4. Лях, В. Координационная тренировка в футболе / В. Лях, З. Витковски. – М. : Советский спорт, 2010. – 216 с.

REFERENCES

1. Eganov, A.V., Olin, S.V. and Strigin, I.A. (2013), *Integrated assessment of preparedness of athletes involved in Kyokushin*, UralGUFK, Chelyabinsk.
2. Eganov, V.A., Mironov, A.O. and Olin, S.V. (2011), "Methods of organizing the training tasks associated with the development of coordination abilities aimed at improving the effective implementation of reliability of protective tactical-technical actions in applied martial arts", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 77, No. 7, pp. 63-68.
3. Bakulev, S.E., Dveyrina, O.A., Afanasyeva, I.A. and Chistyakov, V.A. (2013), "Individual training in striking single combats", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 102, No. 8, pp. 16-24.
4. Liach, V. and Witkowski, 3. (2010), *Coordination training in soccer*, Soviet sport, Moscow.

Контактная информация: sensey@pm.convex.ru

Статья поступила в редакцию 28.04.2015.

УДК 796.96

ОБОСНОВАНИЕ НОРМАТИВНЫХ ОЦЕНОК ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ХОККЕИСТОВ НА ПРЕДВАРИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

***Виктор Владимирович Филатов**, доцент,*
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация
В статье представлены результаты исследования уровня физической и технической подготовленности юных хоккеистов 6-7 лет. На основании полученных данных разработаны нормативные оценки развития физических и технических способностей начинающих хоккеистов при спортивном отборе. Педагогическая оценка результатов тестирования осуществлялась при помощи пятибалльной шкалы, которая рассчитывалась по показателям сигмальных отклонений относительно средних значений каждого тестового результата.

Ключевые слова: хоккей, спортивный отбор, спортивно-оздоровительный этап, физическая подготовленность, техническая подготовленность, юные спортсмены.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.04.122.p186-190

JUSTIFICATION OF THE HOCKEY PLAYER'S NORMATIVE INDICATORS OF PREPAREDNESS AT THE PRELIMINARY STAGE OF PREPARATION

***Victor Vladimirovich Filatov**, the senior lecturers,*
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation
The article presents the results of the study of the level of physical and technical preparedness of the young hockey players aged 6-7 years. Based on the received data the author developed the normative assessment scale for the development of the physical and technical abilities among the beginning hockey players at sports selection. Pedagogical evaluation of the test results was carried out using five-point scale, calculated by the indicators of sigma line deviations relative to the average values of the each test result.

Keywords: hockey, sports selection, health and fitness stage, physical training, technical training, young athletes.

ВВЕДЕНИЕ

Как известно, в соответствии с новой программой по хоккею для ДЮСШ и СДЮСШОР к занятиям хоккеем на спортивно-оздоровительном (предварительном) этапе допускаются дети с 5-летнего возраста, имеющие письменное разрешение врача-

педиатра. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на формирование интереса к спорту и хоккею, на укрепление здоровья, закаливание организма детей, на разностороннюю физическую подготовку, освоение техники и тактики хоккея. Наряду с этим также определяется целесообразность выбора вида спорта, учитывая соответствие физических и психических данных ребенка требованиям, предъявляемым хоккеем [1].

В программе приводятся тесты и нормативы для оценки общей и специальной физической и технической подготовленности учащихся 5, 6 и 7 лет. Анализ научно-методической литературы показал, что при проведении отбора юных хоккеистов на этапах многолетней подготовки и контроля уровня развития их физических способностей и результатов игровой деятельности некоторые специалисты предлагают применять и другие тесты [2, 3, 4, 5]. Однако эти тесты и нормативные требования предназначены для оценки подготовленности юных хоккеистов других возрастных групп либо на этапах начальной подготовки, либо начальной углубленной специализации. В большинстве из них, в том числе и в примерной программе, отсутствуют градации оценок результатов в тестах (низкая – высокая, очень низкая – очень высокая), а указаны только средние показатели подготовленности в контрольных испытаниях. Поскольку результаты в тестах имеют различные единицы измерения, тренер не имеет возможности провести комплексную оценку подготовленности каждого, конкретного юного хоккеиста по всем тестам.

В связи с этим проблема разработки и обоснования критериев и норм оценки подготовленности юных хоккеистов на предварительном этапе многолетней подготовки является актуальной и имеет большое научно-практическое значение.

