

ятий при подготовке квалифицированных борцов-самбистов // Теория и практика физ. культуры. – 2010. – № 3. – С. 78-80.

7. Скальный, А.В. Питание в спорте: макро- и микроэлементы / А.В. Скальный, З.Г. Орджоникидзе, А.Н. Катулин. – М. : Городец, 2005. – 144 с.

8. Скальный, А.В. Макро- и микроэлементы в физической культуре и спорте / А.В. Скальный, З.Г. Орджоникидзе, О.А. Громова. – М. : Изд-во «КМК», 2000. – 71 с.

9. Туманян, Г.С. Спортивная борьба : теория, методика, организация тренировки / Г.С. Туманян. – М. : Советский спорт, 1998. – 280 с.

Контактная информация: ankudinov.nik@list.ru

УДК 796.1/3

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ МИНИ-ФУТБОЛОМ

Виктор Иванович Прокопенко, доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник физической культуры РФ,
Сургутский государственный педагогический университет,

Виктор Павлович Метёлкин, соискатель, старший тренер мини-футбольной команды «Исеть», старший преподаватель,
Уральский государственный экономический университет (УрГЭУ),
г. Екатеринбург

Аннотация

Развитие мирового спорта идёт в направлении его омоложения. Общеизвестно, что процесс достижения высокого спортивного мастерства очень кропотливый и длительный. Поэтому, мы считаем, чтобы приобрести высокие спортивные навыки и быть готовым к спортивным состязаниям в возрасте 13-14 лет, необходимо начинать заниматься в спорте уже с дошкольного возраста.

В статье рассматриваются вопросы развития технической подготовки детей 6-7 летнего возраста занимающихся мини-футболом на примере сравнения двух равнозначных групп. Авторами доказана успешность освоения детьми 6-7 летнего возраста сложных двигательных технических элементов игры мини-футбол в процессе обучения этой игре.

Ключевые слова: дети 6-7 летнего возраста, мини-футбол, техническая подготовка.

TECHNICAL TRAINING OF CHILDREN AGED 6-7 YEARS ENGAGED IN FUTSAL

Victor Ivanovich Prokopenko, the doctor of pedagogical sciences, professor, honored worker of physical training of the Russian Federation,
Surgut State Pedagogical University

Victor Pavlovich Metyolkin, the competitor, senior coach of a futsal team «Iset», senior teacher,
Ural state economic university, Yekaterinburg

Annotation

Development of world sports goes in direction of its rejuvenation. It is well known that process of achievement of high sports skill very laborious and long. Therefore, we consider to get high sports skills and to be ready to sports meets at the age of 13-14 years, it is necessary to be already engaged in sports training at preschool age.

The article considers the questions of development of technical training of children aged 6-7 years old engaged in futsal on the example of comparison of two equivalent groups. Authors proved the success of development by children aged 6-7 years old of difficult motor technical game elements in the course of training to futsal.

Keywords: children aged 6-7 years old, futsal, technical training.

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня в спорте побеждает тот спортсмен, который обладает высочайшей технической подготовкой в сочетании с высоким уровнем физической подготовленности и сильной психикой. Известно что, процесс становления спортсмена из новичка в мастера мирового уровня очень длительный и кропотливый [2]. Поэтому в отечественной и зарубежной спортивной науке и практике, пристальному вниманию уделяется научным исследованиям связанным не только с приобщением детей дошкольного возраста к занятиям отдельными видами спорта, но и научно-обоснованной методике их обучения. В этом аспекте, особое место в тренировочном процессе детей дошкольного возраста в игровых видах спорта должно отводиться, по нашему мнению, освоению технических элементов (технике) вида спорта, как одному из ведущих факторов стабильности и продуктивности выступления будущего спортсмена в соревнованиях. В то же время всесторонняя техническая подготовка служит основой и фундаментом для осуществления тактических действий в игровой практике [2]. Техника в мини-футболе – это комплекс многоаспектных и разнонаправленных двигательных приёмов спортсмена, посредством которых он ведёт игру. Международная практика игровых видов спорта (футбол, баскетбол, настольный теннис и мн. др.) показала, что ребёнок дошкольного возраста успешно может усваивать даже сложные технические приёмы с мячом. Во многих странах дети, занимающиеся спортивными играми с самых ранних лет, к достижению ими школьного возраста, уже показывают удивительные умения владеть мячом, а также способность применять эти двигательные действия в игровой практике. К сожалению, на сегодня в России еще не разработана научно-обоснованная методика спортивной тренировки детей 6-7 лет занимающихся мини-футболом.

