

транспортированию крови, насыщенной кислородом, к периферическим участкам тела и внутренним органам, что способствует активизации общего обмена веществ.

Результаты проведенного эксперимента показали достоверные различия между показаниями до и после эксперимента, что говорит об эффективности разработанной нами программы. Все выше перечисленные исследования дают нам говорить с полной уверенностью о том, что проведенное исследование позволило повысить не только физическую подготовленность занимающихся, но и улучшить функциональное состояние школьников 11-12 лет.

Литература

1. Кардамонова, Н.Н. Плавание: лечение и спорт. -Ростов на/Д: (Серия Панацея) Феникс, 2001. – 320 с.

2. Плавание. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2004 – 216 с.

3. Физиологические методы контроля в спорте /Л.В.Капилевич, К.В.Давлетьярова, Е.В.Кошельская, Ю.П.Бредихина, В.И.Андреев – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 172 с.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ВОСПИТАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ В ВОЗРАСТЕ 7-8 ЛЕТ

Польской А.

*Костанайский Государственный Педагогический Институт
Костанай, Казахстан*

Современный футбол предъявляет повышенные требования к спортсменам и их уровню подготовленности что, невозможно достичь без повышения эффективности воспитательного и учебно-тренировочного процесса юных футболистов [1]. Индивидуальное мастерство высококвалифицированного футболиста базируется на физической, технической, теоретической и волевой подготовленности, однако основой спортивного мастерства футболистов по праву является техническая подготовленность, уровень которой во многом определяет результативность и зрелищность игры [2].

С другой стороны, специалисты отмечают определённое отставание казахстанских спортсменов от лучших зарубежных в технике владения мячом, в частности, это проявляется в неспособность эффективно выполнять действия, связанные с обработкой мяча и контролем над ним в усложнённых условиях.

Мы считаем, что причина такого отставания казахстанского футбола кроется в недостаточно высоком уровне процесса воспитания и тренировки в спортивных школах.

Роль технического мастерства настолько велика, что в современном футболе борьба между нападением и защитой может быть решена в пользу нападения только с помощью отточенной техники, основой которой являются финты, дриблинг (ведение) и скрытые передачи [3].

Всё вышесказанное привело нас к необходимости разработки научно-обоснованной методики воспитания технического мастерства у юных футболистов в возрасте 7-8 лет

На наш взгляд, если методика воспитания технического мастерства юных футболистов будет основана на применении дозированного многократного повторения упражнения, на использовании в тренировочном процессе основных и вспомогательных упражнений игры, на контакте детей с мячом, то это будет способствовать более эффективному воспитанию технического мастерства.

Для оценки эффективности методики воспитания технического мастерства юных футболистов в возрасте 7-8 лет нами было проведено теоретическое и практическое исследование, сущность которого заключалась в проведении педагогического (этапного) контроля за технической подготовленностью юных футболистов, оценке уровня технической подготовленности у испытуемых, эффективности использования предложенных средств и методов воспитания технического мастерства.

Исследование было проведено на базе ДЮСШ футбола г. Лисаковска, в течение 2013-2014 года (в сентябре и в апреле) в форме двигательного тестирования. 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 футболом.

В своём исследовании мы сравнили показатели тестирования, в начале и в конце педагогического эксперимента в экспериментальной и контрольной группах. В нем приняли участие 20 футболистов 8-9 лет, которые составили контрольную и экспериментальную группы по 10 человек в каждой.

На основании изученных показателей технического мастерства на констатирующем этапе эксперимента, была разработана методика воспитания технического мастерства юных футболистов в возрасте 7-8 лет.

Тренировка юных футболистов была построена так, чтобы технические приёмы разучивались и совершенствовались в "связках", которые, как правило, наиболее часто встречаются в игровых ситуациях. Упражнения, применяемые в обучении, характеризуются большим количеством соединений, связок, сопротивлений, быстрой сменой условий и движений, которые преследуют стабилизацию техники в условиях, близких к соревновательным.

