

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, УПРАВЛЕНИЯ И СЕРВИСА



СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ГАНДБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО
ИГРОВОГО АМПУА В УЧЕБНО
– ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ

• **СТУДЕНТ 4 КУРСА, 41
ГРУППА**

• **ГАЛЕЕВ ЭДУАРД
РАДИКОВИЧ**



ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ - СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТОВ.



ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ - КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГАНДБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПУА.

ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ - ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ИГРОКОВ **14** И **16** ЛЕТ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.



ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ.

1. ИЗУЧИТЬ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ГАНДБОЛИСТОВ **14** И **16** ЛЕТ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА.

2. ИССЛЕДОВАТЬ ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ГАНДБОЛИСТОВ **14** И **16** ЛЕТ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА

3. РАЗРАБОТАТЬ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНТРОЛЮ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГАНДБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО АМПЛУА НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:

- 1/. ИЗУЧЕНИЕ ЛИТЕРАТУРЫ И ДОКУМЕНТОВ.
- 2/. АНКЕТИРОВАНИЕ ТРЕНЕРОВ.
- 3/. АНТРОПОМЕТРИЯ.
- 4/. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ.
- 5/. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ.
- 6/. МАТЕМАТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ.

ГИПОТЕЗА ИССЛЕДОВАНИЯ – МЫ ПРЕДПОЛОЖИЛИ ЧТО ПРИМЕНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ЗА РАЗЛИЧНЫМИ СТОРОНАМИ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГАНДБОЛИСТОВ ПОЗВОЛИТ УЛУЧШИТЬ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ИГРОКОВ РАЗЛИЧНОГО АМПЛУА.

ВЫВОДЫ:

1. В ПЕРИОД ЗАНЯТИЙ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ ТРЕНИРОВКИ ПРОДОЛЖАЕТСЯ ОТБОР ЮНЫХ ГАНДБОЛИСТОВ, ПО ИГРОВОМУ АМПЛУА. ЗА ВРЕМЯ ПРОВОДИМОГО НАМИ ЭКСПЕРИМЕНТА ПЯТЬ ИГРОКОВ ПОМЕНЯЛИ ИГРОВОЕ АМПЛУА. СПЕЦИАЛИСТЫ ГАНДБОЛА НЕ ИМЕЮТ ЕДИНОГО МНЕНИЯ ПО ПОВОДУ КОНТРОЛЯ И ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ.

2. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ГАНДБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО АМПЛУА ОТ 14 ДО 16 ЛЕТ ПРЕТЕРПЕЛО ЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ И ПРИОБРЕЛО ЧЕТКИЕ, НО МЕНЕЕ ЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ РАЗЛИЧИЯ. ПОЛУСРЕДНИЕ НАПАДАЮЩИЕ 16 ЛЕТ ПО ДЛИНЕ ТЕЛА ОТНОСЯТСЯ К ВЫСОКОРОСЛЫМ, ЛИНЕЙНЫЕ И ВРАТАРИ К КАТЕГОРИИ ВЫШЕ СРЕДНИХ, А КРАЙНИЕ К СРЕДНЕ РОСЛЫМ. ПОКАЗАТЕЛИ В ПОПЕРЕЧНЫХ И ОХВАТНЫХ РАЗМЕРАХ У ГАНДБОЛИСТОВ 16 ЛЕТ РАЗЛИЧНОГО АМПЛУА ИМЕЮТ МИНИМАЛЬНЫЕ ОТЛИЧИЯ.

3. ДЛЯ КОНТРОЛЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ИГРОКОВ 14-16 ЛЕТ ИНФОРМАТИВНЫМИ ТЕСТАМИ ЯВЛЯЮТСЯ «БЕГ ПО ДИСТАНЦИИ 30 М», «ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК», «МЕТАНИЕ МЯЧА МАССОЙ 1 КГ ПРАВОЙ», «МЕТАНИЕ МЯЧА МАССОЙ 3 КГ ДВУМЯ С МЕСТА», «ВЫХОДЫ» И «ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ». ПО ЭТИМ ТЕСТАМ НЕОБХОДИМО ВЕСТИ КОНТРОЛЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ИГРОКОВ ВСЕХ АМПЛУА В УЧЕБНО - ТРЕНИРОВОЧНЫХ ГРУППАХ. ДЛЯ КОНТРОЛЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ СКОРОСТНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПОЛЕВЫХ ИГРОКОВ ПРИЕМЛЕМ ТЕСТ «ОБВОДКА НА ДИСТАНЦИИ 30 М ПРАВОЙ» И «ОБВОДКА ЛЕВОЙ», А ДЛЯ ВРАТАРЕЙ НЕОБХОДИМО РАЗРАБОТАТЬ ТЕСТЫ, СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ИХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

4. НАМИ УСТАНОВЛЕНО, ЧТО В ГАНДБОЛЕ УКОРЕНИВШИМСЯ ОСНОВНЫМ МЕТОДОМ ОТБОРА НА АМПЛУА ЯВЛЯЕТСЯ ПОКАЗАТЕЛЬ ДЛИНЫ ТЕЛА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ. У ИССЛЕДУЕМОГО КОНТИНГЕНТА ГАНДБОЛИСТОВ ДИНАМИКА ВОЗРАСТНОГО ИЗМЕНЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ИГРОКОВ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА В БОЛЬШЕЙ МЕРЕ ОТРАЖАЕТ ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ БИОЛОГИЧЕСКОЙ ЗРЕЛОСТИ, ЧЕМ ИЗМЕНЕНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ИГРОВЫМ АМПЛУА.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!