ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

АДМИНИСТРАЦИЯ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ"

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Липецк, 26-27 октября 2007 года

ГУ "ИАЦ РФКиС ЛО"
Липецк, 2007

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

АДМИНИСТРАЦИЯ ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В КОНТЕКСТЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Липецк, 26-27 октября 2007 года

ГУ «ИАЦРФКиС ЛО»
Липецк ● 2007

ББК 75.110
Р17

Материалы II международной научно-практической конференции **«Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях»**. – ГУ «ИАЦРФКиС ЛО», Липецк, 2007. – 154 с.

В сборнике рассмотрены теоретико-практические аспекты развития физической культуры и спорта в контексте современных социально-экономических преобразований общества начала XXI века. Представлены научно-методические труды по проблемам развития сферы физической культуры и спорта с целью выработки предложений для самореализации человека и улучшения качества его жизни в современном социуме с использованием технологий физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Участники конференции поделились опытом функционирования отрасли ФКиС на основе результатов мониторирования показателей физического развития и двигательной подготовленности, различных возрастно-половых слоев населения, в соответствии с постановлением Правительства РФ № 916 от 29 декабря 2001 г. «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи». Рассматривались проблемы и перспективы развития массового спорта и спорта высших достижений на территории России.

Редакционная группа: *Полынская Е.А.*, к.п.н., доцент, член-корр. МАНПО; директор ГУ «ИАЦРФКиС ЛО»;
Изаак С.И., д.п.н, доцент, Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (Москва);
Черных Е.В., к.п.н., доцент ГОУ ВПО ЛГПУ; зам.директора по исследовательско-образовательной деятельности ГУ «ИАЦРФКиС ЛО».

Технические редакторы: *Герасимова С. П.*, ГУ «ИАЦРФКиС ЛО»;
Ситникова А. В., ГУ «ИАЦРФКиС ЛО».

Материалы сборника публикуются в авторской редакции.

АСИММЕТРИЯ СПЕЦИФИЧЕСКОЙ КООРДИНАЦИОННОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 11-12 и 14-15 ЛЕТ

ГОЛЕНКО А.С., МИХУТА И.Ю.
УО «Брестский государственный университет имени А.С.Пушкина»,
г. Брест, респ. Беларусия

Введение. Известно множество исследований моторики человека [Караев М.Г. 1991; Чермит К.Д. 1992; и др.], которые свидетельствуют о существовании моторных асимметрий. Ljach W.[1995].

Теоретики физического воспитания отмечают их как «один из интереснейших спортивных феноменов»

В настоящее время в футболе симметризация движений, как проявление двигательно-координационной 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 соревновательных условиях футболисты выполняют ведущей ногой до 88% асимметричных технических приемов [В.М.Лебедев, 1992]. Исследование частоты использования ног для выполнения технических действий, проведенные у 236 высококвалифицированных футболистов на чемпионате мира (Франция, 1998 г.), показали, что у 79% доминировала правая нога, у большинства остальных – левая, но лишь отдельные игроки равноценно использовали обе ноги [D.P.Carey et al., 2001]. Качество игры ведущей ногой было квалифицированней по сравнению с неведущей, используемой в редких ситуациях. Степень асимметрии зависела от структуры технических действий. Пас, дриблинг и прием мяча редко выполнялись неведущей ногой.

В командах мастеров спорта 70% составляют «правоногие» футболисты, 15,5% - «равноногие» и 14,5% - «левоногие» [Н.Н.Брагина, Т.А.Доброхотова, 1988].

Специфической особенностью подготовки юных футболистов, по мнению авторов [И.В.Ефимова, В.А.Куприянов, 1995], является овладение техническими приемами симметрично как на левую, так и правую сторону.

W. Starosta [1993] выступает за симметричную подготовку спортсмена игровых видов спорта (обеих рук, ног и сторон тела), которую рассматривает как расширение координационных возможностей и одновременно технических и технико-тактических умений юного футболиста. Такой подход является также резервом повышения спортивной подготовки.

В своих более поздних работах Ljach W.[1995] утверждает, что к настоящему времени испытывается дефицит научно-теоретических и методических публикаций в области современной методики тренировки и диагностики КС в разных видах спорта, и в частности футболе. Вероятно, поэтому вопросам координационно-двигательного совершенствования и симметричной или асимметричной (координационной) тренировке спортсмена на разных этапах спортивной подготовки отводится незаслуженно мало места в практике спортивной тренировки. Говоря о современных исследованиях КС, в футболе он отмечает, их недостаточность и фрагментарность.

