсаков П.О., Софронов Н.Н., Ионов А.А.

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

Увеличение роста человека может осуществляться двумя путями – хирургическим и физиологическим.

Физиологический метод основан на естественной способности зон роста увеличивать продольный размер костей скелета. Наиболее значительное увеличение происходит при воздействии на зоны роста соматотропного гормона. С завершением периода полового созревания зоны роста угнетаются воздействием гормона тестостерона, однако остаются относительно активными ещё некоторое время. Физиологический метод увеличения основан на комплексе

различных воздействий на зоны роста: специальные физические упражнения (висание на турнике, вытягивания, прогибы), особый рацион, биологические добавки к пище, специальный режим дня, методы психологического воздействия самовнушением и прочее. Физиологический метод требует больших временных затрат и, в сравнении с хирургическим, менее эффективен. Однако данный метод хорош тем, что он не мешает вести повседневную деятельность, не опасен осложнениями и стимулирует человека к здоровому образу жизни.

Разработка научно-обоснованной периодизации онтогенеза человека исключительно сложна. Очевидно, что только одни какие-либо признаки – морфологические, физиологические или биохимические – не могут быть положены в основу периодизации. Необходим комплексный подход. Кроме того, при периодизации следует учитывать не только биологические, но и социальные факторы, связанные, например, с обучением детей.

Целью настоящего исследования является сравнительный анализ морфофункциональных показателей баскетболистами занимающимися по учебной модернизированной программе для ДЮСШ, и детей, занимающихся с использованием методики увеличения роста.

При сравнении изменений, произошедших в контрольной и экспериментальной группах после проведенного исследования, выявлена значительная разница между показателями контрольной и экспериментальной групп. В экспериментальной группе ростовые показатели намного превосходят показатели контрольной группы. На основании этого мы делаем вывод о том, что предложенная нами методика увеличения роста положительно влияет на увеличение роста у баскетболистов.

#### **К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ ОТБОРА В ФУТБОЛЕ**

Красников Я.И.

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

Проблема отбора в футболе достаточно актуальна. Каждый вид спортивной деятельности предъявляет к спортсмену определенные требования. Но любая деятельность, исходя из законов диалектики, развивается и совершенствуется. Естественно, меняются и требования, которым должен отвечать спортсмен. Необходимость отбора обусловлена и тем, что у разных людей степень тренируемости двигательных навыков, физических, психических и других качеств различна. Не каждый человек способен достичь высот спортивного мастерства: выдающиеся достижения в футболе – результат не только упорных тренировок, но и большого количества наследственных и других данных, которыми обладает спортсмен. Вот почему одной из главных задач отбора является поиск талантливых ребят, обладающих необходимыми качествами для достижения больших успехов в футболе. Но так как талант – это редкость, то будет неправильным ориентирование только на людей, имеющих большие или даже выдающиеся способности. Очевидно, учебная группа должна формироваться из наиболее способных (из всего числа отобранных) ребят, среди которых могут быть и таланты. В этом случае имеется возможность как для расцвета особо талантливых, так и для максимального совершенствования остальных игроков (Бриль М.С., 1980).

Самая большая сложность – в умении разглядеть у ребенка комплекс качеств, которые ему потребуются как высококвалифицированному футболисту