

REFERENCES

1. Andrianova, R.I., Lenshin, M.V., Germanov, G.N. (2015), "Planning of preparation of teams of the Olympic reserve in female basketball to performance in the main international competitions", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 127, No. 9, pp. 15-22.
2. Germanov, G.N., Tsukanova, E.G., Romanova, Yu.V. and Krokhnina, T.V. (2010), "Forecast achievements of the Russian runners middle and long distance European championship 2012-2014 of the results juniors and young athletes in European championship", *Cultura fizicheskaya I zdorove*. Vol. 29, No. 4, pp. 7-11.
3. Germanov, G.N. and Tsukanova, E.G. (2010), "The current tendencies of European development among middle and long distances runners and their implementation in preparations of Russian runners", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 66, No. 8, pp. 27-36; Vol. 67, No. 9, pp. 20-28.
4. Yerokhnina, O. A. (2014), *Methodic of short-term forecasting of results and achievements of athletes of Russia at the international competitions*, dissertation, Volgograd, Russian Federation.
5. Polozov, A.A., Skachkov, I.N., Mukhametshin, E.R., Mikhryakov, S.V. (2014), "The on-line organization of monitoring of sports results in soccer and their interpretation in the form of a rating assessment by sports rating agency "First", *V mire nauchnykh otkrytij*, Vol. 60, No 12, pp. 294-314.
6. Sysoyev, V I. and Germanov, G.N. (2002), "Public administration by youthful sport and its support – pledge of successful performance of national teams of Russia on the international scene", *Theory and Practice of physical culture*, No 4, pp. 12-15.
7. Sysoyev, V I., Germanov, G. N. and Sukhanova, E.V. (2002), "The forecast of performance of national teams of Russia for basketball on the European arena in 2002-2005", *Theory and Practice of physical culture*, No 11, pp. 34-37.
8. Tikhonenko, V.A. and Kostikova, L.V. (2009), "About preparation of the women's national team of a team of Russia on basketball in the Olympic cycle 2009 -2012", *Modern basketball – the present and the future*, Moscow, RGUFKSiT, Russian Federation.
9. Chernov, S.V. (2000), *Organizational and methodical and technological aspects of management of the Olympic preparation of the women's national team of the Russian Federation team on basketball: on the basis of the Target comprehensive program*, dissertation, Moscow, Russian Federation.

Контактная информация: www.ariana.ru@mail.ru

Статья поступила в редакцию 30.03.2016

УДК 796.325

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОК НА ОСНОВЕ ГЕНДЕРНО ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА

*Татьяна Викторовна Артамонова, кандидат педагогических наук, доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры, Волгоград,*

*Татьяна Анатольевна Шевченко, старший преподаватель,
Волгоградский филиал российской академии народного хозяйства и государственной
службы, Волгоград*

Аннотация

Важным аспектом подготовки резерва в современном женском волейболе является поиск путей повышения уровня специальной физической подготовленности спортсменок в условиях возросшей интенсивности игры. Внедрение в подготовку волейболисток групп начальной специализации методики повышения уровня специальной физической подготовленности на основе гендерно дифференцированного подхода позволило достоверно повысить результаты практически во всех контрольных тестах.

Ключевые слова: специальная физическая подготовленность, юные волейболистки, маскулинность, фемининность, гендерно-дифференцированный подход.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.04.134.p25-29

IMPROVING THE SPECIAL TRAINING OF THE YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS ON THE BASIS OF GENDER DIFFERENTIATED APPROACH

*Tatiana Victorovna Artamonova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd,*

*Tatiana Anatolyevna Shevchenko, the senior teacher,
Volgograd Branch of the Russian Presidential Academy of National Economy and Public
Administration, Volgograd*

Annotation

The important aspect of reserve training in the modern volleyball is the search for ways to improve the level of the special physical preparedness of the sportswomen in terms of the increased intensity of the game. Implementation in the training process of the volleyball players of the groups of initial specialization the techniques that improve the level of the special physical readiness on the basis of gender-differentiated approach has allowed to significantly improving the results in almost all the training tests.

