

чению, что за прошедший период времени по всем показателям произошли достоверные показатели. В экспериментальной группе выявлен значительный прирост результатов в прыжке в длину с места во втором периоде исследования. Подводя итог анализу изменения показателей ЖЕЛ, можно отметить, что занятия баскетболом положительно сказываются на состоянии дыхательной системы, проявляющемся в увеличении жизненной емкости легких. По нашему мнению, большее увеличение ЖЕЛ в экспериментальной группе относительно контрольной связано с тем, что систематические занятия физическими упражнениями, а особенно в тренировочном режиме юных спортсменов, предъявляет требования к увеличению функциональных показателей дыхательной системы.

Сравнительный анализ развития физических способностей детей 10 - 12 лет показал, что изменение всех показателей в группе баскетболистов достоверно к концу исследования, а в группе школьников достоверные различия не выявлены ни в одном из показателей физического развития.

Научный руководитель - Софронов Н.Н.

ОСНОВЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ГРУППОВЫХ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В ФУТБОЛЕ

Природа А.А., Природа О.А.

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

Выполнение технических приемов должно осуществляться автоматизировано, отличаться оптимальной скоростью и устойчивостью к действию сбивающих факторов [Ким М. Я., 1994; Монаков Г. В., 2003; Родионов А. В., 2002]. В тренировочном процессе необходимо обеспечивать готовность футболистов к быстрому и правильному принятию тактических решений [Келлер В. С., 1986; Плон, Б. И. 2002]. Поэтому управление формированием обобщенной ориентировочной основы групповых тактических действий рассматривается нами как перспективное направление совершенствования тактической подготовки юных футболистов. Анализ и обобщение научно-методической литературы показывает, что вопросы формирования обобщенной ориентировочной основы групповых тактических действий у юных футболистов остаются на сегодняшний день достаточно актуальными.

Исследования проводились на футболистах ДЮСШ г. Набережные Челны.

При осуществлении игровых действий ориентировочная деятельность футболиста сосредоточена преимущественно на внешних условиях (игровой ситуации), постоянное изменение которых требует оперативного анализа и обобщения непрерывно поступающей информации и внесения срочных коррекций в принятые тактические решения.

Поэтому основным направлением повышения эффективности тактической подготовки должно стать смещение акцентов к формированию полных и точных знаний и представлений об его ориентировочной основе. Они выступают как ориентиры, на которых опирается человек при решении тактической задачи [Гальперин П. Я., 1968]. Опирались мы в своих исследованиях и на концепцию содержательного обобщения в обучении [Давыдов, В. В. 2004]. Развитие способности максимально быстро воспринимать, распознавать игровые ситуации и принимать адекватные им тактические решения осуществлялось нами через выполнение разработанных нами упражнений с постепенным повышением требований к скорости и точности восприятия, что позволяет повысить, как

показали результаты наших исследований, эффективность освоения тактических действий.

Научные руководители - Фаттахов Р.В., Денисенко Д.Ю., канд. пед. наук

КАЧЕСТВЕННЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ФУТБОЛИСТОВ

Природа О.А., Природа А.А.

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

Качественные особенности двигательной деятельности человека характеризуются ее быстротой, силой, длительностью, слаженностью отдельных частей движений в целостном двигательном акте. В понятие физического качества входят как проявления собственно двигательной функции, так и психофизиологические особенности, определяющие специфичность этих проявлений.

Количественной мерой силы служит величина мышечного напряжения, быстроты – скорость мышечного сокращения, его скрытый период, а также скорость передвижения на определенном отрезке дистанции, выносливости – продолжительность выполнения мышечной работы. Состояние периферического аппарата движения, функций внутренних органов, биохимические процессы имеют специфические особенности при проявлении каждого физического качества. В совершенствовании физических качеств существенное значение имеет сознательный волевой контроль. Хорошо известно, что умение преодолевать критическое состояние при работе, связанной с проявлением скоростной выносливости, в значительной мере предопределяет успех в беге на 400-1500 м.

Структурные основы развития физических качеств связаны с прогрессивными морфологическими и биохимическими изменениями в опорно-двигательном аппарате, в центральной и периферической нервной системе, во внутренних органах. Следовательно, уровень развития физических качеств находится в прямой зависимости от согласованности соматических и вегетативных функций.

В наших исследованиях, проведенных на юных футболистах ДЮСШ г. Набережные Челны, мы изучали взаимосвязь физической подготовки и технико-тактической деятельности. Предварительные результаты позволяют говорить о имеющихся корреляционных связях между исследуемыми показателями, что определило необходимость наших дальнейших исследований в данном направлении.

Научные руководители - Фаттахов Р.В., Денисенко Д.Ю., канд. пед. наук

ИЗМЕРЕНИЕ И ОЦЕНКА СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ

Рипкович В.Д.

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

Величина ускорения и быстрота его выполнения зависят от так называемой «взрывной» силы. По мере совершенствования мастерства, увеличивается сила мышц ног, а время, затрачиваемое на пробегание отрезка, уменьшается. При оценке развития «взрывной» силы пользуются скоростно – силовым индексом.

Победа в игре во многом зависит от уровня развития физического качества быстроты. Футболисту недостаточно обладать лишь хорошей линейной скоростью. В футболе понятие быстрота – сложное. В