Целью данного исследования является научное обоснование критериев и способов оценки общей и специальной физической и технической подготовленности юных хоккеистов 6-7 лет. Задачи исследования: определить перечень информативных тестов для количественной оценки уровня физических и технических способностей юных хоккеистов на предварительном этапе подготовки; разработать оценочные шкалы для перевода результатов тестирования в балльные оценки; сопоставить общую и специальную физическую и техническую подготовленность хоккеистов 6-7 лет с существующими контрольными нормативами.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для определения общей и специальной физической и технической подготовленности были выбраны тесты, широко применяемые при отборе и в учебно-тренировочных занятиях с юными хоккеистами в ДЮСШ по хоккею с шайбой в качестве контрольных испытаний вне льда и на льду. Всего было выбрано 14 тестов, которые представлены в таблице 1. В течение мая-августа 2014 г. было проведено обследование 25 хоккеистов 6 лет и 19 хоккеистов 7 лет. Полученные результаты были обработаны с помощью методов статистической обработки эмпирических данных. Вычислялась средняя арифметическая величина каждого показателя, среднеквадратические отклонения, ошибка среднего арифметического [6].

Для педагогической оценки результатов тестирования нами была использована сигмовидная шкала. Она обычно используется при разработке стандартов подготовленности людей различного возраста, пола и спортивной квалификации [6, 7]. Оценочные нормативы в каждом тесте рассчитывались по отношению к сигмальным отклонениям. Так, средний уровень показателя (3 балла) равен значениям от $\bar{X}+1\delta$ до $\bar{X}-1\delta$, выше среднего (4 балла) – от $\bar{X}+2\delta$ до $\bar{X}+1\delta$, высокий (5 баллов) – от $\bar{X}+2\delta$ и больше. Ниже среднего (2 балла) – от $\bar{X}-1\delta$ до $\bar{X}-2\delta$ и низкий (1 балл) – от $\bar{X}-2\delta$ и меньше.

В настоящее время пятибалльные оценочные нормативы по физической и технической подготовленности хоккеистов рекомендуются в ходе контрольно-переводных испытаний в каждой возрастной группе. Сумма баллов по комплексу тестов указывает на

возможность зачисления или перевода учащегося на следующий год обучения [8].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В таблице 1 представлены средние показатели, среднеквадратические отклонения и стандартные ошибки средней арифметической результатов измерения общей и специальной физической и технической подготовленности юных хоккеистов 6 и 7 лет.

Таблица 1

Статистические показатели уровня подготовленности юных хоккеистов 6-7 лет

№ п/п	Тесты	Возраст					
		6 лет (n=25)			7 лет (n=19)		
		$\bar{X}$	m	δ	$\bar{X}$	m	δ
1	Бег 30 м с высокого старта, с	6,2	0,08	0,41	5,9	0,08	0,35
2	Прыжок в длину с места, см	135,2	2,11	10,56	141,1	3,67	15,98
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 45 с, к-во раз	17,2	1,2	6,0	24,7	1,18	5,14
4	Поднимание и опускание туловища лёжа на спине, прямые ноги закреплены, руки за голову за 45 с, к-во раз	18,1	1,42	7,1	23,0	1,49	6,50
5	Наклон вперед из положения стоя на тумбе, баллы	5,2	0,70	2,53	7,5	0,65	2,84
6	Проба Ромберга 1: И.п. стоя на одной ноге, пятка другой касается коленной чашечки. Руки вытянуты вперед, глаза закрыты. Сохранение положения в течение 15 с, баллы	2,3	0,07	0,35	2,7	0,16	0,27
7	Проба Ромберга 2: И.п. стоя, сомкнуть пятки и носки, руки вытянуты вперед, выпрямлены и разведены. Глаза закрыты. Сохранение положения в течение 15 с, баллы	2,2	0,13	0,68	2,4	0,12	0,54
8	Бег на коньках по «восьмерке» лицом вперёд вправо, с	14,64	0,17	0,86	14,08	0,18	0,81
9	Бег на коньках по «восьмерке» лицом вперёд влево, с	14,53	0,18	0,89	14,05	0,15	0,67
10	Бег на коньках лицом вперед 36 м, с	7,1	0,08	0,41	6,81	0,05	0,24
11	Бег на коньках спиной вперед 36 м, с	10,06	0,20	0,99	9,81	0,14	0,63
12	Малый челнок на коньках, 9+18+9, с	10,48	0,07	0,35	10,13	0,10	0,46
13	Комплексный тест на ловкость вне льда, с	19,1	0,08	0,42	18,4	0,06	0,27
14	Слаломное передвижение на коньках без шайбы, с	17,85	0,09	0,48	16,67	0,08	0,35

Анализ результатов тестирования показал, что средние показатели общей и специальной физической и технической подготовленности юных хоккеистов 6-7 лет не соответствует контрольным нормативам, приведенным в примерной программе для детей данных возрастных групп по ряду тестов. Это, прежде всего, касается прыжка в длину с места, сгибанию и разгибанию рук в упоре лежа, комплексном тесте на ловкость, слаломном беге без шайбы. Хотя у отдельных юных хоккеистов результаты в данных тестах были намного больше установленных контрольных нормативов для детей соответствующего возраста.

