

### КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ КАК ВАЖНЕЙШИЙ ЭЛЕМЕНТ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

Архипов Д.Д.

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

Известно, что рациональное, экономичное катание представляет собой одну из сторон технической подготовки юных хоккеистов. Основу технической подготовки как одной из важных сторон системы формирования хоккеиста составляет процесс обучения техническим приёмам игры и совершенствования в них. Технический приём в хоккее, как и в других спортивных играх, есть двигательное действие, степень владения которым характеризуется двигательным умением и двигательным навыком. Поэтому процесс обучения техническим приёмам и совершенствования в них тесно взаимосвязан с закономерностями формирования двигательных умений и навыков (Д.Р. Черенков, 1995).

Современный высокий уровень развития хоккея с шайбой предъявляет особые требования к процессу начального обучения юных хоккеистов. Известно, что именно этот этап во многом является определяющим для дальнейшего спортивного роста. При этом главное место отводится овладению техникой катания на коньках (В.А. Быстров, 1998; Ю.В. Никонов, 2003; В.П. Савин, 2003, Михайлов К.К., 2007). Поэтому уже с первых шагов обучения необходимо, чтобы учебно-тренировочный процесс обеспечивал быстрое и качественное овладение движениями и был нацелен на овладение рациональной техникой катания на льду, а также на виртуозное владение клюшкой и шайбой.

Проблема эффективного управления учебно-тренировочным процессом юных хоккеистов по овладению техникой катания относится к числу наиболее актуальных. Это связано, прежде всего, с тем, что без рациональной экономичной техники катания невозможен дальнейший рост спортивного мастерства юных хоккеистов.

Переход юношей во взрослые хоккейные клубы сопровождается проблемой дальнейшего совершенствования технического мастерства, в том числе и экономичным катанием. Поэтому молодой хоккеист, попадая в новую среду, теряет драгоценное время на переучивание экономичной технике катания, что ведёт к потере возможности дальнейшего роста мастерства. Недостаточное внимание к проблеме совершенствования эффективности управления учебно-тренировочным процессом юных хоккеистов по овладению техникой катания определило наш интерес к данной теме.

### ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕВОЧЕК В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР

Бадреева А.Р., Саеггараева А.М.

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

Несмотря на имеющуюся тенденцию к повышению внимания к физическому воспитанию в школе заметного улучшения здоровья и физического развития детей и подростков в последние годы не отмечается. Поэтому вопрос повышения эффективности физического воспитания детей и подростков остаётся по-прежнему актуальным. Использование спор-

тивно-ориентированных технологий в физическом воспитании обеспечивает высокий уровень качества физического воспитания, проявляющийся в опережении уровня физической подготовленности, серьёзном улучшении показателей здоровья и психологической устойчивости к стрессовым ситуациям. Положительный эмоциональный настрой на физическую работу помогает преодолевать значительные нагрузки. Из теории и практики физической культуры известно, что наиболее ярко проявляется эмоциональная составляющая физических нагрузок в игровой деятельности. При наличии психологической совместности индивидуальные особенности игроков дополняют друг друга, приводя к оптимизации индивидуальных двигательных режимов. Из физиологии спорта известно, что рост физической подготовленности происходит только на фоне интенсификации физических нагрузок до уровня частоты сердечных сокращений не менее 140 ударов в минуту. Если ставить для уроков физической культуры задачи эффективного развития физических качеств, то необходимо увеличивать плотность урока, давать большие двигательные нагрузки.

И в этом аспекте особое место занимают спортивные игры. Именно в игре командное и предметное взаимодействие способствует оптимальному развитию физических и психофизических качеств. В некоторых работах игра используется в качестве обучающего на уровне подсознания метода развития творческого мышления юных спортсменов, что показано на примере футбола. И хотя футбол по-прежнему ассоциируется с мужским видом спорта, нет таких элементов в игре, которые не могут быть освоены девочками или противоречили бы их биологической сущности. В настоящее время уже существует женский футбол, есть публикации об учебно-тренировочном процессе футболисток, занимающихся в секциях футбола. Тем не менее, вопрос использования этого вида игрового спорта девочками в современной школе остаётся открытым. Это и определило наш интерес к футболу среди девочек в средней школе.

### К ВОПРОСУ ВЫБОРА ИГРОВОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В ФУТБОЛЕ

Бакиров А.Б.

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

Отбор является важной и органической частью учебно-тренировочного процесса, так как способствует решению основной задачи спортивной подготовки- достижению высоких спортивных результатов (М.С. Бриль, 1980). Под спортивным отбором, как правило, понимают раздел спортивной подготовки, включающий организованный поиск одаренных детей и молодежи, прогнозирование их спортивной пригодности и стимулирование систематических занятий спортом с целью достижения высших результатов. Отбор- это система организационно-методических мероприятий комплексного характера, включающих педагогические, социологические, психологические и медико-биологические методы исследования, на основе которых выявляются задатки и способности детей для специализации в том или ином виде спорта (В.П. Филин, Н.А. Фомин, Н.Ж. Булгакова, В.М. Волков, М.С. Бриль, В.П. Губа и др.).

Особую значимость, безусловно, имеет начальный отбор. Начальный отбор в целом является достаточно длительным процессом, так как развитие спо-