

Проведенные нами исследования с учащимися средней школы г. Набережные Челны позволяют сделать следующие предположения. Реализация спортивных притязаний девочек в области футбола позволяет направить положительную энергетику эмоционального подъема на снятие учебного стресса, рационального использования возможностей существующих программ физического воспитания. Учащиеся группы наблюдения с большим интересом и достаточно уверенно выступали на спортивных соревнованиях в других видах спорта.

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ХОККЕИСТОВ 14-15 ЛЕТ

Сорокин В.В., Козельский А.И.

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

Скоростно-силовую подготовку, как основную часть физической подготовки хоккеиста, с педагогической точки зрения целесообразно подразделять на общую, специализированную и средства силовой подготовки. Важное значение имеют режимы выполнения скоростных упражнений. При рассмотрении факторов, определяющих эффективность проявления скоростных качеств хоккеистов, очевидно, что ведущие из них – собственно скоростные, скоростно-силовые и технические способности. Развитие скоростно-силовых качеств юных хоккеистов будет эффективным, если реализовать следующий комплекс условий: учет индивидуальных особенностей занимающихся; медико-биологическое обеспечение; материально-техническое обеспечение; восстановительные мероприятия (Чулибаев Д.В., 1987; Черенков Д.Р., 1995; Абрамов А.А., 2011).

Исследования проведены на юных хоккеистах ДЮСШ г. Заволжье Нижегородской области. Была построена такая модель скоростно-силовой подготовки хоккеистов, при которой структура, содержание и интенсивность этих воздействий были по возможности наиболее приближены к структуре, содержанию и интенсивности игровой деятельности.

Предложенный комплекс средств тренирующих воздействий отличался от ранее применяемых их сочетаний тем, что скоростно-силовые упражнения выполнялись в таких объемах и режимах интенсивности, которые характерны для развития скоростно-силовых качеств хоккеиста в условиях реальной соревновательной деятельности.

Сравнительный анализ оценок выполнения заданий на констатирующем и контрольном этапах эксперимента показал тенденцию к снижению низкого уровня и увеличению высокого уровня развития скоростно-силовых качеств юных хоккеистов экспериментальной группы.

Мы можем заключить, что происшедшие изменения в экспериментальной группе не вызваны случайными причинами, а являются следствием комплексной реализации педагогических условий. Это подтверждает нашу гипотезу и доказывает достоверность результатов.

ФОРМИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Топорищев А.А.

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

Мотивация занимает ведущее место в структуре личности, пронизывая все ее структурные образо-

вания: направленность личности, характер, эмоции, способности, психические процессы. Мотивация поведения невозможна вне пределов эмоциональной сферы. Эмоции ориентируют человека, указывая на значимость окружающего для человека, на степень их важности. Мотивация рассматривается как психическое состояние, формирующееся в результате соотношения человеком своих потребностей и возможностей с особенностями конкретной деятельности и служащее основой для постановки и осуществления ее целей.

Специфичность спортивной мотивации обусловлена качественным своеобразием предмета спортивной деятельности. Р.А. Пилюн определяет спортивную мотивацию как «особое состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотношения им своих способностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата».

Мотивы занятий спортом высших достижений включают, по мнению А.В. Родионова, потребности в предельных физических усилиях, переживании состояния сильной психической напряженности, преодолении соперника, испытании собственных физических и психических возможностей.

Исследования проводились с юными спортсменами ДЮСШ г. Набережные Челны. Результаты проведенного исследования позволили нам судить о следующем. Соревновательная и тренировочная мотивация отрицательно взаимосвязаны между собой. В основе соревновательной мотивации находятся мотивы: достижения успеха, социального самоутверждения и социально-моральный; в основе тренировочной мотивации – мотив эмоционального удовольствия и рационально-волевой. Чем сильнее сформированы мотивы занятий спортом, тем выше готовность к проявлению волевых усилий.

На приоритетность мотивов, особенности структуры мотивов оказывают влияние специфика вида спорта, уровень спортивных достижений, возраст, пол, спортивный стаж спортсмена, а также самооценка своих личных качеств. Отмеченное подтвердило нашу гипотезу и определило дальнейшее направление исследования.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАЩИТНЫХ ДЕЙСТВИЙ БАСКЕТБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ

Федин М.И.

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

Спортивная тренировка включает в себя основные разделы или относительно самостоятельные стороны подготовки: техническую, физическую, тактическую, психологическую, теоретическую и интегральную. Проявление отдельных двигательных способностей в баскетболе разнообразно, поэтому развитие и эффективное совершенствование каждого из них требует должного научного обоснования. В процессе игры в баскетбол, как и в других спортивных играх, постоянно возникает проблема быстрого реагирования на неожиданные действия соперников, эффективность защитных действий команды определяется уровнем индивидуальных способностей каждого игрока и коллективных групповых действий, быстроты и оперативности мышления, способности быстро воспринимать игровую обстановку и правильно на нее реагировать.