

ветствии с научно-обоснованными принципами и подходами к её построению, обеспечивающей педагогические условия формирования ЛПК. В связи с этим, отметим инновационную форму организации системы обучения специалистов туристского профиля, включающую в себя работу с профессионально-направленным текстовым материалом, вхождение во внешнеэкономическое взаимодействие, овладение ЛПК в процессе работы с компьютерной обучающей программой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Артюшкин, О.В. Педагогическая технология развития терминологического потенциала будущего IT-специалиста / О.В. Артюшкин, Э.Г. Скибицкий // Образование. – 2008. – № 4. – С. 25-30.
2. Вербицкий, А.А. Компетентностный подход и теория контекстного обучения : материалы к четвертому заседанию методологического семинара 16 ноября 2004 г. / А.А. Вербицкий. – М. : [б.и.], 2004. – 84 с.
3. Зимняя, И.А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования // Высшее образование сегодня. – 2003. – № 5. – С. 34-42.
4. Митяева, А.М. Компетентностная модель многоуровневого высшего образования : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.08 / Митяева А.М. – Волгоград, 2007. – 43 с.
5. Чошанов, М.А. Гибкая технология проблемно-модульного обучения : методическое пособие / М.А. Чошанов. – М. : Народное образование, 1996. – 160 с.

Контактная информация: svetnad2006@yandex.ru

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ ВО ВРЕМЯ КРАТКОСРОЧНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

*Дмитрий Валентинович Никитин, кандидат педагогических наук, доцент,
Волжский институт строительства и технологий (ВИСТех),
г. Волжский*

Аннотация

В статье исследуется динамика объема технико-тактических действий и их эффективности у юных футболистов в краткосрочных турнирах. Изучена динамика величины и направленности нагрузки соревновательных игр.

Ключевые слова: динамика; объем и эффективность технико-тактических действий; частота сердечных сокращений.

THE DYNAMICS OF COMPETITIVE ACTIVITIES' INDICATORS AMONG THE JUVENILE FOOTBALL PLAYERS DURING THE SHORT-RUN COMPETITIONS

*Dmitry Valentinovich Nikitin, the candidate of pedagogical science, the senior lecturer,
Volzhsky institute of construction and technologies,
Volzhsky*

Annotation

The article is devoted to the study of technology-tactical activities' volume and their effectiveness among juvenile football players involved in short-run tournaments. The load's volume dynamics and direction during competitive games has been studied.

Key words: the dynamics; the volume and effectiveness of technology-tactical activities; the heart rate.

В результате педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью юных футболистов, а также анализа регламентов, положений и отчетов о состоявшихся детско-юношеских соревнованиях по футболу, проводимых в Российской Федерации, установлено, что большинство из них имеет вид краткосрочных турниров. Для проведения краткосрочного соревнования в один из населенных пунктов съезжаются 8

– 12 команд, и за 5–7 дней проводится по 4 – 6 игр, в том числе по несколько игр в день.

К настоящему времени величина нагрузки единичных соревновательных игр у юных футболистов исследована достаточно полно [1, 2]. Однако динамика технико-тактических действий по ходу турниров и изменение величины физиологической нагрузки практически не изучены. Этому вопросу посвящено лишь несколько работ, в которых исследована работоспособность юных футболистов 16 - 17 лет [3].

Изучению динамики технико-тактических действий, а также величины физиологической нагрузки соревновательных игр в период краткосрочных турниров было посвящено наше исследование.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование динамики показателей соревновательной деятельности юных футболистов во время краткосрочных турниров было проведено в 2007 – 2009 годах на базе СДЮШОР № 4 г. Волжского. В исследовании приняло участие 52 футболиста в возрасте 11–14 лет.

В ходе нашей работы все игры записывали на видеокамеру, а затем определяли объем и эффективность технико-тактических действий (ТТД) по общепринятой методике [4].

На 6 краткосрочных турнирах (32 игры) командной системой THE POLAR TEAM SYSTEM были определены: сумма частоты сердечных сокращений (ЧСС) в каждой игре; общий расход энергии; максимальная и средняя ЧСС; время игры в определенных зонах ЧСС.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Проведение краткосрочных соревнований без дней отдыха или с недостаточным их количеством (1 – 2 дня отдыха за 4 – 6 игр) приводит к развитию утомления у юных футболистов, что выражается в снижении как общего объема технико-тактических действий, выполняемых в игре, так и эффективно выполненных технико-тактических действий.