Всё вышесказанное привело нас к необходимости разработки научно-обоснованной методики обучения детей 6-7 лет освоению сложных двигательных технических элементов игры мини-футбол. Данная методика обучения основана на применении дозированного многократного повторения упражнения, с использованием в тренировочном процессе основных и вспомогательных упражнений игры мини-футбол в контакте детей с мячом. В то же время методика обучения детей в мини-футбол, предусматривает параллельное развитие и физических качеств. На наш взгляд, все эти условия проведения тренировочного процесса с детьми 6-7 лет в мини-футболе, будут способствовать успешному обучению детей освоению сложных двигательных технических элементов игры.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСВОЕНИЯ ДЕТЬМИ 6-7 ЛЕТ СЛОЖНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ЭЛЕМЕНТОВ ИГРЫ МИНИ-ФУТБОЛ (ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)

Исследование проводилось на базе детских спортивных мини-футбольных школ, организованных при взрослых командах мастеров МФК «Исеть» и МФК «Виз-Синара» г. Екатеринбурга. На базе детской спортивной школы МФК «Исеть» была организована экспериментальная группа (ЭГ) мальчиков 6-7 летнего возраста, в количестве 28 человек для занятий мини-футболом. В качестве контрольной группы (КГ) нами была выбрана аналогичного возраста группа мальчиков из команды «Виз-синара» по мини-футболу – 30 человек. Все дети на момент поступления в спортивные школы в обеих группах посещали детские дошкольные учреждения, в которых проводились с детьми физкультурно-оздоровительные занятия.

Тренировочный процесс с экспериментальной группой проводился нами в спортивном зале ФОКа «Орджоникидзевский». Тренировки с контрольной группой проходили в спортивном зале МФК «Виз-Синара» под руководством тренеров данного клуба. Данные учреждения имеют достаточную материальную базу для занятий мини-футболом. Для исследования освоения детьми 6-7 лет сложных двигательных техниче-

ских элементов игры мини-футбол (технической подготовки) в обеих группах мы применяли следующие двигательные тесты: жонглирование мячом (правой или левой ногой), пас мяча партнёру, приём мяча грудью, пас мяча партнёру в руки и удары по мячу в цель (в створ ворот). На наш взгляд, это те основные технические действия, которыми должен (в первую очередь) овладеть новичок, пришедший заниматься мини-футболом.

В своём исследовании мы сравнили показатели тестирования, в начале и в конце педагогического эксперимента в экспериментальной и контрольной группах (табл.1).

Таблица 1

Освоение детьми 6-7 летнего возраста двигательных технических элементов игры мини-футбол

Тест	Группа, (кол-во)	Начало эксп-та	Конец эксп-та	Прирост рез-та	σ	t	P
		$\bar{X}_1 \pm m_1$	$\bar{X}_2 \pm m_2$	%			
1. Жонглирование мячом, (кол-во остановок)	ЭГ, (n=28)	11,7 $\pm$ 1,3	7,1 $\pm$ 0,9	39,3%	2,9	2,2	P<0,05
	КГ, (n=30)	12,1 $\pm$ 1,3	10,7 $\pm$ 1,2	11,6%	2,1	1,9	P>0,05
2. Пас мяча партнёру, (кол-во точных пасов из 10 раз)	ЭГ, (n=28)	4,6 $\pm$ 0,3	7,7 $\pm$ 0,3	67,4%	1,8	2,5	P<0,05
	КГ, (n=30)	5,1 $\pm$ 0,3	6,2 $\pm$ 0,4	21,6%	0,5	2,1	P<0,05
3. Приём мяча грудью, (кол-во раз из 10)	ЭГ, (n=28)	2,5 $\pm$ 0,2	3,9 $\pm$ 0,3	56,0%	0,7	2,3	P<0,05
	КГ, (n=30)	2,3 $\pm$ 0,2	2,6 $\pm$ 0,3	13,0%	0,3	1,7	P>0,05
4. Пас мяча партнёру в руки, (кол-во точных пасов из 10 раз)	ЭГ, (n=28)	1,9 $\pm$ 0,3	3,1 $\pm$ 0,3	63,2%	0,6	2,4	P<0,05
	КГ, (n=30)	2,2 $\pm$ 0,2	2,5 $\pm$ 0,2	13,6%	0,3	1,8	P>0,05
5. Удары по мячу в цель (из 5 раз), (кол-во попаданий)	ЭГ, (n=28)	2,1 $\pm$ 0,3	2,7 $\pm$ 0,3	28,6%	0,4	2,2	P<0,05
	КГ, (n=30)	2,0 $\pm$ 0,2	2,2 $\pm$ 0,2	10,0%	0,2	1,9	P>0,05

Мы отмечаем, что исходные показатели технической подготовки в исследуемых группах были практически идентичны. На основании полученных результатов исследования мы можем утверждать, что предложенная нами методика обучения детей 6-7 лет, в процессе спортивной тренировки по мини-футболу, показала свою продуктивность.

