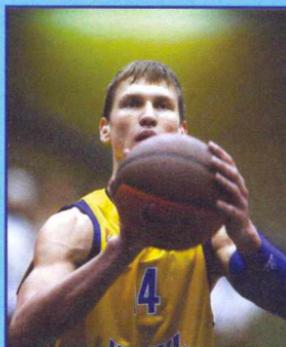


СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ, РЕКРЕАЦИИ И СПОРТЕ



Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
Департамент спорта, туризма и молодежной политики Смоленской области
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теории и методики спортивных игр

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ, РЕКРЕАЦИИ И СПОРТЕ

Материалы

VI Международной научно-практической конференции

(20-22 декабря 2011 г.)

Смоленск, 2012

УДК 795.251

ББК 68

С 479

Редакционная коллегия:

Родин А.В. - кандидат педагогических наук, доцент;

Заенчковский Э.М. – начальник Департамента спорта, туризма и молодежной политики Смоленской области;

Легоньков С.В. - кандидат педагогических наук, профессор;

Лихачев О.Е. кандидат педагогических наук, профессор.

Ответственная за выпуск: **Филимонова Ю.Н.**

Рецензенты:

Кафедра теории и методики спортивных игр Московской государственной академии физической культуры;

Кафедра теории и методики физического воспитания и спорта Московского государственного областного университета;

Кафедра анатомии и биомеханики Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма.

С 479 Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте:

Материалы VI Международной научно-практической конференции / под общ. ред. к.п.н., доц. А.В. Родина (г. Смоленск, 20-22 декабря 2011 года). – Смоленск, 2012. – 231 с.

ISBN 935-8-61848-334-9

В научный сборник вошли материалы, посвященные актуальным вопросам теории и методики спортивных игр. В представленных научных работах раскрываются различные аспекты использования спортивных игр, как средства физического воспитания и рекреации, а также различные проблемы подготовки спортивных резервов и квалифицированных спортсменов.

Сборник статей адресован студентам, аспирантам, преподавателям учебных заведений для изучения актуальных проблем теории и методики спортивных игр.

© Департамент спорта, туризма и
молодежной политики Смоленской области
© Смоленская государственная академия
физической культуры, спорта и туризма
© Кафедра теории и методики спортивных
игр

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Маринич В.В.¹, Хрусталеv Г.А.²

¹Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь

*²Московская государственная академия физической культуры, Малаховка,
Россия*

В настоящее время актуальной проблемой подготовки спортсменов является научное и практическое обеспечение спортивной деятельности.

Несмотря на очевидную необходимость изучения различных особенностей взаимодействия между составляющими компонентами подготовленности мини-футболистов с целью формирования качеств профессионального игрока. Отдавая в целом особую роль технической и физической подготовке мини-футболистов, повышение уровня их спортивной успешности непосредственно зависит и от индивидуально-личностных психологических качеств и их коррекции.

Целью настоящей работы стало изучение влияния личностных качеств мини-футболистов на уровень их физической и технической подготовленности с дальнейшей возможностью коррекции этого процесса.

Методы исследования. Для реализации цели были исследованы мини-футболисты двух команд с разной спортивной успешностью, в результате чего были сформированы две группы испытуемых: 1 группа составила 22 человека из команды с высокой успешностью в сыгранных за сезон матчах; 2 группа - это 21 мини-футболист из команды с более низкой спортивной успешностью.

В начале исследования у мини-футболистов обеих групп исследовали индивидуально-личностные характеристики с использованием личностного опросника FPI (Фрагбургский личностный тест) и шкалы личностной тревожности. Кроме того, определялись показатели физической и технической подготовленности.

В дальнейшем, с целью оптимизации психического состояния и личностных качеств юных спортсменов из команды с низкой спортивной успешностью осуществлялся психологический тренинг, направленный на повышение мотивации к достижению успеха, направленный на осознание испытуемыми имеющихся у них негативных или недостаточно оформленных качеств, отрицательно влияющих на спортивные достижения.

Тренинг проводился в форме индивидуальных и групповых психокоррекционных занятий. В процессе тренинга происходило воздействие на эмоционально-волевую и когнитивную сферы, повышалась эффективность управления стрессом. После осуществления психологического воздействия юные спортсмены были обследованы повторно.

Результаты исследования. Изучение личностных качеств мини-футболистов из команд с низкой и высокой спортивной успешностью свидетельствует о наличии различий в количественном выражении проявлений этих качеств у испытуемых.

При этом, уровень проявления таких дезадаптивных качеств личности как депрессивность, раздражительность, застенчивость реактивная агрессивность у лиц из контрольной группы был значительно ниже, чем в группе с низкими спортивными достижениями.

