

педагогической деятельности в военно-учебных заведениях / П.А. Сошкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 5 (87). – С. 127-130.

4. Сошкин, П.А. Педагогическая технология формирования ценностных ориентаций у офицеров в процессе их подготовки к педагогической деятельности в военно-учебных заведениях / П.А. Сошкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 7 (89). – С. 126-129.

5. Сошкин, П.А. Психолого-педагогические условия, необходимые для формирования у офицеров базовых ценностей педагогической деятельности / П.А. Сошкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 8 (90). – С. 86-89.

REFERENCES

1. Kljuchnikova, N.N. (2008), "Psychological technology of formation of valuable orientations in the course of professional development of students of technical college", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 42, No. 8, pp. 48-53.

2. Soshkin, P.A. (2012), "The pedagogical conditions necessary for increase of efficiency of formation of valuable orientations at officers to pedagogical activity in military schools", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol.86, No. 4, pp. 146-148.

3. Soshkin, P.A. (2012), "Factor defining valuable orientations of officers to pedagogical activity in military schools", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 87, No. 5, pp. 127-130.

4. Soshkin, P.A. (2012), "The pedagogical conditions necessary for increase of efficiency of formation of valuable orientations at officers to pedagogical activity in military schools", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 89, No. 7, pp. 126-129.

5. Soshkin, P.A. "Faktory defining valuable orientations of officers to pedagogical activity in military schools", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 90, No. 8pp. 86-89.

Контактная информация: sdd@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.09.2012.

УДК 796.332

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА ПОКАЗАТЕЛИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ ПАЛЕСТИНЫ

Тавеел Мохаммед, аспирант,

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма
(КГУФКСТ), Краснодар*

Аннотация

У футболистов спортивное мастерство в большой мере зависит от таких факторов, как масса и длина тела, физическая работоспособность, скоростно-силовые качества, быстрота. Выяснение корреляционных взаимосвязей показателей различных сторон физической подготовленности позволяет определить наиболее информативные из них, что должно учитываться при составлении программы отбора юных футболистов разного возраста.

Объект исследования – тренировочный процесс на этапах многолетней подготовки. Предмет исследования – влияние показателей основных систем организма и подготовленности футболистов на показатели соревновательной деятельности.

Ключевые слова: футболисты, многолетняя тренировка, физическая подготовленность, техническая подготовленность, соревновательная деятельность.

FEATURES OF INFLUENCE OF PHYSICAL DEVELOPMENT, FUNCTIONAL CONDITION, PHYSICAL AND TECHNICAL READINESS ON THE INDICATORS OF COMPETITIVE ACTIVITY OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS OF PALESTINE

Taweel Mohammed, the post-graduate student,

The Kuban State University of Physical Training, Sports and Tourism, Krasnodar

Annotation

Among football players, the sports skill largely depends on such factors, as weight and length of a body, physical working capacity, high-speed and power qualities, speed. Clarification of correlation interrelations of indicators of the various parties of physical readiness allows defining most informative of them, that should be considered for drawing up the program of selection of different age young football players.

Object of research – training process at stages of long-term preparation. Subject of research – influence of indicators of the main systems of an organism and readiness of football players on indicators of the competitive activity.

Keywords: football players, long-term training, physical readiness, technical readiness, competitive activity.

ВВЕДЕНИЕ

Для современного этапа развития тренировочного процесса в юношеском футболе очень важно является наличие информации о структуре, т.е. совокупности существенных связей между компонентами, типом и формами внутренней организации физической подготовленности, футболистов. Известно, что у футболистов спортивное мастерство во многом зависит от массы и длины тела, физической работоспособности, скоростно-силовых качеств, быстроты.

