

вероятно обуславливается направленностью учебно-тренировочного процесса в исследуемых периодах.

У баскетболисток УТГ-4 установлено, что в различные периоды макроцикла имеет место разный уровень показателей физической и технической подготовленности. Наибольших показателей физической и технической подготовленности исследуемые баскетболистки достигают к середине соревновательного периода. При этом в подготовительном периоде выявлены наибольшие темпы изменения показателей физической и технической подготовленности.

К ВОПРОСУ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

¹Джиоев А.Ю., ²Денисенко Ю.П.

¹Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru;

²Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань

Уровень интегральной подготовленности в футболе является решающим фактором результативности. Проблема подготовки юных футболистов является одной из наиболее важных в современной спортивно-педагогической науке, так как в юношеском возрасте закладываются основы физической, технической, тактической, психологической и теоретической подготовленности. При этом темпы прироста показателей имеют разнонаправленное развитие (А.П. Золотарев, 1997; Г.С. Лалаков, 1998; М.А. Годик, 2006; Г.В. Монаков, 2007).

Эффективность организации тренировочного процесса у юных футболистов, во многом зависит от решения проблемы использования игровых упражнений в сочетании с различными видами подготовок, реализуемых по интегральному принципу на специально-подготовительном этапе (Э.М. Ривера, 1995; А.П. Золотарев, 1997; С.Ю. Тюленев, 2007).

Реализация методики интегральной подготовки на специально-подготовительном этапе спортивной тренировки юных футболистов позволяет добиться высокого уровня развития игрового мышления футболистов, которое эффективно влияет на решение тактических задач спортсменом. Это объясняется тем, что устойчивость сформированных качеств на протяжении всего годичного цикла подкрепляется и синтезируется за счет применения упражнений игрового характера. Данные упражнения также позволяют эффективно сформировать высокий уровень объема внимания и волевых способностей (П.П. Колупанов, 2010).

Использование комплекса избирательных игровых упражнений позволяют добиться всестороннего развития физических качеств, функциональных возможностей, технического мастерства, психологических и интеллектуальных возможностей, что положительно сказывается на поддержании высокого игрового ритма и темпа в процессе всего матча. Процесс спортивной тренировки юных футболистов на этапе начальной специализации целесообразно строить с преимущественным использованием методики интегральной подготовки, т. к. именно она позволяет комплексно решать задачи спортивной тренировки по развитию функциональных, физических показателей, уровня технико-тактической подготовленности, психологических и интеллектуальных способностей – что позволяет добиться высоких спортивных результатов.

ОПТИМИЗАЦИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

¹Донец Н.Б., ²Денисенко Ю.П.

¹Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru;

²Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань

Проблема оптимизации методики специальной скоростно-силовой подготовки, разработка новых, более эффективных средств и методов тренировки юных хоккеистов является одной из актуальных задач теории и практики хоккея.

Основной тенденцией развития современного хоккея является повышение его интенсивности и силовой направленности, т.е. увеличение темпа игры, быстроты выполнения технических приемов, количества и жесткости силовых единоборств, проводимых в высоком темпе на любом участке хоккейного поля. Это предьявляет высокие требования к физической подготовке хоккеистов настоятельно требует постоянного поиска новых, все более эффективных средств и методов подготовки хоккеистов.

В современном хоккее особое значение приобретает скоростно-силовая подготовленность, являющаяся одним из важных факторов повышения мастерства и специальной работоспособности хоккеистов.

Анализ современного состояния, скоростно-силовой подготовки юных хоккеистов по мнению следователей, показал, что имеется резерв и потенциальные возможности к повышению уровня развития их скоростно-силовых способностей (А.С. Денисенков, 2005; Р.Г. Ишматов, 2007). Одной из причин, негативно влияющей на подготовку хоккейных резервов, следует считать недостаточную разработанность методики развития специальных скоростно-силовых качеств юных хоккеистов (В.П. Савин, 2003).

Таким образом в целях дальнейшего совершенствования подготовки высококвалифицированных хоккеистов, ликвидации имеющихся отставаний и достижения высоких результатов необходимо рационализировать методику скоростно-силовой подготовки с тем, чтобы с меньшими тратами времени и энергии добиться большего эффекта.

ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ В ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

Зиганшин Н.С.

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

В многолетней подготовке педагогический контроль целесообразно использовать в процессе длительных систематических наблюдений за состоянием физического развития и подготовленностью спортсменов. Основными методами педагогического контроля являются систематизированные педагогические наблюдения и контрольные упражнения, характеризующие различные стороны подготовленности спортсменов и степень напряженности физиологических функций, обеспечивающих их максимальное проявление. Более того, применение различных форм комплексного контроля в годичном цикле дает возможность индивидуализировать тренировочный процесс, повышать эффективность подготовки юных спортсменов, определять их пригодность и перспективность в конкретном виде спорта на основе установления уровня физического развития, уровня развития различных сторон подготовленности, темпов