

МЕСТО СПОРТА В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА

¹Газизова Р.Р., ²Ионов А.А.

¹НГЛУ им. Добролюбова Н.А.;

²Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

В системе физического воспитания большое место занимает спорт. Это объясняется особой деятельностью спорта как средства и метода физического воспитания, его популярностью, неуклонно возрастающей общекультурной и престижной значимостью в современном мире. Основу спорта составляет специфическая соревновательная деятельность.

Спорт – собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические межличностные отношения и поведенческие нормы, складывающиеся на основе этой деятельности. Отличительной особенностью спорта является обязательный соревновательный компонент.

Во всем мире спорт развивается в основном по двум направлениям: общедоступный спорт (массовый) и спорт высших достижений.

Общедоступный (массовый) спорт включает студенческий спорт, профессионально-прикладной спорт, физкультурно-кондиционный спорт, оздоровительно-рекреационный спорт. Во многих странах мира эти разновидности включены в движение «Спорт для всех», охватывающее миллионы занимающихся.

Спорт высших достижений – деятельность, направленная на удовлетворение интереса к определенному виду спорта, на достижение высоких спортивных результатов, на повышение собственного престижа, престижа команды, а на высшем уровне – престижа Отечества. В спорте высших достижений выделяют ряд направлений: супердостиженческий спорт (цель – выступление на Олимпийских играх, чемпионатах мира и др. крупных соревнованиях); профессиональный спорт (цель – успешное выступление в кубковых и коммерческих соревнованиях); профессионально-коммерческий спорт.

Спорт имеет большое социальное значение. Занятия спортом на всю жизнь прививают трудолюбие, упорство, чувство долга, обостренное чувство времени, целеустремленность. Все эти качества являются большим подспорьем в жизни, науке, работе. Эти бесценные психологические качества в сочетании с богатым ситуационным опытом у молодого еще человека дает спорт. Приобретенные качества позволяют, зачастую, в профессиональной области догнать и перегнать сверстников на жизненной дистанции.

Большой спорт предполагает участие в соревнованиях, цель которых победить, установить рекорд, занять призовое место или выполнить требования, необходимые для присвоения спортивного звания. Критерием эффективности являются победы на международных соревнованиях.

Массовый спорт тоже включает соревнования, но их цель иная – стимуляция двигательной активности. Спортивный результат в этом случае является показателем физической подготовленности. Отличительная черта массового спорта – доступность широким массам взрослого населения.

Критерий оценки эффективности – широта охвата населения занятиями спортом, регулярность тренировок, уровень физической подготовленности, личный спортивный результат.

Для оценки уровня спортивной подготовленности существует Единая Всероссийская спортивная клас-

сификация, которая обновляется один раз в четыре года. По каждому виду спорта в ней представлены требования и спортивные результаты, которых необходимо достичь, чтобы спортсмену был присвоен разряд от третьего юношеского до мастера спорта международного класса, в зависимости от показанного результата. За особо выдающиеся спортивные достижения присваивается звание «заслуженный мастер спорта».

Кроме традиционных, существуют национальные виды спорта, культивируемые в различных регионах нашей страны (лапта, городки, прыжки через нарты, борьба на кушаках, метание аркана на точность, метания топора и др.).

Основным структурным звеном студенческого спорта является спортивный клуб. Его задачи – вовлечение в занятия физической культурой и спортом, организация и проведение физкультурно-массовых мероприятий, создание команд по видам спорта, пропаганда физической культуры и спорта, организация спортивных лагерей, регистрация рекордов университета. Студенческое спортивное общество называется «Буревестник». Студенческие соревнования проводятся на различных уровнях – от первенства института до Универсиады – всемирных студенческих игр.

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И МОРФОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ БАСКЕТБОЛИСТОК УТГ-4

Гиззатуллина Н.А., Софронов Н.Н.

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

Современная подготовка баскетболистов – сложный педагогический процесс, которым должен управлять тренер. Для управления системой подготовки баскетболиста и команды в целом тренеру необходимо знать и умело применять в своей деятельности основные функции управления. К таким функциям относятся планирование, материально-техническое обеспечение, организация, педагогический контроль, учет и информация. Основным звеном управления тренировкой является планирование тренировочного процесса.

Планирование подготовки баскетболистов и баскетбольных команд основано на общих принципах и методах, применяемых в отечественной системе спортивной тренировки. Оно требует разносторонних знаний и практического опыта, так как является интегрированной функцией управления, определяющей не только содержание подготовки, но и всю систему управления этим процессом. При этом следует стремиться к творческой переработке передового опыта и знаний об объективных взаимосвязях между организацией тренировки и ростом достижений.

Мы предполагаем, что направленность и содержание учебно-тренировочного процесса в различные периоды макроцикла (переходный, подготовительный и соревновательный) определяет достоверные различия в уровне физического развития и физической подготовленности баскетболисток УТГ-4. В годичном цикле тренировки наблюдается динамика показателей физического развития баскетболисток УТГ-4. При этом наиболее высокие темпы изменения показателей физического развития имеют место в подготовительном периоде, в соревновательном периоде выявлено некоторое снижение темпов изменений, что