

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