

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 выступлении 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, yprof@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, yprof@yandex.ru*

Эффективность преобразований постановки физического воспитания школьников связана, в част-

ности, с повышением творческой инициативы учителя, расширением состава средств физического воспитания, обеспечением вариативности содержания занятий с учетом особенностей контингента занимающихся и условий проведения занятий, а также поиском нестандартных организационно-методических приемов (Матвеев Л.П., 2004; Лях В.И., Зданевич А.А., 2007). В многообразии средств физического воспитания детей особое место занимают подвижные игры в силу своей универсальности, высокой эмоциональности и привлекательности. Целенаправленное и широкое использование игровых средств в комплексе физкультурно-оздоровительных форм занятий может решить задачи, связанные с познанием окружающей действительности на ранних этапах развития ребенка, получением первоначальной адаптации в области общественного поведения, и позволяет решить задачу оптимизации двигательного режима. Применение игровых методик учителями физической культуры, воспитателями, тренерами позволяет повысить возможности педагогических воздействий в формировании двигательных навыков, умений и способствовать становлению и развитию творческой личности (Портных Ю.И., 1986).

Подвижные игры – это эмоциональная деятельность, поэтому они представляют для нас большую ценность и в воспитательной работе с детьми. Основной особенностью подвижных игр является ярко выраженная роль движения в содержании игры (бега, прыжков, метаний, бросков, передачи и ловли мяча, сопротивлений). Эти двигательные действия направлены на преодоление различных препятствий, трудностей, поставленных на пути достижения цели игры. А достижение цели требует от учащихся активных двигательных действий, выполнение которых зависит от творчества и инициативы самих играющих. Применение нами дополнительных секционных занятий в средней школе г. Набережные Челны с использованием разнообразных подвижных игр позволило существенно повысить интерес у школьников к занятиям физической культурой, были значительно улучшены показатели физической работоспособности.

#### ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ЛОВКОСТИ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Мухутдинова Э.И.

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

Выполнение технических приемов игры требует максимального проявления точности пространственных, временных и силовых параметров. Рациональное сочетание их – основа своевременной точности, гарантирующая высокую эффективность соревновательных действий волейболистов (Беляев А.В., Булыкина Л.В., 2011).

Цель исследования: определить эффективность использования средств воспитания специальной ловкости юных волейболистов.

Гипотеза. Мы предполагаем, что применение в учебном процессе юных волейболистов акробатических упражнений с использованием мячей положительно повлияет на уровень показателей специальной ловкости.

Для достижения цели сформулированы следующие задачи:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.
2. Определить уровень специальной ловкости юных волейболистов.

3. Разработать комплексы акробатических упражнений для воспитания специальной ловкости и апробировать его в условиях педагогического эксперимента.

В ходе педагогического эксперимента мы выяснили, что применение в учебно-тренировочном процессе юных волейболистов комплексов акробатических упражнений, направленных на воспитание специальной ловкости в сочетании с быстротой, позволяет, сопряжено развивать физические качества и совершенствовать анализаторские функции, необходимые для максимального проявления точности в технико-тактических действиях.

#### АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Мыльникова Н.А.

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

Все изменения, произошедшие в правилах соревнований по волейболу, повлияли на содержание соревновательной деятельности. Изменились требования, предъявляемые к спортсменам в ходе соревновательной деятельности, что необходимо учитывать при организации и проведении тренировочного процесса. Поэтому исследование различных сторон соревновательной деятельности волейболистов в настоящее время – весьма актуальная задача.

Цель исследования: определить технико-тактические действия, оказывающие наиболее существенное влияние на спортивный результат.

Для того, чтобы выяснить почему одна команда побеждает другую мы провели сравнительный анализ технико-тактических действий победителей и побежденных.

Статистические показатели распределения технико-тактических действий при подаче, свидетельствуют о том, что победители опережают побежденных по количеству «эйсов». Количество простых подач больше у побежденных, соотношение ошибок при выполнении подач отличается незначительно. Таким образом, победителям свойственно максимальное усложнение подачи. Атака является тем технико-тактическим действием, которое приносит максимальное количество очков. Анализ распределения атакующих технико-тактических действий по их эффективности выявил значительное превосходство команд-победительниц по количеству выигранных атак. Преимущество победителей зафиксировано как при атаках, так и в «доигровках». Доля мячей, оставленных в игре после нападающих ударов, у победителей и побежденных приблизительно одинакова. Наблюдаются существенные различия по количеству проигранных атак. Анализ статистических показателей, позволяет утверждать, что победители имели значительное преимущество над побежденными в количестве результативных блоков.

Таким образом, команды, победившие в матчах, значительно опережают своих соперников по сложности подач, результативности атакующих действий и блокирования. Победители, как правило, совершают меньше ошибок в атаке и других технико-тактических действиях, за исключением ошибок при выполнении подач.

#### ОСОБЕННОСТИ ВНИМАНИЯ ФУТБОЛИСТА

Природа А.А., Природа О.А.

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

Анализ игры в футбол и проведенные исследования показывают, что успешность игровых действий футбо-