

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«ВЛИЯНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА РАЗВИТИЕ
ДЕТЕЙ В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
ПО ХОККЕЮ С МЯЧОМ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 414 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль подготовки «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Баженова Андрея Владиславовича

Научный руководитель

старший преподаватель

В.Н. Частов

подпись, дата

Зав. кафедрой

кан. филос. наук, доцент

Р.С. Данилов

подпись, дата

Саратов 2022

ВВЕДЕНИЕ

На всех этапах его эволюционного развития формирование человека проходило в неразрывной связи с активной мышечной деятельностью. Организм человека развивался и продолжает развиваться в постоянном движении. В самой природе сложилось так, что человеку необходимо развивать свои физические способности.

Во всем мире большое количество людей разного возраста занимаются физической культурой для того, чтобы улучшить самочувствие, укрепить здоровье, иметь стройную фигуру, стать сильными с хорошо развитыми мышцами, ловкими, выносливыми. Занятия физической культурой компенсируют то, что мы лишены таких естественных физических действий, как бег, прыжки, плавание, ходьба и т.д. Произошло - это из-за научно-технического прогресса и его продукции: автоматизации производства, развития транспорта, улучшение условий жизни, компьютеризация и т.д., который все меньше заставляет нас выполнять физические усилия, ограничивает подвижность, а следовательно, нагрузки на мускулатуру человека, которые необходимы для полноценной функциональной жизни людей, уменьшаются.

В обществе существует представление, что спорт положительно влияет на развития и здоровье ребенка. И это, в какой то мере верно. Если начинать занятия спортом с раннего детства, то спорт приносит большую физическую и психологическую пользу, в том числе крепкое здоровье и хорошую социальную адаптацию, как и другие виды спорта, это касается характерного для России хоккея с мячом. Но зачастую спорт бывает и весьма опасным для психического и физического здоровья ребенка. Все родители заботятся о безопасности и здоровье своих детей. И в то время когда встает вопрос, каким спортом будет заниматься ребенок, то, разумеется, возникает и вопрос, насколько полезен и интересен выбранный вид спорт для ребенка.

Развитие современного общества подтверждает приоритетное значение интеллектуального развития человека. Экономика, политика, общество все более требуют людей, способных самостоятельно принимать решения, активно действовать и адаптироваться в изменяющихся условиях жизни. Все эти качества людям может дать игра. Поэтому игровые методы в спорте становятся ведущими. Эти методы помогают избежать однообразия, восстанавливают психологический статус, развивают тактическое мышление, культуру общения, физические качества. Поэтому в настоящее время подвижные игры, а одной из таких является игра в хоккей с мячом, в особенности актуальны, как средство развития приоритетного принципа возрастной адекватности физической нагрузки у детей группы начальной подготовки на занятиях данного вида спорта. Основная направленность тренировки на начальном этапе – это, создание базы общей физической подготовки: повышение функциональных возможностей и развитие физических качеств организма (быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости). Техническая и тактическая подготовка направлена на освоение новых двигательных умений и их совершенствование. На подготовительном этапе весь тренировочный процесс направлен на развитие спортивной формы. В этот момент совершенствуются физические качества и возможности с учетом специфики вида спорта, а также технико - тактическая подготовленность. Учитывая принцип постепенности нагрузка увеличивается и снижается в показателях.

Основной задачей развития ребенка является укрепление здоровья, привитие интереса к спорту и физкультуре. У всех детей всегда есть интерес и желание в соревновании. Игры, используемые для физического воспитания, очень разнообразны. Их можно разделить на две большие группы: подвижные и спортивные. «Спортивные игры – высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются от подвижных: едиными правилами, определяющим составом участников, размерами и разметкой площадки, продолжительностью игры, оборудованием и инвентарем, что позволяет проводить соревнования различного масштаба.» Спортивные игры имеют свой характер. В спортивных

играх применяются разнообразные движения и действия: ходьба, бег, прыжки, внезапные остановки, повороты, различные метания и удары по мячу (шайбе). У занимающихся спортивными играми двигательные навыки характеризуются большой подвижностью и динамичностью. Следует отметить важные особенности спортивных игр, к ним относятся также сложные коллективные тактические действия. В каждой игровой ситуации действия отдельных игроков команды различны, но они должны быть взаимообусловлены и направлены на решение общей задачи. От игроков требуется максимум инициативы, творчества и смелости, чтобы согласовать свои действия с партнёрами и добиться успеха.