По результатам обследования уровня подготовленности юных хоккеистов в каждой возрастной группе была разработана шкала оценок тестовых результатов, которая позволяет количественно и качественно определить уровень подготовленности хоккеистов 6 и 7 лет на этапе предварительной подготовки (таблицы 2, 3).

Таблица 2

Нормативные оценки подготовленности юных хоккеистов 6 лет

№ п/п	Тесты	Уровень подготовленности				
		Очень низкий	Низкий	Средний	Выше среднего	Высокий
1	Бег 30 м с высокого старта, с	>7,0	6,7÷7,0	5,8÷6,6	5,7÷5,4	<5,4
2	Прыжок в длину с места, см	<115	115,0÷124,0	125,0÷146,0	147,0÷155,0	>155,0
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 45 с, к-во раз	<5,0	5,0÷10,0	11,0÷23,0	24,0÷29,0	>29,0
4	Поднимание и опускание туловища лёжа на спине, прямые ноги закреплены, руки за голову за 45 с, к-во раз	< 4,0	4,0÷10,0	11,0÷25,0	26,0÷32,0	>32,0
5	Наклон вперед из положения стоя на тумбе, баллы	<1,0	1,0÷2,0	3,0÷8,0	9,0÷11,0	>11,0
6	Проба Ромберга 1, баллы	<1,6	1,6÷1,94	1,95÷2,65	2,66÷3,0	>3,0

№ п/п	Тесты	Уровень подготовленности				
		Очень низкий	Низкий	Средний	Выше среднего	Высокий
7	Проба Ромберга 2 с, баллы	>0,84	0,84÷1,51	1,52÷2,88	2,87÷3,56	>3,56
8	Бег на коньках по «восьмерке» лицом вперёд вправо, с	>16,36	16,36÷15,4	15,5÷13,78	13,77÷12,94	<12,94
9	Бег на коньках по «восьмерке» лицом вперёд влево, с	>15,47	12,81÷15,47	15,48÷13,70	13,6÷12,79	<12,79
10	Бег на коньках лицом вперед 36 м, с	>7,91	7,91÷7,50	7,51÷6,64	6,68÷6,28	<6,28
11	Бег на коньках спиной вперед 36 м, с	>12,04	12,04÷11,04	11,05÷9,07	9,06÷8,08	<8,08
12	Малый челнок на коньках, 9+18+9, с	>11,18	11,18÷10,82	10,83÷10,13	10,13÷9,78	<9,78
13	Комплексный тест на ловкость вне льда, с	>19,94	19,94÷19,52	19,52÷18,68	18,68÷18,26	<18,26
14	Слаломное передвижение на коньках без шайбы, с	>18,81	18,81÷18,33	18,33÷17,37	17,37÷16,89	<16,89

Таблица 3

Нормативные оценки подготовленности юных хоккеистов 7 лет

№ п/п	Тесты	Уровень подготовленности				
		Очень низкий	Низкий	Средний	Выше среднего	Высокий
1	Бег 30 м с высокого старта, с	>6,6	6,1÷6,6	6,2÷5,5	5,4÷5,2	<5,2
2	Прыжок в длину с места, см	<109,0	109,0÷124,0	125,0÷157,0	158,0÷173,0	>173,0
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 45 с, к-во раз	<14,0	14,0÷19,0	20,0÷29,0	30,0÷35,0	> 35,0
4	Поднимание и опускание туловища лёжа на спине, прямые ноги закреплены, руки за голову за 45 с, к-во раз	<10,0	10,0÷16,0	17,0÷29,0	30,0÷36,0	>36,0
5	Наклон вперед из положения стоя на тумбе, баллы	<2,0	2,0÷4,0	5,0÷10,0	11,0÷14,0	>14,0
6	Проба Ромберга 1, баллы	<2,1	2,1÷2,3	2,4÷3,0	3,1÷3,3	>3,3
7	Проба Ромберга 2, баллы	>1,4	1,4÷2,8	2,0÷2,9	3,0÷3,5	>3,5
8	Бег на коньках по «восьмерке» лицом вперёд вправо, с	>15,7	15,7÷14,9	14,8÷13,3	13,2÷12,5	<12,5
9	Бег на коньках по «восьмерке» лицом вперёд влево, с	>15,4	15,4÷14,6	14,7÷13,4	13,3÷12,7	<12,7
10	Бег на коньках лицом вперед 36 м, с	>7,3	7,3÷7,0	7,0÷6,6	6,5÷6,3	<6,3
11	Бег на коньках спиной вперед 36 м, с	>11,1	11,1÷10,4	10,5÷9,2	9,1÷8,6	<8,6
12	Малый челнок на коньках, 9+18+9, с	>11,0	11,0÷10,7	10,6÷9,7	9,6÷9,2	<9,2
13	Комплексный тест на ловкость вне льда, с	>19,0	19,0÷18,7	18,6÷18,1	18,0÷17,8	<17,8
14	Слаломное передвижение на коньках без шайбы , с	>17,3	17,3÷17,1	17,0÷16,3	16,2÷15,9	<15,9

С помощью разработанных таблиц оценок тестов становится возможным проводить сравнительную оценку разных уровней подготовленности юных хоккеистов в каждом контрольном испытании и в их комплексе. Использование данных нормативных таблиц позволяет практически оценивать уровень подготовленности каждого ребенка и определить его индивидуальный профиль общей и специальной физической и технической подготовленности.