При проверке на достоверность различий полученных результатов мы выявили, что рост результатов тестирования у детей в экспериментальной группе имел достоверный характер по всем показателям (P<0,05). В контрольной группе мы выявили достоверность различия, лишь в тестировании – пас мяча партнёру (P<0,05). В остальных тестах нами не было выявлено достоверности различий динамики усвоения технических результатов (P>0,05).

В ходе нашего педагогического эксперимента мы наблюдали за динамикой результатов освоения сложных двигательных технических элементов игры мини-футбол детьми в обеих группах. Нами было отмечено, что прирост результатов тестирования в абсолютных цифрах у детей в обеих группах оказался пока невысоким. Естественно, мы и не предполагали в своем исследовании, что за год педагогического эксперимента дети 6-7 летнего возраста могут достичь высочайшего уровня освоения сложных двигательных технических элементов игры мини-футбол.

Анализ динамики технической подготовки в мини-футболе детей 6-7 лет в экспериментальной и контрольной группе показывает, что наиболее высокий прирост результатов происходит при разучивании менее сложных технических упражнений. Так, высокие результаты прироста показателей динамики технической подготовки детей 6-7 лет в обеих группах наблюдается в пасах мяча партнёру, приеме мяча грудью и пас мяча партнёру в руки. Наименьшие показатели прироста оказались при жонглировании мяча и при выполнении ударов по мячу в цель. На наш взгляд, это связано с тем, что элементы игры мини-футбол в движении, являются наиболее трудными для их освоения детьми 6-7 летнего возраста.

Мы утверждаем, что работа по обучению детей 6-7 летнего возраста успешному освоению сложных двигательных технических элементов игры мини-футбол оказалась

более эффективной в экспериментальной группе. В этой группе нами была отмечена существенная динамика приобретения двигательных умений детьми, и на более высоком уровне происходит освоение ими базовых технических элементов игры мини-футбол. В контрольной группе результаты были значительно ниже. Применение методики обучения детей 6-7 летнего возраста в мини-футболе с использованием, преимущественно, игровых методов (которые практикуются в настоящее время) не выявило преимуществ, в сравнении с предлагаемой нами методикой обучения в мини-футболе. Наблюдаемый рост результатов тестирования в контрольной группе, мы связываем в большей степени не с воздействием тренировочного процесса на усвоение вышеизложенных технических элементов игры мини-футбола, а с естественным развитием двигательного анализатора детей этого возраста.

Применение нашей методики, основанной на использовании в тренировочном процессе разнообразных упражнений направленных, в первую очередь, на освоение сложных двигательных технических элементов игры мини-футбол в сочетании с развитием у детей физических качеств, позволяет более последовательно и качественно обучать детей этим процессам. В то же время, соблюдение, предлагаемого нами строго дозированного распределения тренировочных нагрузок на каждом тренировочном занятии при проведении тренировочного процесса с детьми 6-7 лет в мини-футболе также положительно способствовало достижению цели нашего исследования. Применение и использование мяча при выполнении всех упражнений в тренировочном процессе позволяет поддерживать у детей стойкий интерес к занятиям мини-футболом.

Исследователями, изучающими проблему двигательной активности детей, было ранее доказано, что дети в возрасте 5-7 лет способны к освоению движений спортивного характера, представляющих собой сложные виды двигательных навыков [1,3].

Таким образом, результаты наших исследований показали, что при обучении детей 6-7 летнего возраста игре в мини-футбол, мы подтверждаем, что дети в этом возрасте вполне готовы и могут осваивать сложные двигательные технические элементы этой игры.

ЛИТЕРАТУРА

1. Волошина, Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников : монография / Л.Н. Волошина ; Уральский гос. пед. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во УрГПУ, 2004. – 204 с.
2. Годик, М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. – М. : Терра-Спорт : Олимпия Пресс, 2006. — 272 с. : ил.
3. Петухов, А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути их решения : монография / А.В. Петухов. – М. : Советский спорт, 2006. – 232 с.

Контактная информация: metelkinvikt@mail.ru

УДК 799.3

КОМПЬЮТЕРНАЯ СТАБИЛОГРАФИЯ В ИССЛЕДОВАНИИ СТАТОКИНЕТИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ В ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ

*Ирина Александровна Сабирова, кандидат педагогических наук, доцент,
Светлана Владимировна Седоченко, заведующий научно-исследовательской
лабораторией,*

*Артур Александрович Ломакин, аспирант,
Воронежский государственный институт физической культуры*

Аннотация

В статье рассматривается проблема совершенствования устойчивости системы «стрелок-оружие-мишень» современными методами исследования. Представлены результаты изучения