Для мини-футболистов из группы с высокой спортивной успешностью характерными были более интенсивные проявления таких качеств как уравновешенность, открытость экстраверсия.

Как показали проведенные исследования, существует взаимосвязь между уровнем проявления личностных качеств мини-футболистов и

успешностью в их спортивной деятельности. Этот же вывод подтверждается после проведенного анализа личностной тревожности у испытуемых обеих групп.

Так, показатели тревожности (школьная, самооценочная, межличностная, общая) у спортсменов из группы с высоким уровнем спортивной успешности были значительно ниже, чем в группе с низким уровнем успешности в играх. На наш взгляд это связано с более высокими характеристиками общих адаптационных характеристик и большим функциональным резервом юных спортсменов, характеризующихся достаточной спортивной успешностью.

Определение физической подготовленности мини-футболистов обеих групп показало наличие различий, которые в целом характеризовали худшую физическую подготовленность спортсменов из группы с низкой спортивной успешностью. Все показатели в этой группе были ниже, чем у лиц из контрольной группы. Таким образом, показано влияние уровня тревожности на формирование спортивной успешности юного спортсмена.

Выяснение уровня технической подготовленности исследуемых спортсменов убедило в наличии сходной закономерности. Так, представлены данные, свидетельствующие о разном уровне технической подготовленности у мини-футболистов из группы с низким уровнем спортивной успешности.

Полученные данные позволяют отметить, что все исследовавшиеся уровни подготовленности мини-футболистов (психологический, физический и технический) влияют на результаты их спортивной деятельности.

В дальнейшем с мини-футболистами из группы с низкими показателями в играх был проведен пятнадцатидневный курс психологической подготовки ориентированный на повышение стрессоустойчивости и оптимизацию негативных психических проявлений.

Анализ данных свидетельствует о наличии положительных сдвигов в уровне проявления негативных психических качеств юными спортсменами после эксперимента. Так, при явном уменьшении невротичности, депрессивности, раздражительности, реактивной агрессивности, повысились показатели таких качеств как уравновешенность, открытость, экстраверсия. Иначе говоря, проведенная с мини-футболистами различного уровня подготовленности психологическая работа привела к оптимизации их психического состояния.

Исследование разных видов тревожности также убедило в том, что спортсмены из экспериментальной группы демонстрируют падение их уровня, являющееся результатом влияния на них психологической подготовки. При этом уровень тревожности приблизился к значениям этого показателя в группе контроля.

Кроме того, после психолого-педагогического эксперимента в лучшую сторону изменились все определявшиеся параметры физической подготовленности мини-футболистов. Аналогичные изменения произошли и в технической подготовленности, то и здесь та же картина: её уровень возрос

у спортсменов, которые прошли 15-дневный курс психологической подготовки.

Выводы:

1. Результативность игры в мини-футбольной команде (успешность спортивной деятельности) зависит не только от уровня физической и технической подготовленности игроков, но и от степени проявления ими индивидуально-психологических качеств, которые в группе с низкой успешностью в спортивной деятельности выражаются в доминировании негативных черт.

2. Физическая и техническая подготовленность мини-футболистов в группе с высокой спортивной успешностью выше, чем в группе с низкими показателями успешности в играх.

3. Психолого-педагогический эксперимент повысил показатели позитивных личностных качеств спортсменов, что, в свою очередь, повлияло на улучшение физической и технической подготовленности игроков. Следовательно, для повышения эффективности спортивной деятельности в мини-футболе, с мини-футболистами необходимо проводить целенаправленную психологическую подготовку, которая позволит оптимизировать реализацию физических и технических возможностей футболистов и обеспечит повышение эффективности игры.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие Э.М. Заенчковского..... 7