Keywords: special physical fitness of young volleyball players, masculinity, femininity, gender-differentiated approach.

ВВЕДЕНИЕ

Успехи российских волейболисток на мировой арене за последние годы свидетельствуют о высоком уровне подготовки спортсменок, что повышает ответственность специалистов в плане отбора спортивного резерва в данном виде спорта.

В сравнении с мужчинами-волейболистами, способ ведения соревновательной борьбы волейболистками имеет характерные особенности, связанные как со спецификой психомоторного развития женщин, так и с их физическим развитием и физической подготовленностью [4, 5, 6]. Данное направление рассматривается в педагогике в рамках гендерного подхода [3], но в спортивных исследованиях представлено единичными работами [1, 2, 7]. В этой связи разработка и внедрение в специальную подготовку волейболисток групп начальной специализации методики повышения уровня специальной физической подготовленности на основе гендерно дифференцированного подхода является своевременной и актуальной.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для определения гендерного типа испытуемых было проведено стандартизированное тестирование по методике BemS. «Маскулинность/фемининность».

Основной педагогический эксперимент проводился для обоснования эффективности разработанной методики в рамках подготовки волейболисток учебно-тренировочной группы четвертого года обучения на основе гендерной идентификации.

В рамках выявления уровня специальной физической подготовленности респонденток проведено исследование с использованием стандартного для волейболисток набора тестов: бег 30 м; бег «Ёлочка»; челночный бег 6×5 м; прыжок в длину с места; прыжок вверх с отталкиванием двух ног с места (по Абалакову); метание набивного мяча весом 1 кг сидя и стоя.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Использование гендерно дифференцированного подхода в учебно-тренировочном процессе экспериментальной группы волейболисток на этапе начальной специализации оказало существенное воздействие на достоверное изменение результатов некоторых показателей специальной подготовленности (рисунки 1, 2).

Результат в беге на 30 м, характеризующий уровень развития быстроты, улучшился в экспериментальной группе у маскулинных девушек с 5,62 с до 5,53 с ($t=2,34$; $p<0,05$),

у фемининных – с 5,67 с до 5,55 с ($t=2,44$; $p<0,05$).



Рисунок 1. Изменение показателей специальной подготовленности в контрольной и экспериментальной группах маскулинных волейболисток за период эксперимента (%)

Оценка результатов *челночного бега 6×5м* показала достоверное улучшение только у фемининных девушек экспериментальной группы. Здесь результат изменился от 12,17 с до начала эксперимента до 11,77 с по его завершении ($t=2,19$; $p<0,05$). У остальных волейболисток достоверных изменений по данному показателю не обнаружено.

Исследование скоростно-силовых способностей (*прыжок в длину с места*) показало достоверное улучшение результатов у спортсменок экспериментальной группы. Так, маскулинные девушки улучшили результат с 176,33 см до 196,07 см ($t=2,14$; $p<0,05$; приращение 10,6%), а фемининные – с 174,60 см до 191,87 см ($t=2,04$; $p<0,05$; приращение на 9,4%).

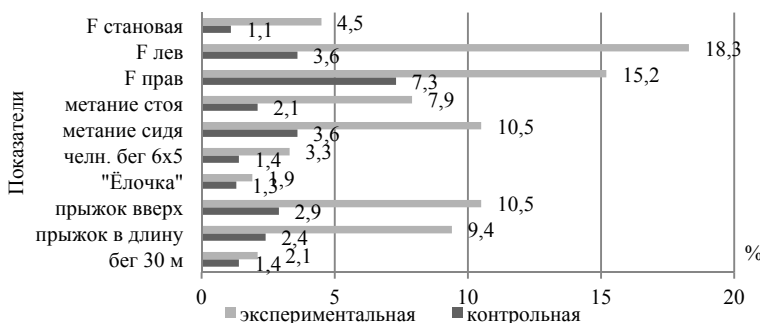


Рис. 2. Изменение показателей специальной подготовленности в контрольной и экспериментальной группах фемининных волейболисток за период эксперимента (%)

По результатам измерения прыгучести (*прыжок вверх с места по Абалакову*) выявлено положительно достоверное изменение у волейболисток экспериментальной группы. Здесь маскулинные улучшили результат от 40,80 см до 46,87 см ($t=2,32$; $p<0,05$; приращение 13,9%), а фемининные – от 39,60 см до 44,00 см ($t=2,21$; $p<0,05$; приращение 10,5%).