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 асимметрии специфической координационной подготовленности юных футболистов 11-12 и 14-15 лет

Методы. 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).

Полученные результаты обрабатывались при помощи методов вариационной статистики.

В исследовании приняли участие 59 юных футболистов 1994 (n=27) и 1991 (n=32) года рождения.

Результаты. В результате анализа полученных, данных было установлено, что для старших юношей не имело существенного значения (P >0,05), в какую из сторон правую (10,63±0,22) или левую (10,87 ±0,24) выполнять поворот на гимнастической скамье. Юноши 1994 года рождения значительно (P < 0,05) лучше выполняли повороты в правую (8,94±0,17), чем в левую (8,33±0,21) сторону.

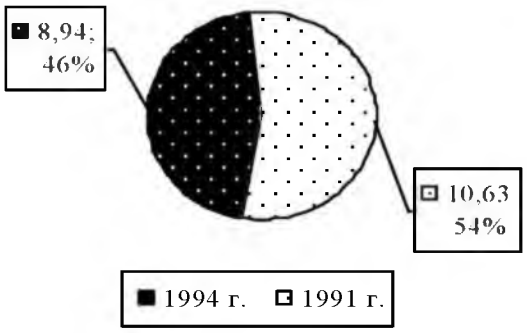


Рис.1а. Повороты на гимнастической скамье влево (кол-во раз)

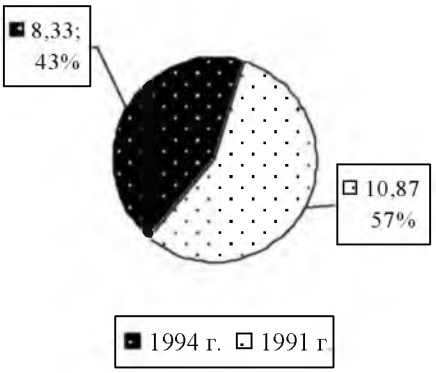


Рис.1б. Повороты на гимнастической скамье вправо(кол-во раз)

Сравнительный анализ результатов тестового задания «подтягивание мяча стопой» выявил, что способность к ритму у футболистов 1994 года рождения существенно (P < 0,01) лучше проявлялась при выполнении тестового задания правой ногой (7,04±0,21 сек.), чем левой (8,09±0,22 сек). У футболистов 1991 года рождения данная тенденция сохранилось (6,22±0,11 сек. и 6,75±8,09 сек) (P < 0,01).

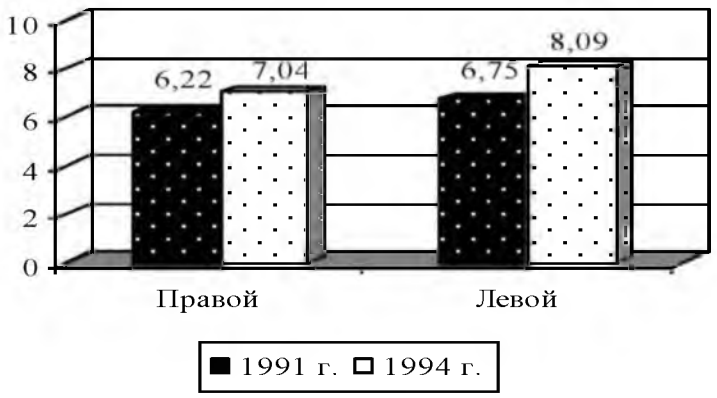
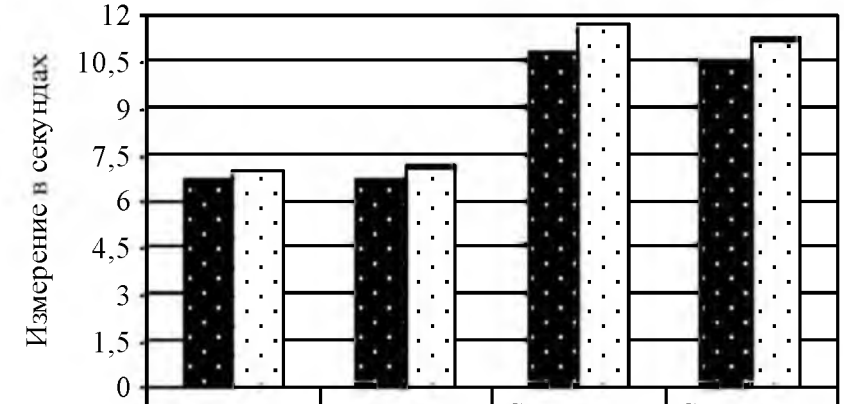


