

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

И.М. Беспрозванных, магистрант

Научный руководитель – **Е.Т. Кузнецова**, доцент

Полесский государственный университет

Детский и юношеский спорт в нашей стране становится все более важным социальным фактором в процессе формирования гражданина Республики Беларусь. Особое внимание обращается на повышение эффективности деятельности спортивных школ, необходимость усиления работы по подготовке спортивного резерва [1].

Большое внимание, уделяемое в действующей системе физического воспитания вопросам развития спорта среди детей и молодежи, определяется, прежде всего, широкими возможностями его использования для укрепления здоровья и воспитания подрастающего поколения нашей страны. По сравнению с другими методами и формами физического воспитания, спорт наиболее эффективно стимулирует положительные изменения в организме и в большей степени оказывает влияние на повышение уровня физической подготовленности [2–4].

Дошкольный и младший школьный возраст – ответственный этап в жизни ребенка и наиболее благоприятный для роста и закалки организма, развития большинства физических качеств, формирования интересов, потребностей и привычек. В этом возрасте лучше проявляется биологическая потребность в движении, закладывается фундамент физического развития. У детей 5–6 лет активно развивается двигательная функция, в том числе, большинство видов координационных способностей, умение согласовывать движения и управлять ими. Исследователи доказывают, что за счет постоянного применения точно дозированных напряжений мышечного корсета на основе

обучения разных по координационной структуре и направленности движений формируются навыки удержания физиологически правильных положений туловища в статическом и динамическом положениях [5].

Цель исследования: определить уровень физической подготовленности мальчиков групп начальной подготовки, занимающихся хоккеем.

Задачи исследования:

1. Установить уровень физической подготовленности мальчиков 6–9 лет группы начальной подготовки ДЮСШ ГСУ «Хоккейный клуб Пинские ястребы».

2. Определить основные статистические параметры показателей физической подготовленности юных хоккеистов (средняя, минимум, максимум, среднееквадратическое отклонение) по результатам комплексного тестирования.

Методы исследования. В соответствии с задачами научно-исследовательской работы использовали комплекс взаимосвязанных методов: анализ научно-методической литературы; анализ рабочей документации; опрос; педагогическое тестирование; методы математической статистики. Статистический анализ проводится на персональном компьютере с помощью программы STATISTICA 6.0 (StatSoft, 2001) и Office Excel 2007 (Microsoft).

Организация исследования. В исследовании принимали участие 16 мальчиков 6–9 лет группы начальной подготовки ДЮСШ ГСУ «Хоккейный клуб Пинские ястребы» г. Пинска, Брестской области. С целью осуществления очередного этапа научно-исследовательской работы в сентябре 2023 года было проведено педагогическое тестирование. Методика проведения тестирования физической подготовленности выполнялась в соответствии с требованиями программы [6].

Для исследования уровня физической подготовленности детей используют двигательные тесты, направленные на конкретную двигательную активность, нормы ее оценки и комплексы двигательных тестов с нормативами оценки каждого теста, а также всего комплекса тестов (S. Godfrey, 1974; K. Simmons, 1986; C. V. Corbin, 1987; J. F. Salis, 1987; (Сергиенко, 2001 и др.). Физическая подготовленность является результатом физической активности человека, его интегральным показателем, поскольку при выполнении физических упражнений взаимодействуют практически все органы и системы организма [1; 4]. В соответствии с требованиями программы, мы использовали четыре контрольные упражнения. Таблица 1 характеризует среднестатистические показатели физической подготовленности мальчиков 6–9 лет.

Таблица 1. –Показатели физической подготовленности мальчиков 6–9 лет

№	Программа обследования	Статистические показатели			
		\bar{X}	σ	<i>min</i>	<i>max</i>
1	Бег 30 м, с	5,26	0,30	4,7	5,7
2	Прыжок в длину с места, см	134	12,98	115	155
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, (кол-во раз)	21,25	5,33	10	30
4	Подъем туловища в сед из положения лежа за 45 сек, кол-во раз	22,81	4,47	15	28

Уровень физической подготовленности (табл. 2) мальчиков группы начальной подготовки – средний; средний бал по всем четырем тестам – 3,68; минимальный балл – 2,87; максимальный – 4,81. Наименьшими баллами был оценен контрольный норматив «Прыжок в длину с места» – 2,87. По всем четырем контрольным нормативам разброс баллов – от 1 до 5.

Таблица 2. – Уровень физической подготовленности юных хоккеистов

№	Программа обследования	Оценочные баллы			
		\bar{X}	σ	<i>min</i>	<i>max</i>
1	Бег 30 м, с	4,81	0,40	4	5
2	Прыжок в длину с места, см	2,87	1,67	1	5
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, (кол-во раз)	3,63	1,71	1	5
4	Подъем туловища в сед из положения лежа за 45 сек, кол-во раз	3,44	1,21	1	5

В настоящее время исследование продолжается. Результаты исследования станут основой для разработки программы развития координационных способностей учащихся спортивной школы.

Список использованных источников

1. Зданевич, А. А. Двигательные способности школьников и методика их развития: монография / А. А. Зданевич, Л. В. Шукевич; под общ. ред. А. А. Зданевича. – Брест : БрГУ, 2020. – 296 с.
2. Кузнецова, Е. Т. Регионарные особенности физического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста г. Пинска и Пинского района Беларуси / Е. Т. Кузнецова, Д. И. Хомицевич, В. М. Дронова, Н. В. Руденко // Актуальные проблемы подготовки специалистов с высшим образованием в современных условиях: матер. междунар. научн.-теор. конф. – Нукус, 2023.
3. Кузнецова, Е. Т. Компонентный состав тела у детей дошкольного и младшего школьного возраста г. Пинска и Пинского района Республики Беларусь / Е. Т. Кузнецова, В. М. Дронова, Н. В. Руденко // Здоровье для всех: научно-практический журнал. – 2023. – № 1. – С. 62–68.
4. Кузнецова, Е. Т. Факторный анализ показателей, характеризующих структуру физической подготовленности учащихся младшего школьного возраста г. Пинска и Пинского района Брестской области / Е. Т. Кузнецова, И. А. Янковский, В. М. Дронова // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук : научно-практический журнал. – 2023. – № 2. – С. 19–25.
5. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / В. И. Лях. – М. : Дивизион, 2006. – 290 с.
6. Никонов, Ю. В. Хоккей с шайбой : учеб. программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / Ю. В. Никонов. – Минск : ГУ «РУМЦ ФВН», 2013. – С. 136.