Контроль результатов *метания набивного мяча сидя* также показал достоверное улучшение показателей в экспериментальной группе волейболисток. Здесь маскулинные девушки повысили свой результат от 6,55 м до 7,21 м ($t=2,13$; $p<0,05$; приращение на 9,6%), а фемининные – от 6,40 м до 7,12 м ($t=2,18$; $p<0,05$; приращение на 10,5%).

В экспериментальной группе спортсменки обеих гендерных групп смогли показать достоверное улучшение своих результатов. Так, фемининные стали метать мяч дальше на 7,9% ($t=2,07$; $p<0,05$), а маскулинные – на 10,4% ($t=2,69$; $p<0,05$).

Силу кисти правой руки достоверно смогли улучшить фемининные спортсменки контрольной ($t=2,12$; $p<0,05$; приращение 7,3%) и экспериментальной ($t=3,28$; $p<0,01$;

приращение 15,2%) групп, а также маскулинные волейболистки экспериментальной группы ($t=4,18$; $p<0,01$; приращение 8,9%) .

Сила кисти левой руки достоверно увеличилась только у спортсменок экспериментальной группы. Здесь фемининные смогли улучшить показатель в данном тесте от 16,18 кг до 19,43 кг ($t=4,08$; $p<0,01$; приращение 18,3%), а маскулинные – от 16,95 кг до 19,56 кг ($t=6,07$; $p<0,001$; приращение 14,3%).

По результатам теста «*Ёлочка*» достоверных изменений в экспериментальной и контрольной группах спортсменок не обнаружено.

В контрольной группе прирост результатов в прыжке в длину, прыжке по Абалакову, метании набивного мяча, силы кисти руки оказался статистически недостоверным.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, использованная методика на основе гендерно-дифференцированного подхода позволила достоверно повысить уровень специальной подготовленности волейболисток экспериментальной группы у маскулинных спортсменок в семи из девяти тестов, а у фемининных – в восьми тестах.

В контрольной группе, занимающейся по стандартной методике, достоверное улучшение результатов отмечено только у фемининных девушек в одном тесте.

ЛИТЕРАТУРА.

1. Артамонова, Т.В. Анализ направленности педагогического взаимодействия в работе с гендерно дифференцированными спортсменами / Т.В. Артамонова, Т.А. Шевченко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 5 (111). – С. 16-19.
2. Ворожбитова, А.Л. Гендер в спортивной деятельности / А.Л. Ворожбитова. – М. : Флинта, 2011. – 227 с.
3. Дерябина, А.С. Гендерные подходы в психологических теориях и исследованиях / А.С. Дерябина // Молодой ученый. – 2011. – № 8 (2). – С. 92-95.
4. Нечушкин, Ю. В. Обоснование методики специальной физической подготовки волейболистов высокой квалификации в соревновательном периоде / Ю.В. Нечушкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 3 (109). – С. 124-129.
5. Проходовский, Р.Я. Структура физической подготовленности и развитие двигательных способностей юных волейболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Проходовский Р.Я. – Малаховка, 2003. – 26 с.
6. Скляр, В.М. Теоретико-методические аспекты обучения точным двигательным действиям учащихся младшего школьного возраста / В.М. Скляр, В.Е. Калинин, И.А. Петров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 10 (116). – С. 107-112.
7. Шевченко, Т.А. Обоснование использования гендерно-дифференцированного подхода в спортивной деятельности /Т.А. Шевченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 7 (113). – С. 189-192.

