

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

<sup>1</sup>Джиоев А.Ю., <sup>2</sup>Денисенко Ю.П.

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

<sup>2</sup>Поволжская 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

<sup>1</sup>Донец Н.Б., <sup>2</sup>Денисенко Ю.П.

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

<sup>2</sup>Поволжская 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

их прироста по комплексу тестов и проб, имеющих достоверную корреляционную связь со спортивным результатом или другим информативным показателем, выбранным в качестве определяющего критерия успешности спортивной деятельности. В настоящее время в связи с необходимостью построения подготовки спортсменов как управляемого процесса актуальным является осуществление систематического комплексного контроля за подготовкой спортсменов и их соревновательной деятельностью.

Таким образом, контроль является связующим звеном в системе спортивной подготовки и управления ею. Многообразие видов подготовки, ее этапность в годичном и многолетнем циклах обуславливают комплексность контроля, его различные виды и формы. Опыт использования педагогического контроля в процессе подготовки спортсменов позволяет сделать заключение о целесообразности комплексного подхода к всесторонней оценке уровня подготовленности спортсмена и среды, в которой он функционирует.

При проведении тренировочного процесса с целью более эффективного управления и оптимизации педагогических воздействий оцениваются перманентное, текущее и оперативное состояния, определяемые на основании различных видов педагогического контроля. При этом относительно полная и разносторонняя оценка подготовленности спортсменов в каждой конкретной временной точке подготовки может быть получена только на основании результатов комплексного обследования, включающего педагогические, медико-биологические, физиологические, психологические тесты и пробы, которые отвечают методическим принципам применения их в спортивной практике.

**ВЛИЯНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА  
ЗАНЯТИЯХ ПО БАСКЕТБОЛУ СО СТУДЕНТАМИ  
НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
И ТЕХНИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ**

Ионова Н.А.

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

В настоящее время приоритетной задачей развития физкультурно-спортивного движения в нашей стране является максимальное вовлечение детей, подростков и молодежи в активные занятия физической культурой и спортом. Особой популярностью пользуются занятия массовыми видами спорта такими, как: баскетбол, волейбол, футбол, хоккей, легкая атлетика и др.

Баскетбол занимает одно из ведущих мест в программном материале по физической культуре всех образовательных школ, колледжей и вузов. Поэтому очевидна актуальность вопроса повышения качества образовательной деятельности, совершенствования методики обучения студентов физкультурных вузов навыкам игры в баскетбол, независимо от вида спортивной специализации.

Противоречие между потребностью в квалифицированных специалистах и дефицитом учебного времени, отведенного на освоение программы общего курса баскетбола определило проблему оптимизации учебного процесса по данному виду спорта в физкультурных вузах. Одним из направлений решения данной проблемы представляется разработка методики применения подвижных игр в процессе обучения

баскетболу с учетом уровня подготовленности студентов различных специализаций.

Реализация дифференцированного подхода при разработке новых технологий обучения является важным условием совершенствования системы обучения в физкультурном вузе (Т.К. Селевко, 1998; В.А. Корнилов, А.К. Рынков, 1994; В.Ф. Ковалевский, 1994, Е.А. Короткова, 2001 и др.). Поэтому дифференцированное использование подвижных игр в содержании учебного процесса по баскетболу с учетом особенностей студентов разных спортивных специализаций определило направление нашего исследования.

Цель исследования – совершенствование процесса обучения технике баскетбола на основе дифференцированной методики применения подвижных игр для студентов различных специализаций.

Мы предполагаем, что процесс обучения студентов в физкультурных вузах основам техники игры в баскетбол будет эффективен, если:

- разработаны и научно обоснованы технологические подходы, обеспечивающие становление навыков игры в баскетбол в условиях ограниченного учебного времени;
- учтены особенности избранной специализации студентов и уровень их подготовленности;
- в содержании занятий по баскетболу использованы подвижные игры, специально подобранные с учетом специализаций учебных групп.

Научные исследования проводились в четыре этапа.

На I этапе был проведен анализ и обобщение литературных данных с целью теоретического обоснования проблемы, поиска форм, методов организации и проведения экспериментального исследования.

На II этапе провели педагогическое исследование, которое было направлено на: I. Выявление уровня развития основных физических качеств студентов различных специализаций; II. Определение влияния занятий баскетболом на уровень проявления физических качеств и техническую подготовленность.

На III этапе проводился педагогический эксперимент. Основываясь результатами предварительного исследования и данными специальной научной литературы (Л.П. Матвеев, 1991; И.А. Филина, 1997), студенты были организованы в следующие группы: в первую вошли студенты, специализирующиеся в легкой атлетике, плавании, лыжном спорте; во вторую – представители гимнастики (спортивной и художественной), спортивных танцев и акробатики; в третью группу – студенты спортивных единоборств; в четвертую – студенты адаптивной физической культуры и двигательной рекреации; пятую группу составили студенты, занимающиеся спортивными играми (баскетбол, волейбол, футбол, хоккей).

Программный материал в группах был распределен в соответствии с результатами первого этапа эксперимента, с учетом выявленных сильных и слабых сторон подготовленности и специфики избранного вида спорта.

Особенностью построения занятий в учебных группах было использование в подготовительной части урока подвижных игр, специально подобранных с учетом уровня подготовленности и специфики соревновательной деятельности представителей различных специализаций. Их направленность связана с развитием «профилирующих» для баскетбола двигательных способностей, определяющих успешность освоения программного материала и, соответственно, подтягивания «отстающих» сторон физической подготовленности.