

и определяют успешность его будущей спортивной деятельности. Выявление этих качеств предопределяет принцип комплексного подхода. Такой подход позволяет не только получить обширную информацию о юном игроке, но и, сопоставив различные показатели, наметить возможности формирования специальных способностей (Филин В.П., 1980). Учитывая динамический характер многих важнейших для футбола спортивных и человеческих качеств, необходимо постоянно и систематически уточнять и дополнять первоначальные оценки способностей юных игроков.

МЕТОДИКА ОТБОРА ДЕТЕЙ В СЕКЦИЮ ВОЛЕЙБОЛА ДЕВОЧЕК 10-12 ЛЕТ

Малыхина В.О., Софронов Н.Н., Ионов А.А.

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

Проблема определения способностей к спортивной деятельности у детей 10-12 лет. Юный спортсмен должен быть оценен как сложное существо с его желаниями и потребностями, которые иногда сочетаются, а иногда весьма отличаются, поэтому работа по спортивной ориентации школьников имеет более широкое значение. Решение этой проблемы возможно лишь при творческом подходе тренера к этому процессу. До недавнего времени повышения спортивного мастерства стремились добиться главным образом за счет увеличения продолжительных занятий, количества их в неделю, организации продолжительных учебно-тренировочных сборов, но при этом не учитывается содержание и качество занятий, а также мало внимания уделяется личностным особенностям детей, которые занимаются данным видом спорта. Правильное решение нашей проблемы обеспечивает развитие вида спорта и успехи спортсменов.

Мы предполагаем, что методика отбора детей в секцию волейбола в дальнейшем позволит достичь высокого результата. Целью исследования является определение влияния методического отбора детей на дальнейшие спортивные достижения волейболистов.

В основе данного исследования лежит предположение о том, что разработанная нами программа эффективного отбора детей в секцию волейбола является предпосылкой успешной подготовки волейболистов высокого класса игры.

Вся система рассчитана на этот возраст, но у школьников 10-12 лет интересы менее устойчивы, их желание заниматься волейболом основано на стихийной тяге к занятиям спортивного характера вообще, чем на прочном интересе именно к волейболу. Нельзя ориентироваться и на уровень специальных навыков, так как их индивидуальный «спортивный» опыт в этом возрасте ещё не богат. Из выше изложенного можно сделать вывод, что способности с возрастом выступают более рельефно, в младшем возрасте они тоже есть и задатки есть, но они скрыты от взора, и нужно искать пути их выявления.

СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Минязев Р.С., Кузьмин Е.Б.

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

В структуре спортивной мотивации исследователи предлагают выделять тренировочную и соревновательную мотивации. В свою очередь, в соревнова-

тельной мотивации выделяются две составляющие: мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудачи. Спортсменов с доминированием мотивации достижения успеха отличает стремление к победе, способность «бороться до конца», положительные эмоции, склонность к доминированию, стремление к риску, нечувствительности к угрозе, низкая тревожность, атакующий стиль ведения поединка, способность наиболее полно реализовать возможности психофизиологических механизмов регуляции, высокая интенсивность напряжения сил и эффективность поведения в экстремальных ситуациях.

Выявлено, что мотивация достижения успеха влияет на цель и содержание действия, на интенсивность напряжения сил и на поведение в экстремальных ситуациях. В.И. Степанским (1981) выявлено, что при доминировании мотивации достижения результативность деятельности определяется наличным уровнем регуляции деятельности, т.е. его психофизиологическими особенностями. В случае преобладания мотивации избегания неудачи при любом наличном уровне регуляции деятельности, ее результативность будет низкой.

Практический психолог Р.М. Загайнов (1993), основываясь на многолетних беседах и наблюдении за спортсменами, разработал классификацию типов личности спортсменов, различающихся по характеру и содержанию мотивационной сферы.

Проявление спортивной мотивации зависит от особенностей самооценки спортсменами своих личных качеств. По результатам исследования А.В. Шаболтас (1998) значимыми параметрами самооценки, независимо от вида спорта и пола спортсменов, являются уверенность в себе, удовлетворенность спортивными результатами, авторитет, состояние здоровья. В частности, выявлено, что уверенность в себе тесно связана со спортивными достижениями, мотивом достижения успеха и эмоциональностью спортивной деятельности.

Реалистическое и конструктивное отношение спортсмена к успехам и неудачам, объяснение ее результатов внутренними, контролируемыми изменчивыми факторами в наибольшей степени способствует поддержанию спортивной мотивации и сохранению устойчивой самооценки. Между мотивацией и уровнем тревожности, переживаемой спортсменом, имеется связь, заключающаяся в следующем: чем больше сила мотива (будь то установка на достижение очень высокого результата, или боязнь неудачи), тем тревожнее спортсмен.

В ряде работ рассматривалось соотношение мотивов и целей спортивной деятельности. Г.Д. Горбунов (1986) пишет, что процесс субъективного целеполагания и мотивационная сфера спортсмена тесно связаны между собой, и определяющая роль в этом отводится самоутверждению. Развитие такого мотива необходимо рассматривать в связи с образованием системы ценностей спортсмена, в основе которой должна быть критическая оценка личного поведения и достижений. Критическое отношение спортсмена к своему поведению невозможно без самооценки и идентификации с общепринятыми общественно-социальными нормами. Личностные ценности спортсмена определяют его уровень притязаний к себе и к своему достижению.

