

**Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»
Факультет физического воспитания**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ
ДЛЯ ВСЕХ, ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ
И МОЛОДЕЖИ**

**БрГУ имени А.С. Пушкина
2007**

**Учреждение образования
«Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»
Факультет физического воспитания**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ
ДЛЯ ВСЕХ, ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ
И МОЛОДЕЖИ**

**Сборник материалов
VII межвузовской студенческой
научно-методической конференции
26 апреля 2007 года**

**БрГУ имени А.С. Пушкина
2007**

УДК 796
ББК 75.3

Рецензенты:

Заведующий кафедрой анатомии и физиологии человека
и животных, кандидат биологических наук, доцент

Е.С. Блоцкая

Заведующий кафедрой легкой атлетики, плавания и лыжного
спорта, кандидат педагогических наук, доцент

А.С. Голенко

Редакционная коллегия:

Председатель

Н.И. Приступа

Зам. председателя

А.В. Шаров

Члены

К.И. Бельй

А.Н. Герасевич

А.А. Зданевич

Г.Е. Хомич

Физическая культура, спорт для всех, здоровье детей и молодежи: тез. докл. 7 межвузовской студенческой научно-методической конференции (Брест, 26 апреля 2007 г.) / Брест. гос. ун-т, Фак. физического воспитания ; редкол.: Н. И. Приступа [и др.]. – Брест : Изд-во БрГУ, 2007. – 78 с.

ISBN 978-985-473-285-5.

В материалах конференции отражены результаты студенческой научно-исследовательской, научно-методической работы в области физической культуры, спорта, туризма и здорового образа жизни. Обсуждены достижения и перспективы развития физической культуры и спорта на факультетах и кафедрах физического воспитания различных вузов Беларуси. Обобщен опыт работы ведущих специалистов в области спорта, туризма и физической культуры.

УДК 796
ББК 75.3

ISBN 978-985-473-285-5

© Издательство УО «БрГУ»
им. А. С. Пушкина, 2007

И.Ю. МИХУТА

Научный руководитель – А.С. Голенко, канд. пед. наук, доцент
Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина

**СИММЕТРИЯ И АСИММЕТРИЯ
У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 11–12 И 14–15 ЛЕТ**

В настоящее время в футболе симметризация движений, как проявление двигательного-координационного универсальности и специфической всесторонности, становится одним из существенных элементов эстетики движений, более благоприятного восприятия зрителей и судей, является неотъемлемой частью физического и спортивно-технического развития молодых спортсменов [W.Starosta, 1993]. В командах мастеров спорта 70% составляют «правоногие» футболисты, 15,5% – «равноногие» и 14,5% – «левоногие» [Н.Н. Брагина, Т.А. Доброхотова, 1988]. Вместе с тем вопрос о симметричной или асимметричной (координационной) тренировке спортсмена на разных этапах спортивной подготовки и в разных видах спорта, в том числе и в футболе требует дальнейших обсуждений и исследований.

В этой связи целью нашей работы явилось исследование симметрии и асимметрии у юных футболистов 11–12 и 14–15 лет.

Исследовались 4 специфических КС юных футболистов: способность к приспособлению и перестроению; способность к согласованию; способности к ритму; способности к равновесию. При помощи следующих тестов: повороты на гимнастической скамейке в правую и левую сторону; подтягивание мяча правой и левой стопой; бег с оббеганием стоек справа и слева без мяча и с ведением мяча; слалом с ведением одного и двух мячей; (В.И. Лях, З. Витковский, В. Жмуда, 2002). В исследовании приняли участие 59 юных футболистов 1994 (n=27) и 1991 (n=32) года рождения.

Анализ полученных данных показал, наличие существенной асимметрии ($P < 0,01$) в выполнении тестового задания подтягивание мяча стопой, в слаломе с ведением мячей у юных футболистов 1991 и 1994 года рождения. Анализ результатов контрольных испытаний «поворот на гимнастической скамейке» и «бег с оббеганием стоек» выявил, у юных футболистов 1994 года рождения существенную ($P < 0,05$) асимметрию. Старшим юношам не имело значения ($P > 0,05$) в какую из сторон выполнять тестовые задания.

Полученные результаты, позволяют нам рекомендовать симметричное применение в тренировочном процессе юных футболистов упражнений, направленных на развитие специфических координационных способностей, способности к согласованию, способности к ритму для юношей 1994 и 1991 года рождения и способности к приспособлению и перестроению, способности, к равновесию для юных футболистов 1994 года рождения.