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 способствует 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 направляются 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 ВОЛЕЙБОЛИСТОК

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 проведённые исследования показывают, что успешность игровых действий футбо-

листов в значительной степени определяется высоким уровнем развития у них таких свойств внимания, как его объём, интенсивность, устойчивость, распределение и переключение.

Футболисту в процессе игровых действий надо одновременно воспринимать большое количество объектов или их элементов (7-8), что и определяет объём внимания. Причём игрок воспринимает в этих объектах малейшие детали, например, отдельные элементы движения противника, его взгляд и т.д., что позволяет быстро и правильно организовывать и выполнят действия. Экспериментальные исследования показывают, что уже сами занятия футболом способствуют развитию данного свойства внимания. Об этом убедительно говорят следующие показатели: объём внимания у футболиста больше, чем у гимнастов, борцов, пловцов на 25-30%.

Внимание футболиста во время игры имеет произвольный характер, игрок сознательно сосредотачивается на процессе игры, отвлекаясь от всех посторонних раздражителей. Важнейшая особенность снимания футболиста – его высокая интенсивность, доходящая в наиболее ответственные моменты игры до предельной направленности. Так как современный футбол характеризуется быстрыми и внезапными действиями, спортсмен в случае необходимости должен уметь мгновенно повышать интенсивность своего внимания.

Длительность игры, Разнообразие тактических ситуаций требуют также высокой устойчивости внимания, сохранения способности противостоять различным отвлечениям, способности удерживать своё внимание на протяжении всей игры, что, в конечном счете, сказывается на эффективности поединка. Между тем рядом исследователей установлено, что устойчивость внимания во второй половине игры под влиянием утомления и других факторов нередко снижается, и это влечёт за собой увеличение количества всевозможных ошибок.

Современный футбол характеризуется высокой скоростью полёта мяча, быстрым перемещением игроков, быстрой и внезапной сменой игровых ситуаций – всё это предъявляет высокие требования не только к объёму, интенсивности, устойчивости внимания, но и требует от спортсмена мгновенного переключения и широкого распределения внимания.

Внимательно наблюдая за возможностью большим количеством игроков и мячом, футболист должен в то же время анализировать обстановку, решать тактические задачи и выполнять сложные действия. Так, футболист, принимая мяч, одновременно распределяет своё внимание между многими моментами – определяет расстояние до мяча и до игроков, следит за перемещение своих игроков и игроков противника, выбирает способ для обработки мяча и т.п. Количество таких одновременно и последовательно протекающих моментов может быть различным так же, как и степень их отчётливости. Можно наблюдать, как игрок вследствие недостаточно развитого распределения внимания сосредотачивает его только на действиях с мячом и не видит действия других футболистов, а, следовательно, затрудняется его взаимодействие с ними.

Особое значение в игровой деятельности футболиста в зависимости от хода игры имеет быстрота переключения внимания на различные объекты, с одних двигательных действий на другие, нередко совершенно иных по структуре и характеру. По данным наблюдений, футболист выполняет за игру свыше 600 отдельных действий, а в течение одной секунды внимание игрока переключается поочерёдно на 3-5 объектов.

Все вышеперечисленные качества внимания значительно изменяются в зависимости от состояния тренированности. Например, месячный перерыв в занятиях снижает объём внимания на 25-30%, а это значит, что резко снижается технический арсенал действий.

РОЛЬ ТРЕНЕРА В СОЗДАНИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА И ЭФФЕКТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОЙ КОМАНДЫ

Рипкович В.Д.

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

Взаимоотношения спортивных команд делятся на отношения по горизонтали («спортсмен – спортсмен») и отношения по вертикали («спортсмен – тренер»). Исследования показали, что характер взаимоотношений оказывает существенное влияние на результативность деятельности отдельных спортсменов и всей команды.

В командных видах спорта взаимосвязанная деятельность проявляется особенно ярко, однако и в других видах победа команды осуществима лишь при совместном стремлении ее участников к общей цели. Это объясняется тем, что при индивидуальных действиях каждого члена команды к победе приводит единое направление усилий, общая атмосфера, чувство сопереживания и поддержки.

Одним из факторов, способствующих достижению группой цели, является авторитет, которым обладает тренер (преподаватель). Несмотря на официальность должности, изначально предполагающей наличие авторитета, последним не всегда обладает преподаватель. Если в группе новичков или в классах начальной школы любой руководитель представляется авторитетным, то среди более опытных и взрослых участников авторитет должности должен быть подтвержден определенными личностными качествами. Известно, что несоответствие между должностными обязанностями и личностными особенностями, а также реальными возможностями руководителя приводит к снижению эффективности работы группы. Кроме того, авторитет зависит и от объективности, тактичности руководителя, а также присущего ему взаимопонимания, умения опираться на индивидуальные особенности участников группы и на коллектив в целом.

Тренер может завоевать авторитет только тогда, когда его поведение естественно и вытекает из его мировоззрения и убеждений, когда слово и дело у него не расходятся. Тренер должен быть личностью требовательной. Без этого трудно рассчитывать на успехи в работе. Отсутствие этого качества истолковывается спортсменами как «мягкотелость», неумение руководить. Таким образом, перед тренером встает исключительная по трудности задача – управление развитием личностных качеств членов команды. Вот почему успешно выступающая команда – это, прежде всего психологически правильно сбалансированный коллектив, где с учетом личностных качеств создан благоприятный психологический климат.

В спорте тренер, безусловно, самый главный наставник, причем для юного спортсмена он является еще и ориентиром в становлении личности.

Еще немаловажным аспектом во взаимоотношениях команды, является выбранный стиль руководства тренера. В психологии принято выделять условно три основных типа руководства: авторитарный, демократический и либеральный. Условно, потому что типов руководства может быть больше, и они зависят, в том числе, и от индивидуально-личностных