REFERENCES

1. Artamonova, T.V. and Shevchenko, T.A. (2014), “Analysis of pedagogical orientation of cooperation in working with athletes gender-differentiated athletes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 111, No. 5, pp. 16-19.
2. Vorozhbitova, A.L. (2011), *Gender in sports activities*, Flint, Moscow.
3. Deryabina, A.S. (2011), “Gender approaches in psychological theories and is-adherence”, *Young scientist*, No. 8 (2), pp. 92-95.
4. Nechushkin, Y.V. (2014), “Substantiation of a technique of special physical preparation of highly skilled volleyball players in the competitive period”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 109, No. 3, pp. 124-129.
5. Prohodovsky, R.Ya. (2003), *The structure of physical fitness and motor skills development of young volleyball players*, dissertation, Malakhovka.
6. Sklyarov, V.M., Kalinin, V.E. and Petrov, I.A. (2014), “Theoretical and methodological aspects of learning precise motor actions of pupils of primary school age”, *Uchenye zapiski universiteta*

imeni P.F. Lesgafta, Vol. 116, No. 10, pp. 107-112.

7. Shevchenko, T.A. (2014), "Justification Use gender-differentiated approach to sports activities", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 113, No. 7, pp. 189-192.

Контактная информация: artamonova-70@bk.ru

Статья поступила в редакцию 30.03.2016

УДК 796.856.2

АНАЛИЗ МОТИВАЦИОННОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ТХЭКВОНДО

Сергей Евгеньевич Бакулев, доктор педагогических наук, профессор, **Александр Михайлович Симаков**, кандидат педагогических наук, доцент, **Антон Валерьевич Павленко**, кандидат педагогических наук, доцент, **Владимир Анатольевич Чистяков**, доктор педагогических наук, профессор, *Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург); Роман Викторович Плотников*, тренер-преподаватель, *СДЮШОР № 3 Калининского района, Санкт-Петербург*

Аннотация

Спортивная подготовка юных спортсменов в спортивных школах разного уровня строго регламентируется соответствующими программами, определяющими физическую, техническую и тактическую подготовку спортсмена, в которых учет индивидуальных данных ученика остаются за скобками учебно-тренировочного процесса. Однако вопросы психологической подготовки, функциональных характеристик спортсмена, его интеллектуального уровня, применяемых методов воспитания и обучения не рассматриваются. Все это приводит к значительному отсеву обучающихся, именно на начальном этапе учебно-тренировочного процесса.

Ключевые слова: учебно-тренировочный процесс, тхэквондо, начальный этап.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.04.134.p29-32

ANALYSIS OF THE MOTIVATIONAL COMPONENT IN GROUPS OF INITIAL PREPARATION IN TAEKWONDO

Sergey Evgenyevich Bakulev, the doctor of pedagogical sciences, professor, **Alexander Mikhailovich Simakov**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, **Anton Valerievich Pavlenko**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, **Vladimir Anatolyevich Chistyakov**, the doctor of pedagogical sciences, professor, *The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg; Roman Viktorovich Plotnikov*, the trainer-teacher, *Sports School of the Olympic Reserve No. 3 for children and young people of Kalininsky district, St. Petersburg*

Аннотация

Sports training of the young athletes at sports schools of the different level are strictly regulated by the appropriate programs regulating the physical, technical and tactical training of the athlete in which the accounting of the individual data of the pupil remains behind the brackets of the educational and training process. However, the questions of psychological preparation, functional characteristics of the athlete, his intellectual level, and the applied methods of education and training aren't considered. All it leads to considerable dropout of the trained at the initial stage of the educational and training process.

Keywords: educational and training process, taekwondo, initial stage.

ВВЕДЕНИЕ

В группы начальной подготовки в ДЮСШ входят дети в возрасте 7-9 лет. Отметим, что прием в группы начального этапа учебно-тренировочного процесса принимают