На рисунке 1 представлена динамика технико-тактических действий команды 13-летних юношей на краткосрочном турнире по футболу, проходившем в Волгограде с 24 по 29 марта 2009 года (день отдыха был между 3 и 4 играми). Общее число действий с мячом снижается с первой до последней, пятой игры на 37,8% - с 723 до 450 ТТД. Число эффективно выполненных действий уменьшается на 38,6% - с 422 до 259 ТТД.

Наряду со снижением показателей ТТД уменьшается и величина физиологической нагрузки (табл. 1). Расход энергии в первой игре составил $682,3 \pm 45,3$ ккал, во второй снизился до $660,5 \pm 28,4$ ккал, в третьей уменьшился до $570,2 \pm 35,4$ ккал и в последней составил $585,4 \pm 31,3$ ккал.

Таблица 1

Динамика показателей физиологической нагрузки

Показатели	Игра № 1	Игра № 2	Игра № 3	Игра № 4	Игра № 5
Дата игры	24.03.2009	25.03.2009	26.03.2009	28.03.2009	29.03.2009
Расход энергии, ккал	$682,3 \pm 45,3$	$660,5 \pm 28,4$	$570,2 \pm 35,4$	$608,3 \pm 36,2$	$585,4 \pm 31,3$
Σ пульса, ударов	$11033,7 \pm 437,6$	$10831,2 \pm 393,5$	$9909,8 \pm 356,0$	$10378,3 \pm 359,8$	$10051,2 \pm 364,1$
ЧСС мах, уд/мин	$201,8 \pm 7,1$	$198,8 \pm 7,0$	$190,1 \pm 6,3$	$191,8 \pm 6,5$	$190,8 \pm 6,2$
ЧСС ср., уд/мин	$178,4 \pm 7,3$	$175,1 \pm 7,2$	$161,1 \pm 6,4$	$165,0 \pm 5,5$	$161,6 \pm 5,7$
Зоны ЧСС, уд/мин	-130	$0,4 \pm 0,8$	$1,6 \pm 1,2$	$2,9 \pm 2,6$	$1,7 \pm 2,2$
	130-150	$3,4 \pm 3,6$	$5,9 \pm 4,6$	$23,1 \pm 11,3$	$11,6 \pm 9,3$
	150-160	$6,5 \pm 4,6$	$10,9 \pm 7,4$	$18,7 \pm 5,0$	$19,7 \pm 8,9$
	160-180	$37,5 \pm 11,8$	$39,4 \pm 17,3$	$42,8 \pm 13,7$	$50,0 \pm 10,1$
	180-	$52,1 \pm 16,8$	$43,2 \pm 15,8$	$14,1 \pm 9,0$	$17,0 \pm 12,9$

При проведении ежедневных соревновательных игр без дней отдыха зарегистрировано уменьшение суммы частоты сердечных сокращений за игру, максимальной и средней игровой частоты сердечных сокращений.

По ходу турнира произошло снижение интенсивности игровой деятельности, что выразилось в уменьшении времени игры в анаэробной и смешанной анаэробно-аэробной зонах энергообеспечения. Так, если в первой игре $52,1 \pm 16,8\%$ времени юные футболисты играли в анаэробной зоне энергообеспечения (ЧСС > 180 ударов в минуту), то уже на следующий день во второй игре – $43,2 \pm 15,8\%$. С третьей по пятую игру время игры в этой зоне ЧСС еще снизилось и не превышало 20% (табл. 1).

Время игры в других зонах ЧСС по ходу соревнования увеличилось. В смешанной анаэробно-аэробной зоне энергообеспечения увеличение произошло с $37,5 \pm 11,8\%$ до $50,0 \pm 10,1\%$. Время игры в смешанной аэробно-анаэробной зоне выросло в третьей, четвертой и пятой играх по сравнению с первой игрой с $6,5 \pm 4,6\%$ до $18,7 \pm 5,0\%$, $19,7 \pm 8,9\%$ и $17,6 \pm 12,8\%$, соответственно.

В ходе нашей работы выявлено, что если игре предшествует день отдыха, то в ней увеличивается общее число ТТД, число эффективно выполненных ТТД (рис. 1, 4 игра), возрастает величина физиологической нагрузки, что отражает повышение объема и интенсивности игровой деятельности юных футболистов (табл. 1).