Таким образом, спортивные игры, способствуют воспитанию целого ряда таких положительных качеств и черт характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, чувство патриотизма, взаимопомощь, уважение своих партнеров и противников, сознательная дисциплина и т.д. Разнообразные движения и действия оказывают на детей оздоровительное воздействие, особенно выполняемые на свежем воздухе, то есть в благоприятных гигиенических условиях, которые способствуют укреплению всех органов и систем организма ребенка, и служат полезным средством активного досуга. В условиях современной действительности тема данной работы представляет для меня огромный учебный и практический интерес. Проблематика вопроса «Влияние тренировочного процесса на развитие детей в группах начальной подготовки по хоккею с мячом» весьма актуальна в современной действительности. Здесь стоит отметить такие имена как В. М. Колузганов, В. И. Колосков, А. Ю. Букатин, внесших существенный вклад в исследование и разработку концептуальных вопросов данной темы.

Объектом исследования данной работы является учебно-тренировочный процесс по хоккею с мячом в группе начальной подготовки.

Предмет исследования - постановка учебно-тренировочного процесса в зависимости от возрастных особенностей юных спортсменов, занимающихся хоккеем с мячом, а в частности групп начальной подготовки.

Цель работы: обосновать положительную динамику влияния тренировочного процесса по хоккею с мячом на развитие детей групп начальной подготовки.

Гипотеза: данного исследования лежит в предположение о том, что возраст 7-9 лет является наиболее благоприятным для занятий по методике обучения игры в хоккей с мячом.

В соответствии с гипотезой и для достижения цели необходимо решить следующие задачи:

1. Изучить научно-теоретические исследования игрового вида спорта хоккей с мячом;
2. Рассмотреть методику обучения игры в хоккей с мячом в группах начальной подготовки, ее влияние на развитие детей.
3. Проанализировать практические результаты на занятиях в группах начальной подготовки используя технико-тренировочную методику.

Методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы;
2. Анкетирование;
3. Педагогическое наблюдение;
4. Педагогический эксперимент.

Теоретическая значимость работы заключается в возможности влияния тренировочного процесса по хоккею с мячом в группах начальной подготовки, с использования методического материала во время проведения тренировок, в положительной динамике развития и укрепления здоровья детей. Полученные результаты расширяют разделы знаний в области организации и методики подготовки хоккеистов с мячом.

Дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения, приложения и списка использованных источников.

Основное содержание работы

Практическая значимость данной работы обусловлена потенциально широким спектром применения полученных знаний в практической сфере деятельности.

В своей работе я хочу доказать, что возраст 7-9 лет является наиболее благоприятным для занятий в группах начальной спортивной подготовки по методике обучения игры в хоккей с мячом и в свою очередь приносит положительный результат как для здоровья, так и эмоционально – психического развития детей, а так же мотивирует их для систематических занятий физической культурой и данного вида спорта. Для того, чтобы проверить правильность выдвинутой гипотезы, исследование проводилось на базе Спортивной школы г. Саратова в период с 1 мая 2021 по 31 декабря 2021 года. В моем исследовании приняли участие:

- Группа начальной спортивной подготовки-16человек;
- Родители детей группы начальной спортивной подготовки, в количестве 16 человек;
- Контрольная группа для сопоставления результатов -16человек

Наше исследование проходило в 3 этапа:

На первом этапе исследования (май 2021г. – июль 2021г.) изучалась и анализировалась научно-методическая литература, подбирались подходящие спортивные упражнения и подвижные игры, которые в большей степени влияли на развитие такого физического качества как быстрота, ловкость, внимание, выносливость.

На втором этапе исследования (август 2021г. – октябрь 2021г.) внедрялись подобранные спортивные упражнения и подвижные игры входящие в тренировочный процесс хоккеистов с мячом, а именно мальчиков, группы начальной подготовки.

На третьем этапе исследования (ноябрь 2021г. – декабрь 2021г.) обрабатывались полученные результаты в ходе проведенного исследования. В исследовательской работе приняли участие 16мальчиков 7-8 лет потому, что в

этом возрасте происходят физиологические сдвиги, которые с помощью коррекций во многом могут определить последующий фон развития организма, а также спортивной ориентации. Для этого были проведены педагогические наблюдения с целью получения сведений о естественном педагогическом процессе, сборе первичной информации об учащих.

Для выяснения эффективности применения учебно-тренировочных занятий в практике работы с детьми 7-8 лет был организован независимый эксперимент. Тип педагогического эксперимента был, во-первых, линейным, так как он проводился на основе сравнения до эксперимента и после реализации методики. Во-вторых, эксперимент проходил без нарушения учебно-тренировочного процесса в обычных для детей условиях, он был так же естественным.

Группа занималась в рамках действующего расписания занятий 3 раза в неделю (понедельник, среда, пятница).