Целью статьи является выяснение корреляционных взаимосвязей показателей физической подготовленности, которые позволят определить наиболее информативные из них, что должно учитываться при составлении программы отбора юных футболистов 16-18 лет в условиях Палестины. Было проведено определение степени взаимосвязи между основными двигательными качествами и показателями физической подготовленности футболистов и качественными показателями соревновательной деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами был проведен корреляционный анализ степени взаимосвязи степени взаимосвязи между основными двигательными качествами и показателями физической подготовленности футболистов и качественными показателями соревновательной деятельности. В ходе исследования обнаружилось, что наиболее явно проявляется корреляция качественных показателей соревновательной деятельности юных палестинских футболистов 16-18 лет со следующими показателями физической и функциональной подготовленности: периметром грудной клетки, весом тела, ростом, ЧСС, артериальным давлением, коэффициентом выносливости, тестом Купера, пробой Штенге, пробой Генче, ЖЕЛ, PWC_{170} , бегом на 30 м с места, прыжком в длину с места, прыжком в высоту с места, метанием набивного мяча, ударами на дальность, жонглированием мячом.

В результате анализа корреляционных связей показателей функциональной подготовленности юных палестинских футболистов, представляющих различную игровую специализацию всех возрастных категорий были обнаружены их характерные структурные особенности. При этом оказалось, что у палестинских футболистов показатели двигательных тестов зависят от физической работоспособности и аэробной производительности у спортсменов каждого игрового амплуа в той или иной мере. Так, особое внимание следует уделить антропометрическим показателям (росту, весу, периметру грудной

клетки), результатам тестирования физической подготовленности (бегу, прыжкам в высоту), показателям функциональной подготовленности (МПК, ЧСС, ЖЕЛ).

При этом у нападающих преобладают скоростные возможности и скоростная выносливость, что отражает их более высокую анаэробную производительность по сравнению с футболистами других игровых амплуа. Полузащитникам так же, характерны высокие параметры скоростной выносливости вместе с показателями аэробной выносливости и высокая физическая работоспособность. Защитникам так же, как и полузащитникам, характерны высокие уровни аэробной выносливости и физическая работоспособность.

Сравнивая другие показатели функциональной подготовленности, изучаемые в исследовании, а именно параметры дыхательной и сердечнососудистой систем, можно отметить, что они также зависят от специфических игровых особенностей футболистов. Так, вратарям достоверно характерен высокий уровень ЖЕЛ, что является закономерным и может быть объяснено их весоростовыми характеристиками, которые также являются более высокими, чем у футболистов других специализаций. Для полузащитников и защитников характерны высокие уровни максимальной вентиляции легких, что объясняется высокими уровнями показателей физической работоспособности и аэробной производительности. Этим же обстоятельством, вероятно, обусловлены и низкие уровни частот сердечных сокращений у полузащитников в покое. Различной является для юных футболистов тех или иных игровых амплуа их гипоксическая устойчивость.

На основании полученных результатов можно сделать выводы о том, что наиболее значимыми являются антропометрические показатели, ЧСС, пробы Руфье, пробы Штенге, пробы Генче, данные исследования коэффициента выносливости, измерения ЖЕЛ, исследования PWC_{170} , измерения артериального давления, результаты теста Купера, результаты бега на 30 м, прыжков в высоту и длину, ударов на дальность, жонглирования мячом, метания набивного мяча.

Выяснение взаимосвязей показателей различных сторон физической подготовленности и соревновательной деятельности позволяет определить наиболее информативные из них, что должно учитываться при составлении программы отбора юных футболистов.

Контактная информация: man_on_the_top@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.09.2012.

УДК 378:796.01

ПОВЫШЕНИЕ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ К НЕРВНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ НАПРЯЖЕНИЮ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*Андрей Александрович Третьяков, кандидат педагогических наук,
Белгородский государственный национальный исследовательский университет
(НИУ «БелГУ»),*

*Александр Александрович Горелов, доктор педагогических наук, профессор,
Федеральное государственное научное учреждение «Институт социализации и образования» Российской академии образования (ФГНУ ИСиО РАО)*

Аннотация

Статья посвящена проблеме проявления нервно-эмоционального напряжения у студентов в образовательном процессе. В ней обосновывается и экспериментально доказывается эффективность технологии повышения устойчивости к нервно-эмоциональному напряжению средствами физической культуры. Результаты эксперимента показали, что взаимосвязь, взаимодействие и взаимосодействие её компонентов (психофизические тренинги, самостоятельная физическая тренировка, плановые занятия по физической культуре позволяют решать задачи не только снижения нервно-эмоционального напряжения, но поддерживать на требуемом уровне умственную и физическую работоспособность. Об этом свидетельствует сравнительный анализ параметров: простая и