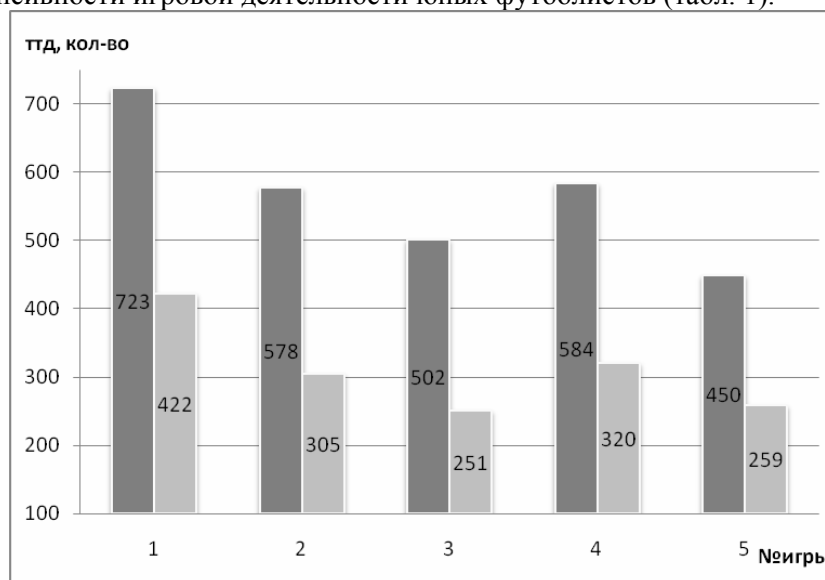


Рис.1. Динамика технико-тактических действий во время турнира

Ранние исследования других авторов свидетельствуют, что после проведенной игры юным футболистам для полного восстановления уровня психофизиологических функций необходимо до 36 часов [3].

ВЫВОДЫ

Анализ полученных результатов позволяет сделать следующие выводы:

1. Проведение краткосрочных соревнований с недостаточным количеством дней отдыха приводит к развитию утомления у юных футболистов, что выражается в уменьшении показателей объема и интенсивности выполняемой двигательной нагрузки в игре, объема и эффективности технико-тактических действий.
2. Для оптимизации соревновательной деятельности юных футболистов необходимо проводить соревновательные игры минимум через 36 - 48 часов отдыха.

ЛИТЕРАТУРА

1. Золотарев, А. П. Структура и содержание многолетней подготовки спортив-

ного резерва в футболе : дис. ... д-ра пед. наук / Золотарев А.П. – Краснодар, 1997. – 444 с.

2. Суворов, В.В. Техническая подготовка юных футболистов на основе учета структуры соревновательной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Суворов В.В. – Краснодар, 1996. – 24 с.

3. Сучилин, А.А. Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Сучилин А.А. – Волгоград, 1997. – 78 с.

4. Футбол : учебник для институтов физической культуры / под ред. М.С. Полишкиса, В.А. Выжгина. – М. : Физкультура, образование и наука, 1999. – 254 с.

Контактная информация: nikitafutb@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УСТАНОВКИ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ПОДРОСТКАМИ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Сергей Александрович Никитин, кандидат педагогических наук,
Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации,
г. Москва

Евгений Федорович Орехов, кандидат педагогических наук, профессор,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Лариса Викторовна Пигалова, кандидат педагогических наук, профессор,
Уральский государственный университет физической культуры
(УралГУФК)
г. Челябинск

Аннотация

Проблема профессиональной подготовки студентов института физической культуры к педагогической деятельности связана с развитием личности будущего специалиста, с его ориентациями, установками, направленной деятельностью. Поэтому нам следует сначала рассмотреть сущность личностно ориентированного подхода, выяснить сущность «установки» и «готовности личности».

Ключевые слова: установка, готовность личности, личностно ориентированный подход, воспитательная работа, девиантное поведение.

THE FORMATION AMONG THE FUTURE EXPERTS IN PHYSICAL CULTURE THE MINDSET TO WORK WITH TEENAGERS WITH DEVIANT BEHAVIOUR

Sergey Aleksandrovich Nikitin, the candidate of pedagogical sciences,
The ministry of sports, tourism and youth policy of the Russian Federation,
Moscow

Evgenie Fedorovich Orekhov, the candidate of pedagogical sciences, the professor,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg

Larissa Viktorovna Pigalova, the candidate of pedagogical sciences, the professor,
The Ural state university of physical training
Chelyabinsk

Annotation

The problem of vocational preparation of physical culture institute's students for pedagogical activity is connected with development of personality of future expert, with its orientations, targets, directed activity. Therefore we should consider at first the essence personally focused approach, find out the essence of «mindset» and «readiness of person».

Keywords: the mindset, the readiness of person, the personally focused approach, the educa-