

зации досуга, удовлетворения разнообразных интересов, разумного включения в общественную жизнь, связи с семьей, клубом и т.д.;

3) ярая устремленность на достижение высоких результатов обязывает спортивного педагога не упускать из виду другие важные для спортсмена моменты жизни такие, как учеба, получение образования и профессии, жизнь после окончания спортивной карьеры;

4) возможность положительного и отрицательного влияния на развитие личностных качеств. Достижение высших спортивных результатов немислимо не только без определенных способностей, но и без проявления в высшей степени нравственных и волевых качеств. В то же время достигнутые результаты (победы, звания и титулы) делают спортсмена известным, популярным, его приглашают выступить по телевидению и в других средствах массовой информации, он частый гость различных праздников, торжественных собраний.

5) острые переживания, эмоции в связи со спортивной деятельностью (успехи, поражения), психическая напряженность на тренировках, при выступлениях на соревнованиях требуют постоянного внимания тренера и знания им состояния спортсмена в этот момент, своевременной помощи в случае определенного влияния их на личность;

6) относительная добровольность входа в коллектив и выхода из него. Причины могут быть разными. Контрактная система, с одной стороны, упрощает проблемы перехода из одного коллектива в другой но с другой – усложняет моральное состояние спортсмена, и в этом случае большая роль принадлежит тренеру и новому коллективу по адаптации спортсмена к новой обстановке;

7) текучесть членов коллектива в связи с отбором в команду, прекращением спортивной карьеры, травмами и т.д. Забота тренера о сохранении состава, традиций, преемственности и перспективы коллектива, о малой текучести требует от него создания необходимых условий не только для роста спортивного мастера, но и для того, чтобы команда стала для спортсменов «родным домом».

Эти и, возможно, некоторые другие особенности развития спортивного коллектива требуют их учета в работе тренеров по формированию его. Стадии и особенности развития коллектива накладывают свой своеобразный отпечаток на воспитание спортсменов высокой квалификации. Тренерам следует учитывать, что состав команды не однороден по возрасту, национальности, образованию, темпераменту, интеллекту, уровню мастерства и опыту выступлений на соревнованиях. Спортсмены неодинаково переживают победы и поражения, успешные и неудачные выступления. Они неоднозначно воспринимают материальные и моральные поощрения, различные санкции и наказания за те или иные проступки. Смена тренеров (чаще всего главного) не всегда правильно воспринимается спортсменами. Меняет тренеров руководство клуба порой по требованиям ряда игроков или всей команды. В коллективе существуют многосторонние связи, такие связи есть и вне коллектива. Это необходимо учитывать при руководстве коллективной жизнью. Спортсмены часто бывают на сборах, и не все адекватно переносят эту необходимость. Сегодняшнее послабление в централизации подготовки спортсменов имеет положительные и отрицательные стороны. Не учитывать этого нельзя. Спортивные достижения могут в один миг прославить спортсмена на весь мир, и следует опасаться проявления им высокомерия, тщеславия, рвачества, эгоизма. Наконец, спортсменов за их труд награждают государственными орденами и

медалями, тем самым ставя их труд наравне с трудом представителей и других профессий. Таким образом, правильное формирование личности спортсмена во многом определяется умением тренера учитывать в своей деятельности по руководству коллективом особенности его развития и воспитания спортсменов высокой квалификации.

#### ПРИМЕНЕНИЕ ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ТРЕНИРОВКЕ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ

Макаров Д.А.

*Набережночелнинский филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Россия, Набережные Челны, urprof@yandex.ru*

В современной системе спортивной тренировки роль восстановительных средств невозможно переоценить, поэтому они рассматриваются как необходимая часть подготовки спортсменов. Нами в процессе проведения сравнительного параллельного педагогического эксперимента у хоккеистов экспериментальной и контрольной групп в специальных анкетах регистрировались субъективные данные оценки своего самочувствия и спортивной работоспособности. Большинство хоккеистов контрольной группы отмечали в анкетах в период наблюдений определенные отрицательные субъективные ощущения, которые были тесно связаны со значительными тренировочными нагрузками. Подавляющее количество хоккеистов экспериментальной группы на протяжении всего периода наблюдений отмечали положительное влияние восстановительных мероприятий и в связи с этим указывали на хорошее самочувствие и повышение спортивной работоспособности.

Необходимо подчеркнуть, что полученные нами экспериментальные данные помимо определенного теоретического интереса имеют важное практическое значение, так как позволяют более эффективно и целенаправленно осуществлять управление тренировочным процессом юных хоккеистов и разрабатывать необходимые специальные комплексы, включающие педагогические, гигиенические, медико-биологические и психологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности. При современной подготовке хоккеистов это имеет важное значение, что подчеркивается в работах известных специалистов в области хоккея (В.П., Климин, 1982; П.И. Готовцев, Дубровский В.И., 1981).

Предложенные и апробированные нами научно-практические рекомендации по применению специальных комплексов восстановительных средств в подготовительном периоде тренировочного процесса юных хоккеистов СДЮСШОР «Ак Барс» г. Казань разработаны на основании результатов экспериментальных исследований, а также с учетом рекомендаций ряда известных специалистов. Целенаправленное и систематическое применение предложенных научно-практических рекомендаций дает возможность оптимизировать тренировочный процесс юных хоккеистов и повышать оздоровительный эффект тренировочных занятий.

#### ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ

Мубаракшин Ф.М., Нурсаатов Ф.Ф.

*Набережночелнинский филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Россия, Набережные Челны, urprof@yandex.ru*

Эффективность преобразований постановки физического воспитания школьников связана, в част-