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР

Андреев С.Н., Хрусталеv Г.А. Подготовка мини-футболистов высокого класса в подготовительном периоде годичного тренировочного цикла.....	8
Антипов А.В. Методика контроля физической подготовленности юных футболистов.....	10
Барышников Ю.А. Оценка физической и функциональной подготовленности юных конькобежцев по показателям в игровом тесте.....	12
Богданов Н.Н., Пустошило П.В. Характеристика технической подготовки в структуре годичного цикла волейболистов студенческих команд.....	14
Брызгалов В.В. Основные положения методики скоростной подготовки юных хоккеистов на этапе начальной спортивной специализации.....	17
Гарзуев А.В., Венгерова Н.Н. Интеграция спортивных дисциплин на занятиях со студентами технического вуза.....	20
Горячев В.А., Данков С.В. Методические рекомендации при освоении техники перехвата мяча в современном баскетболе.....	22
Губа В.П. Влияние силового компонента мышечно-связочного аппарата нижних конечностей на эффективность тренировочной деятельности юных футболистов различных игровых амплуа.....	24
Губа Д.В. Особенности физического развития юных баскетболистов различных учебно-тренировочных групп спортивной подготовки.....	27
Данков С.В., Горячев В.А. Понятие «Драфт» в профессиональных спортивных играх.....	29
Долотцев П.А. Подвижные игры как средство совершенствования обманных действий баскетболистов 12-13 лет.....	30
Ежов П.Ф. Компоненты тренировочных нагрузок и их соотношение в подготовительном периоде футболистов 16-17 лет.....	34
Еолчианц Т.А. Повышение точности передач мяча у юных баскетболистов, занимающихся в группах начальной подготовки.....	36
Ермаков В.А., Губа В.П. Обоснование интегральной подготовки спортсменов в мини-футболе.....	40
Захаров П.С. Эффективность различных режимов тренировочной нагрузки в процессе функциональной подготовки баскетболистов студенческих команд.....	42
Игнатов В. Г., Живодеров В.А. История и перспективы развития российского гандбола.....	43
Исмиянов В.В., Рыбина Л.Д. Совершенствование процесса физического воспитания студентов железнодорожного ВУЗа на основе специализации зимнего мини-футбола.....	50
Кандаурова Н.В., Лобанов Н.А. Анализ организационно-управленческой деятельности американских и российских клубов по бейсболу.....	52

Карпов В.Ю., Гаспарян Е.П. Особенности формирования двигательных действий у юных теннисистов	55
Кириллова Н.А. Совершенствование атакующих действий с учётом фаз ОМЦ у баскетболисток 14—15 лет	56
Князева Т.И. Некоторые аспекты физической подготовки юных теннисистов на спортивно-оздоровительном этапе	60
Кожемякин К.А. Использование средств аэробики в подготовке юных баскетболистов среднего школьного возраста	64
Кудашова К.Т., Зароднюк Г.В. Использование подвижных игр на занятиях гимнастикой	67
Лазарев А.С., Солонкин А.А. Причины возникновения травм у футболистов 17-19 лет	70
Лаптев А.В. Оценка возможностей студенческого баскетбола России и сравнение его с NCAA (студенческой лигой Америки)	73
Легоньков С. В., Комарова Т.К. Плиометрические упражнения как средство развития прыгучести у юных волейболистов 12-13 лет	76
Лихачев О.Е., Фомин С.Г., Фомин А. Современные тенденции развития спортивных игр	81
Луткова Н.В. Анализ управляющих воздействий тренеров в процессе соревновательной деятельности волейболистов различного уровня подготовленности	84
Мазурина А.В. Специальное устройство в формировании навыка броска по кольцу в баскетболе – «бросок»	87
Мазурина А.В., Васьковская М.Г. Особенности проведения занятий по подвижным играм с группами специализации «Адаптивная физическая культура»	91
Макаров Ю.М., Рамзайцева А.А. Сравнительный анализ эффективности бросков мяча у гандболисток высокой квалификации с психологической установкой на скорость, силу и точность	94
Маринич В.В., Хрусталеv Г.А. Особенности формирования физической и технической подготовленности мини-футболистов в зависимости от их индивидуально-психологических способностей	98
Минина Л.Н. Методика формирования педагогической рефлексии при изучении дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры»	101
Михайлов Н.Г., Шадрина Е. К вопросу о классификации приёмов игры в софтбол	105
Михайлова М.А. Использование подвижных игр в учебных и тренировочных занятиях спортивными играми	106
Никитушкина Н.Н., Водяникова И.А. Деловая игра как система подготовки специалиста детско-юношеского спорта	108
Павленко В.Б., Лаптев А.В. Влияние сбалансированности тактических действий в нападении на успешность игровой деятельности в баскетболе .	111
Павлов Е.А., Федосеев Е.Н. Особенности тактического мышления	