Важной предпосылкой осуществления регулирующей функции цели является ее субъективное принятие спортсменом. Чем яснее осознает спортсмен стоящие перед ним задачи, чем глубже он понимает и переживает важность и общественную значимость разрешения этих задач, тем интенсивнее побужде-

ние к их разрешению. Чем труднее и серьезнее цель, тем больше усилий прилагают спортсмены. Трудность выбираемой спортсменом цели характеризует *уровень ее притязаний* в сфере спортивной деятельности. Уровень притязаний у спортсмена должен соответствовать его возможностям. Высокий уровень притязаний приводит к возникновению фрустрации. По мере возрастания стресса лица с сильной нервной системой завышают уровень притязаний, со слабой нервной системой – занижают его. Е.П. Ильин (1980) приводит признаки поведения спортсменов с завышенным и низким уровнями притязаний. Первые переоценивают свои возможности, претендуют на высокие оценки со стороны окружающих и сильно переживают неудачи. Спортсмены с низким уровнем притязаний недооценивают себя, не стремятся подняться выше достигнутого уровня, неохотно берутся за сложные задачи, боятся неудач.

В целом результаты исследований говорят о тесной взаимосвязи между мотивационными установками, уровнем притязаний, самооценкой, особенностями личности.

Обобщая результаты исследований отечественных и зарубежных исследователей, можно заключить, что они выделяют следующие мотивы, связанные с *процессом* спортивной деятельности: потребность в двигательной активности; эстетическое наслаждение; стремление к соревнованию; активный отдых и развлечение; потребности в предельных физических усилиях; стремление к состоянию стресса и его преодолению.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Муллин Б.Р., Кузьмин Е.Б., Азиуллин Р.Р.

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

Физическое воспитание подрастающего поколения, охрана его здоровья, одна из основных задач по формированию гармонично-развитой, общественно-активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Это требует всемерного поощрения развития всех форм массовой физической культуры, вовлечение в систематические занятия физической культурой широких слоев населения, особенно молодежи и школьников. Реформа общеобразовательной и профессиональных школ определила программу дальнейшего улучшения преподавания предмета «физическая культура» на основе совершенствования программ и укрепление материальной и спортивной базы.

На современном этапе развития нашего общества одним из факторов, отрицательно влияющих на здоровье школьников, является гиподинамия, обусловленная научно-технической революцией, создающей условия для резкого ограничения двигательной активности в быту, труде и процессе школьного обучения в связи с усложнением школьных программ. Благоприятный рост и развитие детского организма наблюдается только при оптимальной величине суточной двигательной активности, которая стимулирует развитие физических качеств, совершенствует регуляцию физиологических функций, расширяет диапазон функциональных возможностей костей организма, повышает его сопротивля-

емость к неблагоприятным воздействиям внешней среды (Фролов В.Г., Юрко Г.П., 1983). Оптимальные величины физических нагрузок признаются в качестве гигиенической нормы, которая детерминирована полом и возрастом (Сухарев А.Г., 1988).

Цель нашего исследования заключалась в выявлении влияния дополнительных занятий по общей физической подготовке на физическое развитие школьников 11-12 лет.

Мы предполагали, что дополнительные занятия по общей физической подготовке, будут способствовать повышению физического развития детей. Полученные данные подтвердили нашу гипотезу.

ВЛИЯНИЕ СЛОЖНОКООРДИНАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ ПРИЕМОМ ВОЛЕЙБОЛИСТОК 13-14 ЛЕТ

Набиева Н.Н., Софронов Н.Н.

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

В игровой деятельности волейболистов ведущая роль принадлежит технической подготовленности играющих, поскольку она подвергается оценке со стороны судей, протекает в непрерывно изменяющихся условиях при внезапно возникающих двигательных задачах и требует проявления высокого уровня координационных способностей при кратковременности и точности контакта с мячом. Как показывает практика, уровень развития координационных способностей новичков во многом определяет успешность обучения техническим приемам в волейболе. Большое количество работ, посвященных этой проблеме, доказывает, что юные спортсмены с более высоким уровнем координационной подготовки отличаются достаточно высокими спортивно-техническими показателями.

Таким образом, одной из актуальных проблем спортивной подготовки юных волейболистов является поиск путей педагогического воздействия с целью повышения эффективности тренировочного процесса, что и определяет актуальность исследования.

Мы предполагаем, что использование в учебно-тренировочном процессе юных волейболисток комплекса сложно-координационных упражнений значительно повысит уровень физической и технической подготовленности. Цель исследования заключается в определении эффективности использования комплекса упражнений с различным уровнем координационной сложности на физическую и техническую подготовленность девочек 13-14 лет, занимающихся волейболом.

Анализ научно-методической литературы показал, что в тренировке юных волейболисток целесообразно применение комплексов упражнений с различным уровнем координационной сложности не только для развития физических качеств, но и для углубленного разучивания технико-тактических приемов.

Исходные показатели двигательных качеств волейболисток 13-14 лет экспериментальной и контрольной групп статистически не различаются. Результаты контрольных испытаний по физической подготовке соответствуют требованиям программы ДЮСШ для данного возраста. По технической подготовке результаты тестирования ниже среднего в обеих группах.