

ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИКИ ОТБОРА СТУДЕНТОВ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ МИНИ-ФУТБОЛОМ

Эшов Д.Н.¹, Ваниян С.Б.²

¹Эшов Дилмурад Норбаевич – преподаватель,
кафедра педагогики и психологии физической культуры,
Ташкентский государственный университет востоковедения;

²Ваниян Сергей Бораевич - старший преподаватель,
кафедра общественных наук и педагогики профобразования,
Национальный институт художества и дизайна им. Камолиддина Бекзода,
г. Ташкент, Республика Узбекистан

Аннотация: в данной статье обосновывается комплекс показателей для прогноза и оценки успешности освоения студентами игры в мини-футбол на занятиях по физическому воспитанию в вузе.

Ключевые слова: проект «Мини-футбол - в вузы», факторный анализ, структура показателей для оценки подготовленности игроков.

Современное профессиональное образование нацелено на подготовку специалистов, у которых сочетается разносторонняя образованность с крепким здоровьем, специальная профессиональная готовность с высоким уровнем культуры, умственная и физическая работоспособность со здоровым стилем жизнедеятельности.

При обсуждении перспектив дальнейшего развития профессионального образования многие специалисты обращают внимание на ослабленное здоровье современных студентов [1], низкую двигательную активность, слабые результаты в показателях двигательной и физической подготовленности и низкий уровень мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для эффективного использования ценностей физической культуры и спорта в целях преодоления кризисной ситуации необходимо обеспечить многообразие форм и вариативность содержания физического воспитания, позволяющих организовывать двигательную активность студента сообразно его ценностным ориентациям, интересам, потребностям [2]. В качестве оптимальных средств оздоровительно - кондиционной тренировки, способных оказать комплексное воздействие на организм занимающихся, в частности на их функциональное состояние и психическую сферу, рекомендованы занятия мини-футболом в рамках проекта «Мини-футбол - в вузы».

Объективно существующая недостаточность в разработке методического обеспечения образовательного процесса по физическому воспитанию в вузе на основе мини-футбола определила задачу нашего исследования - выявить и обосновать информативные показатели, в наибольшей мере обуславливающие успех в избранной спортивной деятельности.

При этом мы исходили из базового положения спортивного отбора, что отдельные показатели, характеризующие морфофункциональные и специальные особенности индивида, могут играть важную роль при разработке методов прогноза его спортивной пригодности [2]. В свою очередь прогноз считается надежным и обоснованным тогда, когда оценка двигательной подготовленности включает оценку компонентов всех двигательных способностей.

В констатирующем педагогическом эксперименте приняли участие 30 игроков в футбол и мини-футбол. Программа тестирования включала показатели, используемые авторами в комплексной оценке разных сторон подготовленности квалифицированных спортсменов.

С применением факторной модели мы дали следующую интерпретацию. В структуре интегральной подготовленности студентов, занимающихся мини-футболом, наиболее весомыми оказались четыре компонента, которые объясняют 94,4 % общей дисперсии исходных признаков. При этом первый компонент объясняет 38,5 % суммарной дисперсии, имеет наибольшие (по абсолютной величине) нагрузки в следующих показателях: жонглирование мячом; бег 5*30 м с ведением мяча; ведение мяча по прямой 30 м. Этот компонент можно обозначить как фактор технической подготовки мини-футболистов.

Второй компонент объясняет 22,4 % общей дисперсии. Особенно высокие коэффициенты связи наблюдаются между вторым компонентом и уровнем развития скоростных и координационных способностей: результатами в беге «елочкой», прыжках через скакалку, челночном и гладком беге на 30 метров. Он был интерпретирован нами как фактор физической подготовки.

Третий компонент объясняет 19,8 % суммарной дисперсии. Высокая нагрузка имеется в структурных компонентах силы и скоростно-силовых показателей: величине градиента силы разгибателей бедра и голени, времени достижения половины максимума силы, скорости расслабления. Этот фактор взаимосвязан с уровнем скоростно-силовой подготовленности.

Четвертый фактор объясняет 13,7 % суммарной дисперсии, имеет наибольшие (по абсолютной величине) нагрузки в следующих показателях: индекс Кверга, относительная мышечная масса, весо-ростовой индекс. Этот компонент можно обозначить как фактор морфофункциональной подготовки мини-футболистов.

В связи с этим можно считать, что структура тренировочного процесса должна быть ориентирована в сторону повышения роли скоростно-силовой и технической подготовки, а режимы тренировочной работы

должны быть направлены на достижение оптимального уровня развития доминантных сторон подготовленности игроков.

Перспектива улучшения качества подготовки футбольного резерва во многом зависит от использования научно обоснованной методики спортивной ориентации студентов для занятий мини-футболом. На основании анализа различий морфофункциональных показателей, уровня физической и технической подготовленности, а также факторного анализа показателей нами разработана оценка физического состояния студентов для занятий мини-футболом.

В оценку перспективности входят те показатели, которые являются информативными и несложными для исследования. Абсолютные результаты измерений, тестирования и оценки игровой деятельности переводятся в баллы, которые затем необходимо просуммировать или вычислить среднее значение.

Юноши, набирающие в сумме по 13 показателям от 52 до 65 баллов (или в среднем от 4 до 5 баллов в каждом тесте), имеют определенные шансы достичь значительных успехов в мини-футболе, их следует отнести к достаточно высокому уровню перспективности. Студенты, набравшие по сумме всех показателей от 13 до 39 баллов (в среднем от 3 до 4 баллов в каждом тесте), относятся к среднему уровню перспективности. Такие игроки могут привлекаться к реализации тренировочных программ в подготовке к игре в мини-футбол. Однако в тренировочной работе с ними необходимо акцентировать тренировочную нагрузку на развитие важных для мини-футбола показателей, а также регулярно проводить комплексное тестирование и оценку динамики достижения запланированного уровня в значимых характеристиках.

Юношей, набравших менее 39 баллов (в среднем менее 3 баллов в каждом тесте), следует ориентировать на занятия другим видом спорта или рекомендовать занятия в спортивно-оздоровительных группах мини-футбола, если у них есть желание заниматься этим видом спортивной деятельности.

В том случае, если при определении спортивной пригодности не представляется возможным определить должные компоненты силовой подготовленности студентов, то, проводя отбор, следует ориентироваться на средний балл, а не на сумму набранных баллов.

Исходя из вышесказанного можно сделать выводы: проблема организации и подготовки студенческих команд по мини-футболу разработана недостаточно. Недостаточность научно-методических положений и рекомендаций актуализирует необходимость разработки, обоснования и внедрения структуры подготовки студенческой команды по мини-футболу в годичном цикле профессионального обучения. Выявлены информативные показатели, характеризующие успешность освоения содержания и напряженности соревновательной деятельности в мини-футболе.

Список литературы

1. *Виленский М.Я.* Личностное развитие студента в гуманитарно ориентированном образовательном пространстве физической культуры // Физическая культура, спорт, туризм: сегодня и завтра: Мат.. Межд. науч.-практ. конф. Ростов-н/Д, 2004. С. 9-15.
2. *Ланда Б.Ф.* Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб. пособие. М.: Советский спорт, 2005. 192 с.