

контрольной группы. Это говорит о том, что девочки предпочитают следовать за лидером.

*Научный руководитель - Софронов Н.Н.*

### **ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ**

Зиганшин Н.С.

*Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Россия, Набережные Челны*

В настоящее время в связи с необходимостью построения подготовки спортсменов как управляемого процесса актуальным является осуществление систематического комплексного контроля за подготовкой спортсменов и их соревновательной деятельностью [Климин, В.П., 1982]. На начальном этапе подготовки юных спортсменов особую значимость приобретает организационно-процедурные вопросы подготовки, т.е. получение информации с целью определения стратегии направленной подготовки с последующим определением способностей для ориентации и отбора. В многолетней подготовке педагогический контроль целесообразно использовать в процессе длительных систематических наблюдений за состоянием физического развития и подготовленностью спортсменов [Иванов, В.И., 1987].

Задачей нашего исследования явилось определение контрольных упражнений, характеризующих различные стороны подготовленности спортсменов и способствующих объективно оценить степень готовности юных спортсменов.

В исследовании принимали участие юные спортсмены и школьники, не занимающиеся спортом, г. Набережные Челны. Предварительные результаты позволяют предположить, что применение различных форм комплексного контроля дает возможность индивидуализировать тренировочный процесс, повышать эффективность подготовки юных спортсменов, определять их пригодность и перспективность в конкретном виде спорта на основе установления уровня физического развития [Железняк, Ю.Д., 1982; Ермаков, Н.Н., 2003].

Таким образом, контроль является связующим звеном в системе спортивной подготовки и управления ею. На наш взгляд, использование педагогического контроля в процессе подготовки спортсменов позволяет повысить объективность оценки уровня физической подготовленности. Отмеченное определило необходимость в наших дальнейших исследованиях поиск современных и адекватных методов контроля на разных этапах подготовки.

*Научный руководитель - Денисенко Д.Ю.*

### **ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕВОЧЕК-ШКОЛЬНИЦ**

Иванова О.О.

*Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, Россия*

Известно, что для детей свойственны возрастные особенности строения систем и функций организма и психологические особенности, без учёта которых, невозможно правильное влияние на растущий организм, а также построение рационального двигательного режима, занятий физическими упражнениями, тренировочного процесса. Темпы роста и увеличения массы

тела, силы отдельных мышечных групп мальчиков и девочек школьного возраста имеют существенные различия, которые следует учитывать при занятиях физической культурой (Бриль, М.С., 1980; Гакама, Р.З., 1999). К окончанию периода полового созревания основные показатели двигательной функции достигают предельных значений и без специального воздействия не развиваются (Филин В.П., 1980). Следует отметить, что в этом возрасте дети достаточно хорошо дифференцируют мышечные ощущения, что позволяет разучивать технически сложные движения: они оказываются для них, более доступны, чем в более позднем возрасте. Чем большим числом двигательных навыков овладеет ребёнок в раннем возрасте, тем легче будут формироваться сложные движения в последующем. Важнейшим показателем двигательных способностей детей школьного возраста является моторная адаптация, т.е. умение приспосабливать структуру двигательных действий к различным условиям (Пашинцев В.Г., 2007).

Исследования проводились в средней школе г. Набережные Челны. Для обеспечения принципа непрерывности в обучении футболу в школе, наряду с изучением элементов футбола, мы применяли мини-футбол, так как посчитали эту форму игры наиболее приемлемой для девочек. Здесь девочки чаще соприкасаются с мячом, что повышает эмоциональный фон, интерес к занятиям и плотность урока физиологическую нагрузку. (Лях А.А., Зданевич В.И., 2007).

Предлагаемая методика физического воспитания с использованием элементов футбола повысила интерес к занятиям физической культуры в школе, повысила физическую подготовку школьников.

*Научный руководитель - Денисенко Д.Ю.*

### **ОБУЧЕНИЕ И ТРЕНИРОВКА - ЕДИНЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС**

Миннибаев И.И.

*Филиал Поволжской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, Набережные Челны, Россия*

Как известно, весь процесс спортивной подготовки условно подразделяют на обучение и тренировку. Под обучением принято понимать начальный этап овладения занимающимися определенной системой знаний, навыков и умений. Тренировка - это дальнейший этап подготовки, направленный на закрепление и совершенствование технических приемов, индивидуальных, групповых и командных тактических действий, развитие физических, моральных и волевых качеств.

Общая схема процесса обучения подразделяется на три этапа, различающиеся как по педагогическим задачам, так и по методике обучения.

На этапе начального разучивания (детская и младшая подростковая группы) преследуется цель - обучить основам техники двигательного действия, которая решается частными задачами: а) создать общее представление о двигательном действии; б) сформировать общий ритм двигательного акта; в) предупредить или устранить ненужные движения или грубые искажения техники действия.

В силу физиологических особенностей детей 8-10 лет они еще не располагают достаточно отчетливыми мышечно-двигательными ощущениями. На первом этапе обучения преимущественное место отводится методам и приемам, связанным со зрительным и слуховым анализаторами. Здесь эффективны различные предметы и пространственные ориентиры, разметки,