Для выяснения результатов по формированию физической подготовленности мальчиков на этапе начальной подготовки применялись следующие методы исследования:

-Анализ научно-методической литературы.

-Анкетирование.

-Педагогическое наблюдение.

-Педагогический эксперимент.

Анкетирование - это метод получения информации с помощью специального набора вопросов, на которые испытуемый дает письменные ответы. Составление анкеты - сложная задача, требующая от экспериментатора методического мастерства, соединенного с четким представлением целей и задач исследования. По форме вопросы анкеты делятся на открытые и закрытые, прямые и косвенные. При закрытом вопросе испытуемый должен выбрать ответ из числа предложенных качественных признаков, степени интенсивности, удовлетворенности или комбинацию этих вариаций. При помощи метода анкетирования можно с наименьшими затратами получить

высокий уровень массовости исследования. Особенностью этого метода можно назвать его анонимность (личность респондента не фиксируется, фиксируются лишь его ответы). Анкетирование проводится в основном в случаях, когда необходимо выяснить мнения людей по каким-то вопросам и охватить большое число людей за короткий срок.

Виды анкетирования:

По числу респондентов:

Индивидуальное анкетирование — опрашивается один респондент;

Групповое анкетирование — опрашиваются несколько респондентов;

Аудиторное анкетирование — методическая и организационная разновидность анкетирования, состоящая в одновременном заполнении анкет группой людей, собранных в одном помещении в соответствии с правилами выборочной процедуры;

Массовое анкетирование — участвуют от сотни до нескольких тысяч респондентов (на практике работа трудоёмкая, а результаты менее корректны).

По полноте охвата:

Сплошное — опрос всех представителей выборки.

Выборочное — опрос части представителей выборки.

По типу контактов с респондентом:

Очное — проводится в присутствии исследователя-анкетёра;

Заочное — анкетёр отсутствует:

Рассылка анкет по почте;

Публикация анкет в прессе;

Публикация анкет в Интернете;

Вручение и сбор анкет по месту жительства, работы и т.

Этапы подготовки анкеты.

I. Анализ темы анкетирования, выделение в ней отдельных проблем;

II. Разработка пробной анкеты с преобладанием открытых вопросов;

III. Пилотажное анкетирование. Анализ его результатов;

IV. Уточнение формулировок инструкций и содержания вопросов;

V. Анкетирование;

VI. Обобщение и интерпретация результатов. Подготовка отчета.

Композиция анкеты. Такая стандартизированная и заочная беседа с респондентом имеет достаточно стабильный сценарий. Она обычно начинается с краткого вступления - обращения к респонденту, где излагается тема опроса, его цели, называется организация или лицо, проводящее анкетирование, сообщается о строгой конфиденциальности получаемой информации.

Затем, как правило, излагаются инструкции по заполнению бланка. В том случае, если характер вопросов или их форма на протяжении анкеты меняются, инструкции могут быть не только в начале, но и в других частях бланка.

Наблюдение - основной метод педагогических исследований

Понятие педагогического исследования, содержательные и формальные методы, их особенности. Изучение метода педагогического наблюдения, анализ и характеристика его основных видов. Зависимость эффективности метода наблюдения от педагогических требований. Педагогическое наблюдение - это непосредственное восприятие, познание педагогического процесса в естественных условиях (например, в процессе учебы внеклассной работы и т.д.). Наблюдение требует от исследователя точной фиксации фактов, объективного педагогического анализа. Однако дело это непростое.

Наблюдение в педагогическом исследовании может быть направлено на достижение различных целей. Оно может быть использовано как источник информации для построения гипотез, служить для проверки данных, полученных другими методами, с его помощью можно извлечь дополнительные сведения об изучаемом объекте. Наблюдение достаточно трудоёмкий метод исследования. Трудности применения наблюдения в качестве метода сбора первичной информации являются следствием его особенностей и делятся на субъективные, связанные с личностью исследователя и объективные, не зависящие от исследователя. К субъективным трудностям наблюдения относится то, что исследователь понимает и истолковывает поведения и действия, скажем, воспитанников через призму

собственного «я», через свою систему ценностных ориентаций. К объективным трудностям наблюдения прежде всего следует отнести ограниченность времени наблюдения. Кроме этого, далеко не все педагогические факты поддаются непосредственному наблюдению. Чтобы получить необходимую для целей исследования информацию, не пропустить каких-то важных фактов или значимых сведений изучаемого объекта, следует заранее разработать программу педагогического наблюдения. Составление программы наблюдения ставит исследователя перед необходимостью:

- решать ряд достаточно сложных задач;
- изучать объект исследования всесторонне, в различных условиях и ситуациях;
- строить систему классификации фактов, явлений, которые отвечают целям исследования.
- проверять жизненность гипотезы;
- устанавливать сроки проведения наблюдения и определять средства сбора информации.