Рис. 2. Результаты тестового задания подтягивание мяча стопой

Наблюдая за выполнением контрольного испытания «слалом с ведением мячей» нам удалось установить, что юные футболисты 1991 и 1994 года рождения выполняли слалом с ведение одного и двух мячей преимущественно одной (правой) конечностью. Что указывает на существенные резервы по развитию способности к согласованию и наряду с этим отсутствие симметричности в выполнении тестового задания.



	Без мяча справа	Без мяча слева	С ведением мяча слева	С ведением мяча справа
1991 г.	6,72	6,71	10,83	10,42
1994 г.	7,01	7,12	11,71	11,23

Рис. 3. Результаты тестового задания «бег с оббеганием стоек.

Сравнительный анализ результатов контрольного испытания «бег с оббеганием стоек» выявил, что юным футболистам 1991 года рождения не имело существенного ($P > 0,05$) значения справа или слева выполнять оббегание стоек без мяча и с ведением мяча. Юные футболисты 1994 года рождения существенного ($P < 0,05$) лучше выполняли бег с оббеганием стоек с ведением мяча справа (11,23±0,16 сек), чем слева (11,71±0,18 сек.).

Обсуждение. Результаты, полученные при помощи тестовых заданий подтягивание мяча стопой и слалом с ведением мячей свидетельствуют о наличии существенной асимметрии у юных футболистов 11-12 лет и 14-15 лет. Что, дает нам основание рекомендовать больше использовать в тренировочном процессе средства направленные на улучшения способности к согласованию и к ритму при выполнении двигательных действий левой ногой.

Выявленная при помощи контрольных испытаний «повороты на гимнастической скамейке» и «бег с оббеганием стоек» существенная асимметрия у юных футболистов 11-12 лет предполагает увеличение в их тренировочном процессе упражнений, направленных на развитие способности к динамическому равновесию и способности к приспособлению и перестроению двигательных действий, особенно в левую сторону. Это позволит повысить уровень развития специфических координационных способностей и станет предпосылкой симметричного формирования индивидуальной техники юных футболистов.

Выводы.

1. 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.

2. Анализ результатов контрольных испытаний «поворот на гимнастической ска-

мейке» 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.

3. 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.

Литература:

1. Брагина Н.Н., Доброхотова Т.А. Функциональные асимметрии человека. - М.: Медицина. - 1988. - 288 с.
2. Караев М.Г., Ибрагимова Н.М., Мусаева С.А. Асимметрия в моторике спортсменов. Учебное пособие. – Баку. - 1991. - 52 с.
3. Лебедев В.М. Динамическая латерализация функций в процессе результативной деятельности человека и животных // Автореф.дисс...докт.биол.наук. - Минск. - 1992. - 50 с.
4. Чермит К.Д. Симметрия – асимметрия в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1992. - 255 с.
5. Carey D.P., Smith G., Smith D.T. et al. Footedness in world soccer: an analysis of France c. 98 // J. Sports. Sci, 2001. - Vol. 19, N 11. - P. 855-864.
6. Ljach W. Die koordinative Vorbereitung des Sportlers in den Sportspielen der Manschaften /Science in Sports Team Games. Ed. J. Bergier. Instytut Wych. Fiz. i Sportu. Biala Podlaska, 1995. - S. 140-154.
7. Starosta W. Symmetria i Asymmetria ruchow czlowieka // Motorycznosc czlowiekajej struktura, zmieunosc i uwarunkowania. - Poznan. -AWF Poznan. - 1993. - P. 121-147.
8. Лях В.И., З.Витковский, В.Жмуда. "Специфические координационные способности как критерий прогнозирования спортивных достижений футболистов" // Теория и практика физической культуры. - 2002.- № 4, С. 21-25