у баскетболистов студенческих команд.....	113
Першин В.В., Филимонова Ю.Н. Влияние спортивной тренировки на подвижность нервных процессов у волейболистов (на примере изменения скорости двигательной реакции).....	115
Погорелый М.В., Родин А.В. Анализ уровня психофизиологической подготовленности юных волейболистов в структуре годичного тренировочного цикла.....	117
Пустошило П.В. Эффективность дифференцированной методики технической подготовки волейболистов студенческих команд.....	120
Родин А.В. Проблема индивидуальной тактической подготовки спортсменов в современной теории спортивных игр.....	123
Рыбакова М.А., Михайлов Н.Г. Техническая подготовка питчера в софтболе (FAST PITCH).....	125
Самойлов А.Б. Методические требования и условия совершенствования двигательных действий юных теннисистов на стадии базовой подготовки.....	126
Скорович С.Л. Анализ функциональных особенностей опорно-двигательного аппарата высококвалифицированных игроков разного возраста в мини-футболе (футзале).....	129
Скорович С.Л., Губа В.П. Диагностика функциональных показателей высококвалифицированных игроков в мини-футболе.....	130
Созинов И.В., Тихомиров Ю.В. Оценка морфологических и педагогических характеристик квалифицированных спортсменов, занимающихся футболом и мини-футболом.....	133
Соколов Н.Г., Пугенко И.В. Системно-структурный подход выявления основных функций развития студенческого баскетбола.....	137
Соломченко М.А. Особенности подготовки студенток-волейболисток: управление, толерантность, условия.....	141
Старова Т. История зарождения женского футбола в России.....	146
Строева И.В. Использование критерия Фишера для сравнения эффективности технико-тактических действий в спортивных играх.....	149
Тихомиров Ю.В., Демин А.А. Методика биомеханического контроля технической и физической подготовленности юных футболистов.....	153
Филимонова Ю.Н., Першин В.В. Структура и содержание специально-подготовительного этапа в тренировке волейболисток высших разрядов... ..	156
Филиппский А.Ю. Сравнительная характеристика подготовки юных футболистов в Голландии и в Беларуси.....	160
Хрусталева Г.А. Особенности индивидуального развития иммунной системы спортсменов в игровых видах спорта.....	164
Чернякова С.Н. Изучение внутригрупповых взаимодействий в женской студенческой баскетбольной команде ВУЗа.....	166
Чумаков А.А. Использование подвижных игр в учебных и тренировочных занятиях спортивными играми.....	170

ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Абдрахманов А.Я., Ефимов В.А. К вопросу о физической культуре и здоровье...174	174
Афонин М.А., Михайлова Т.В. Физическая подготовка юных спортсменов занимающихся рукопашным боем	177
Бугаев А. Н., Абдрахманов А.Я., Солдатенков К.Н. К вопросу о физической культуре и состоянии спортивных сооружений	179
Врублевский Е.П., Петрукович Н.П., Максимук О.В. Психолого – педагогические средства повышения работоспособности спортсменов.....	182
Гусинец Е.В., Врублевский Е.П. Амплитудно-частотные характеристики мышц квалифицированных легкоатлетов-прыгунов.....	184
Ефимов В.А., Абдрахманов А.Я. Здоровье и экологическая безопасность..	188
Кирпиченков А.А., Самойлов А.Б. Методика проведения оздоровительно-развивающих занятий с детьми 5-7 лет в дошкольном учреждении с применением «волнового» тренажёрного устройства.....	190
Коновалов В.В. Целенаправленное формирование координационных способностей юных бегунов на средние дистанции на этапе начальной подготовки	192
Королевич А.Н. Особенности развития мотивации достижения и соревновательности.....	196
Крылов Л.Ю., Михайлова Т.В., Маринич В.В. Оптимизация тренировочного процесса квалифицированных спортсменов в академической гребле	198
Лихачев О.Е., Ганиев Р.Г., Смирнов В.Н. Проблемы формирования привычки физически активного стиля жизни у современной молодежи	199
Мазурина А.В., Алпацкая Е.В., Шибилкина Н.В. Современные проблемы подготовки специалистов в системе среднего профессионального образования по специальности «Физическая культура».....	202
Ненашев Е. Роль патриотического воспитания в воспитании современной молодёжи.....	207
Никитушкин В.Г., Артамонов А.В. Оценка уровня специальной подготовленности юных дзюдоистов.....	210
Пресняков В.В. Анализ морфологических показателей бегунов на 400м высокой квалификации	212
Романов И.П. Факторная структура подготовленности метательниц молота высокой квалификации	215
Усачева С.Ю., Семенов В.Г. Формирование структуры бегового шага в циклических локомоциях у девочек-школьниц 10-15 лет (теоретический аспект).....	216
Хармонова А.А. Анализ уровня и структуры интеллектуальных способностей студентов вуза физической культуры.....	218
Чернова В. Н., Антонов М.И. Морфологическая характеристика высококвалифицированных спортсменов, занимающихся пожарно-прикладным видом спорта.....	222
Авторская справка.....	225