В данной работе я использовал такие виды педагогического наблюдений как: сплошное (на всю группу); систематическое (регулярностью фиксации действий); прямое (исследователь изучает процесс непосредственно); длительное наблюдение.

Проблема организации и планирования педагогического эксперимента выступает в теории и практике педагогики высшей школы как одна из основных общетеоретических проблем, решение которой ведется в трудах многих известных педагогов. В большинстве работ по теории педагогики высшей школы педагогический эксперимент чаще называется дидактическим, что определенным образом подчеркивает его целевую направленность. «Под педагогическим экспериментом современная педагогика высшей школы понимает метод исследования, который используется с целью выяснения эффективности применения отдельных методов и средств обучения и воспитания». Для педагогического эксперимента характерно, что исследователь активно включается в процесс возникновения и течения исследуемых явлений.

Тем самым он проверяет свои гипотезы не только об уже существующих явлениях, но и о тех, которые нужно создать.

Многочисленно был подобран и проведен темппинг - тест для определения свойств нервной системы, а именно тип динамики максимального темпа.

Инструкция к тесту: «По сигналу нужно начать проставлять точки в каждом прямоугольнике бланка. За отведенное для каждого прямоугольника время (5 с.) нужно поставить в нем как можно больше точек. Переходить из одного прямоугольника в другой нужно по команде, не прерывая работы. Все время необходимо работать в максимальном для себя темпе. Теперь необходимо взять в правую (или левую) руку карандаш и поставить его перед первым прямоугольником бланка».

Экспериментатор подает сигнал: « Начали!», а затем через каждые 5 секунд дает команду: « Перейти в другой квадрат». По истечении 5 секунд работы, в 8-м прямоугольнике экспериментатор подает команду: « Стоп». Опыт проводится в начале тренировки, середине и конце.. Тестовый материал: стандартные бланки, представляющие собой листы бумаги (203*283 мм), разделенные на 8 расположенных по 4 в ряд равных прямоугольника.

Для того, чтобы определить уровень физической подготовленности мальчиков 7-8 лет на начальном этапе, мы используем критерии оценки уровня двигательной подготовленности использованы в соответствии с Госстандартом, взятым из учебного пособия Сермеева Б.В. «Определение физической подготовленности школьников».

По результатам методологических исследований был проведен тщательный анализ собранного материала. Система спортивной тренировки предусматривает определенную организацию. Тщательная организация спортивной тренировки – залог успехов в работе. Задача исследования состояла в том, чтобы занимающиеся улучшили свои результаты для дальнейшего отбора по специализации в хоккее с мячом и общей спортивной подготовке.

В результате анализа научно-методической литературы было выявлено, что младший школьный возраст является благоприятным периодом для начала

занятий в группах начальной подготовки. Наиболее ярко это просматривается на программах детско–юношеских спортивных школ, где первичное направление получили более раннее возрастные начинания в занятиях спортом. Анализ документальных данных показал, что задача этого периода состоит в том, чтобы обеспечить разностороннюю физическую подготовку юных хоккеистов и на этой основе совершенствовать тактико-техническую подготовку для успешного выступления в соревнованиях. Тренировки в этом периоде должны носить разнообразный характер – как по содержанию, так и по нагрузкам.

Подготовительный период делится на два этапа: обще-подготовительный (август – октябрь) и специально-подготовительный (ноябрь – декабрь). Обще-подготовительный этап. Основная направленность тренировки на этом этапе – создание фундамента общей физической подготовки: повышение функциональных возможностей организма и развитие физических качеств (быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости). Нагрузка объемная, малоинтенсивная. Техническая и тактическая подготовка направлена на освоение новых двигательных умений и их совершенствование. Анкетирование родителей проводилось в мае 2021г. и декабре 2021г. По результатам нашего майского анкетирования получились следующие результаты:

Первому уровню соответствует 16% родителей. В их опыте прослеживается чрезмерная опека ребёнка, подмена усилий ребёнка собственной активностью, недостаточно разрешают общение со сверстниками, лишают приобретения социального опыта. Правильно организуют школьную жизнь ребёнка, распорядок дня. Ребёнок имеет разносторонние интересы, подготовлен к общению с взрослыми и товарищами. Такое воспитание способствует успешному обучению в школе и занятиям в спорте.