Была определена последовательность в обучении техническим приёмам: 1) жонглирование; 2) удары ногой; 3) передачи мяча

Для определения достоверности полученных результатов исследования и определения эффективности использованной методики данные рассчитывались в Microsoft Excel -анализ данных: среднее арифметическое значение;

отклонения от среднего арифметического значения (\bar{x}); достоверность по t-критерию Стьюдента.

Анализ экспериментальных данных. После проведения исследования были получены следующие данные (см. Таблица 1).

Таблица 1

Освоение детьми 7-8 летнего возраста двигательных технических элементов игры мини-футбол

Тест	Группа, (кол-во)	Сентябрь 2013г $X_1 \pm m_1$	Апрель 2014 г $X_2 \pm m_2$	Прирост %	σ	t	P
Жонглирование мячом, (кол-во остановок)	ЭГ, (n=28)	11,7±1,3	7,1±0,9	39,3%	2,9	2,2	<0,05
	КГ, (n=30)	12,1±1,3	10,7±1,2	11,6%	2,1	1,9	>0,05
Пас мяча партнёру, (кол-во точных пасов из 10 раз)	ЭГ, (n=28)	4,6±0,3	7,7±0,3	67,4%	1,8	2,5	<0,05
	КГ, (n=30)	5,1±0,3	6,2±0,4	21,6%	0,5	2,1	<0,05
Приём мяча грудью, (кол-во раз из 10)	ЭГ, (n=28)	2,5±0,2	3,9±0,3	56,0%	0,7	2,3	<0,05
	КГ, (n=30)	2,3±0,2	2,6±0,3	13,0%	0,3	1,7	>0,05
Пас мяча партнёру в руки, (кол-во точных пасов из 10 раз)	ЭГ, (n=28)	1,9±0,3	3,1±0,3	63,2%	0,6	2,4	<0,05
	КГ, (n=30)	2,2±0,2	2,5±0,2	13,6%	0,3	1,8	>0,05
Удары по мячу в цель (из 5 раз), (кол-во попаданий)	ЭГ, (n=28)	2,1±0,3	2,7±0,3	28,6%	0,4	2,2	<0,05
	КГ, (n=30)	2,0±0,2	2,2±0,2	10,0%	0,2	1,9	>0,05

Анализ полученных данных показал, что на начало эксперимента результаты тестирования технической подготовки в обеих группах не имеют статистически значимого различия.

Данные полученные в конце эксперимента показали достоверность различий полученных результатов. За год увеличили уровень технической подготовленности футболисты обеих групп, однако рост результатов тестирования у детей в экспериментальной группе имел достоверный рост 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 ($P > 0,05$).

Таким образом, построение тренировочного процесса на основе разработанной методики воспитания технического мастерства у юных футболистов в возрасте 7-8 лет, показало свою эффективность. Анализ динамики технической подготовки в детей 7-8 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 7-8 лет в обеих группах наблюдается в пасах мяча партнёру, приёме мяча грудью и пас мяча партнёру в руки. Наименьшие показатели прироста оказались при жонглировании мяча и при выполнении ударов по мячу в цель.

Литература

1. Волошина, Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников : монография / Л.Н. Волошина ; Уральский гос. пед. унт. -Екатеринбург : Изд-во УрГПУ, 2004. - 204 с.
2. Годик, М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. -М. : Terra-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.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИМ ПРИЕМАМ В ФУТБОЛЕ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

*Майборода Р.С.,
Фоменко Н.В.*

*Костанайский государственный педагогический институт
Костанай, Казахстан*

Техника футбола представляет собой совокупность специальных приемов, используемых в игре в различных сочетаниях для достижения поставленной цели [2].

Технические приемы -это средства ведения игры. Искусное владение техникой -неотъемлемая часть всесторонней подготовки и гармоничного развития футболистов.

Основой спортивного мастерства футболистов по праву является техническая подготовленность, уровень которой во многом определяет результативность и зрелищность игры.

С другой стороны, специалисты футбола отмечают определённое отставание казахстанских спортсменов от лучших зарубежных в технике владения мячом. До настоящего времени это была проблема команд мастеров,