Заключение. На основе тестирования физических и технических способностей юных хоккеистов 6-7 лет разработана пятибалльная сигмовидная шкала. Были рассчитаны граничные значения пяти уровней измеряемых показателей. С ее помощью возможно установить уровни развития общей и специальной физической и технической подготовленности юных хоккеистов в каждой возрастной группе. Практическое применение шкальных оценок физической и технической подготовленности позволяет составить индивидуальный профиль подготовленности конкретного юного хоккеиста, сравнить его с модельными, представленными в программе, и целенаправленно воздействовать на развитие отстающих качеств и способностей у юных хоккеистов на этапе предварительной подготовки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Букатин, А.Ю. Хоккей / А.Ю. Букатин, Ю.С. Лукашин. – М. : Физкультура и спорт, 2000. – 182 с.
2. Букатин, А.Ю. Юный хоккеист : пособие для тренеров / А.Ю. Букатин, В.М. Колузганов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.
3. Годик, М.А. Спортивная метрология : учебник для ин-тов физ. культуры / М.А. Годик. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.
4. Дерябин, С.Е. Некоторые вопросы отбора юных хоккеистов на этапах многолетней подготовки / С.Е. Дерябин, В.М. Колузганов // Хоккей : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – С. 50-54.
5. Никонов, Ю.В. Подготовка юных хоккеистов : учеб. пособие / Ю.В. Никонов. – Минск : Асар, 2008. – 319 с.
6. Никонов, Ю.В. Программа для ДЮСШ, СДЮШОР. Хоккей / Ю.В. Никонов. – Минск : [б. и.], 2000. – 94 с.
7. Савин, В.П. Хоккей : программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / В.П. Савин. – М. : Советский спорт, 2012. – 101 с. – ISBN 978-5-9718-0159-9.
8. Сергеенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика : монография / Л.П. Сергеенко. – М. : Советский спорт, 2013. – 1048 с.

REFERENCES

1. Bukatin A.Y. and, Lukashin, Y. C. (2000), *Hockey*, Physical culture and sport, Moscow.
2. Bukatin, A.Y., Koluzganov C.M. (1986), *Young hockey player*, Physical culture and sport, Moscow.
3. Deryabin C.E. and Koluzganov C.M. (1981), “Some issues in the selection of young players on the stages of long-term training”, *Hockey: Yearbook*, Physical culture and sport, Moscow, pp. 50-54.
4. Godik M.A. (1988), *Sports Metrology: a textbook for in-tov physical culture*, Physical culture and sport, Moscow.
5. Nikonov Y.V. (2008), *Preparation of young hockey players: textbook*, Asar, Minsk.
6. Nikonov Y.V. (2000), *Program for youth sports schools, specialized youth school of Olympic reserve. Hockey*, Minsk.
7. Savin V.P. (2012), *Hockey: the program of sports training for youth sports schools, specialized youth school of Olympic reserve*, Soviet sport, Moscow M., , 2012, 101 p.
8. Sergeenko L.P. (2013), *Sports selection: theory and practice: monograph*, Soviet sport, Moscow.

Контактная информация: kafhockey@mail.ru

Статья поступила в редакцию 07.04.2015.

УДК 613.22

СТЕРЕОТИПЫ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЬНЫХ КОЛЛЕКТИВАХ

***Анастасия Юрьевна Хребтова**, кандидат биологических наук, доцент,*
Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск,
***Елена Анатольевна Горева**, кандидат медицинских наук, ассистент,*
Южно-Уральский государственный медицинский университет, Челябинск,
***Анатолий Владимирович Петренко**, кандидат медицинских наук, доцент,*
Южно-Уральский государственный университет, Челябинск

Аннотация

Статья посвящена актуальным вопросам формирования здоровья школьников, проживающих в городской и сельской местности. Приводятся результаты анализа анкетных данных школьников младших и старших классов города Челябинска и Троицкого района Челябинской области. Полученные данные позволили сравнить стереотипы питания школьников разного возраста, определить наиболее значимые факторы, способствующие росту и распространенности симптомов заболеваний органов пищеварения у учащихся школ. Результаты исследования показали низкий уро-