Второму уровню соответствует 54%. У этих родителей могут возникнуть некоторые проблемы в обучении и занятиях спортом у ребёнка. Они сами является чрезвычайно активными, блокируют «поле свободы» ребёнка. С таким воспитанием ребенок недостаточно времени общается со сверстниками.

Третьему уровню соответствует 30%. Они правильно организуют школьную жизнь ребёнка, режим дня. Ребёнок имеет разносторонние интересы, подготовлен к общению с взрослыми и товарищами. При таком воспитании эти родители могут рассчитывать на хорошие успехи в учении, воспитании и занятиях спортом своего ребенка:

После проведенных бесед с родителями в течении года и родительских собраний, результаты повторного анкетирования в декабре 2021г. изменились.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведённого исследования мы пришли к выводу, что одной из главных проблем с которыми сталкиваются тренеры, являются вопросы качественного отбора юных хоккеистов с мячом в спортивные секции. Решение этой проблемы возможно лишь при творческом применении научных и профессиональных принципов. Тренер, не обладающий достаточным профессионализмом и творческим мышлением, ни в силах разрешить поставленную перед ним такого рода задачу.

Успешность занятий хоккеем с мячом и достижение высоких спортивных результатов зависит от устойчивого интереса к занятиям, волевых качеств, трудолюбия, упорства, способностей к спортивной деятельности с учетом специфичности избранного вида спорта, уровня специальных качеств, навыков, умений и знаний в хоккее с мячом.

В ходе выполнения данной работы мною были получены профессиональные навыки, которые пригодятся в будущей практической деятельности. Этот факт непосредственно обуславливает практическую значимость проведённой работы.

В ходе написания данной работы были изучены ключевые вопросы темы хоккей с мячом. Проведённое исследование показало верность сформулированных во введение проблемных вопросов и концептуальных положений. Полученные знания найдут широкое применение в моей

практической деятельности. Однако, в ходе написания данной работы мы узнали о наличии ряда скрытых и перспективных проблем. Среди них: следует сказать, что тема "Хоккей с мячом" оказалась весьма интересной, а полученные знания будут полезны мне в дальнейшем обучении и практической деятельности. В ходе исследования мы пришли к следующим выводам:

Начальный этап подготовки юных хоккеистов имеет большое значение в общей системе многолетней тренировки хоккеистов. В 7-9 лет закладывается основной фундамент конькобежной подготовки, технико-тактического мастерства. Кроме того, в этом возрасте происходит приспособление систем организма, ответственных за энергетическое обеспечение повышенной двигательной активности, к новым условиям мышечной деятельности.

Количество двигательных навыков и умений в этом возрасте еще весьма ограничено, что препятствует плодотворному обучению техническим приемам и правильным навыкам передвижения на коньках.

Занятие общефизической подготовкой в младшем школьном возрасте наилучшим образом влияет на ЦНС и разносторонне воздействует на костно-мышечный аппарат.

Привлечение детей 7-10 лет к регулярным занятиям хоккеем позволяет удлинить начальный период обучения, уделить большее внимание постепенному овладению двигательными навыками, физической, технической и тактической подготовке.

Тренировка в детском возрасте должна носить игровой характер. Игры детям доставляют удовольствие, развивают у них трудолюбие, активность и самостоятельность. Чем больше разносторонних игр и игровых упражнений применяется в детском возрасте, тем богаче становится двигательный навык ребенка, тем легче в дальнейшем он усваивает технику избранного вида спорта. Игры можно использовать на всем протяжении годичной подготовки юных хоккеистов. Широкое их применение в тренировочных занятиях хорошо воздействует на развитие и совершенствование не только двигательных

качеств, но и содействует быстрому освоению сложных технических элементов игры, создают хороший эмоциональный настрой и интерес к занятиям.

Мы решили поставленные в исследовании задачи, определили, что занятия хоккеем с мячом позволяют повысить интерес к занятию спортом и физической культурой, укрепляют здоровье обучающихся. Во время игры в хоккей с мячом создаются благоприятные возможности для проявления физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости; проявления волевых качеств, взаимопомощи и других качеств личности. Таким образом, вышли к цели исследования обосновать положительную динамику влияния занятий по хоккею с мячом на развитие детей групп начальной подготовки, подтвердив при этом гипотезу исследования о том, что возраст 7-9 лет является наиболее благоприятным для занятий по методике обучения игры в хоккей с мячом и в свою очередь приносит положительный результат как для здоровья, так и эмоционально – психического развития детей, а так же мотивирует их для систематических занятий физической культурой и спортом.

Обобщая всё выше сказанное, отметим, что вопрос "Хоккей с мячом" обладает широким потенциалом для дальнейших исследований и практических изысканий.