

REFERENCES

1. Abramishvili, G.A., Karpov, V.Yu., Dobezhin, A.V. and Ovsyannikova, I.N. (2012), “Differentiated physical education pupils of elementary grades on a basis the accounting of their typological features”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 91, No. 9, pp. 7–14.
2. Karpov V.Yu., Eremin, M.V., Kalinin A.D., et al. (2015), “Research dynamics of physical fitness indicators of 12-13 years boys within the school program”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 127, No. 9, pp. 109–113.
3. Kudinova, V.A., Karpov, V.Yu., Boldov, A.S. and Marinina, N.N. (2021), “Motor skills training model to improve schools’ physical education service quality”, *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 61–63.
4. Alenurov, E.A. (2021), “Features of physical development and physical readiness of young athletes 14–17 years old and students attending physical education lessons”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 194, No. 4, pp. 28–31.
5. Alenurov, E.A., Petrova, M.A., Marinina, N.N. and Klimova, L.Yu. (2020), “Formation of the optimal parameters of the long jump run in young athletes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 183, No. 5, pp. 16–20.
6. Maryina, N.V., Yurchenko, A.L., Marinina, N.N. and Nazarova, I.V. (2021), “Methodology of differentiated physical and technical training of university students in long-jumping”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 193, No.3, pp. 271–276.
7. Rysakova, O.G. (2022), “University students’ physical and technical training in long-jumps within GTO-complex”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 206, No. 4, pp. 367–372.
8. Abramishvili, G.A., Karpov, V.Yu. and Eremin, M.V. (2015), “Technology of Differentiated Physical Education of Primary-Age Pupils”, *Asian Social Science*, Vol. 11, No. 19, pp. 329–334.

Контактная информация: ivanovda@mgppu.ru

Статья поступила в редакцию 25.10.2022

УДК 796.012.2-053.4:796.332

ПАРАМЕТРЫ РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Роман Геннадьевич Игнатушкин, аспирант; Константин Константинович Бондаренко, кандидат педагогических наук, доцент. Гомельский государственный медицинский университет, Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины, Гомель, Республика Беларусь

Аннотация

Целью исследования являлась оценка развития основных физических качеств юных футболистов 10-11 лет. Методика. В исследовании определялись уровни развития координационных способностей, проявлений стартовой реакции и развития быстроты. Научная новизна результатов исследования определяется получением новых данных об уровне проявления основополагающих физических качеств у юных футболистов групп начальной подготовки. В результате проведённого исследования выявлен характер распределения юных спортсменов по уровню развития основных физических качеств.

Ключевые слова: футбол, координационные способности, стартовая реакция, быстрота.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.10.p167-170

PARAMETERS OF DEVELOPMENT OF THE BASIC MOTOR QUALITIES OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS

Roman Gennadievich Ignatushkin, the post-graduate student, Konstantin Konstantinovich Bondarenko, the candidate of pedagogical sciences, docent, Gomel State Medical University, Francisk Skorina Gomel State University, Gomel, Republic of Belarus

Abstract

The aim of the study was to assess the development of the basic physical qualities of young football players aged 10-11 years. Methodology. The study determined the levels of development of coordination abilities, manifestations of the starting reaction and the development of speed. The scientific novelty of the results of the study is determined by obtaining new data on the level of manifestation of fundamental physical qualities in young football players of primary training groups. As a result of the study, the nature of the distribution of young athletes according to the level of development of basic physical qualities was revealed.

Keywords: football, coordination abilities, starting reaction, quickness.

ВВЕДЕНИЕ

Современный футбол все чаще предъявляет требования к овладению различными техническими действиями на ограниченном пространстве с высокой скоростью выполнения. Координация в футболе — это способность быстро менять направления без потери скорости, равновесия или контроля движения. Это сочетается с проявлением мышечных усилий, проявлением стартовой и взрывной силы, удержанием равновесия, выполнением ускорения и торможением. Хороший уровень развития координационных способностей позволяет повысить эффективность выполняемых действий и избежать травм [1].

Игровые действия состоят из быстрых ускорений и торможений, изменения направления действий, прыжков, ударов по мячу и подкатов [4]. Это предполагает, что проявление быстроты во взаимосвязи с ловкостью, будет важным фактором в формировании игрового амплуа юных футболистов.

Координационные способности являются важным показателем для высокой производительности в футболе [3]. Они определяются сочетанием мышечной силы, стартовой реакции, взрывными усилиями, удержанием равновесия. Данное качество является наиболее важным в футболе высокого уровня [2].

Целью исследования являлась оценка развития основных физических качеств юных футболистов 10-11 лет.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 166 юных футболистов в возрасте 10-11 лет. В качестве тестов определяющих проявление быстроты и координационных способностей использовались: стартовый бег на 5 метров, бег на 20 метров и координационный футбольный тест.

Координационный футбольный тест представлял собой бег на 20 м с изменением направления движения и состоял из быстрого старта, бега с торможением и изменением направления движения, что полностью соответствует футбольной игровой деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты координационного теста позволили выявить уровень развития данного физического качества игроков 10-11 лет (таблица 1).

Таблица 1 – Уровень координационных способностей юных футболистов

Уровень подготовленности	Временной интервал	Количество игроков	% от общего числа
Высокий	5,30–5,60 с	5	3,01
Выше среднего	5,61–5,90 с	53	31,93
Средний	5,91–6,20 с	71	42,77
Ниже среднего	6,21–6,50 с	23	13,86
Низкий	6,51–6,80 с	14	8,43

Значительное число игроков, которые представляют большую часть выборки (семьдесят один спортсмен), получили среднюю оценку. Только пять игроков имеют высокий уровень координационных способностей, что составляет 3,01%. Пятьдесят три юных спортсмена показали результаты в координационном диапазоне от 5,61 с до 5,90 с,

что соответствует 31,93%. Двадцать три игрока находятся в координационном интервале между 6,21 с и 6,50 с, что соответствует 13,86%. Эти игроки имеют ниже среднего уровень координации. Четырнадцать юных игроков составляют остальную часть выборки и соответствуют низкому уровню координационных способностей, что составляет 8,43%.

Результаты бега со старта на дистанцию пять метров позволили выявить уровень развития стартовой быстроты у игроков 10-11 лет (таблица 2).

Таблица 2 – Уровень стартовой быстроты юных футболистов

Уровень подготовленности	Временной интервал	Количество игроков	% от общего числа
Высокий	0,69–1,01 с	0	0
Выше среднего	1,02–1,34 с	69	41,57
Средний	1,35–1,66 с	71	42,77
Ниже среднего	1,67–1,98 с	19	11,45
Низкий	1,99–2,31 с	9	5,42

По результатам теста, семьдесят один юный игрок показали результат от 1,35 с до 1,66 с, что соответствует 42,77% от общего числа спортсменов. Чуть меньше, шестьдесят девять, имели уровень выше среднего (41,57%) и выполняли упражнения в диапазоне между 1,02 с и 1,34 с. Ни один юный игрок не показал результат в диапазоне от 0,69 с до 1,01 с, что соответствует высокому критерию проявления стартовой быстроты. Уровень ниже среднего был выявлен у 19 игроков, что соответствует 11,45% от общего количества юных спортсменов. Игроки, находящиеся в диапазоне проявления стартовой быстроты при выполнении бега на 5 м (диапазон времени от 1,99 с до 2,31 с) составили 5,42% (9 спортсменов), что соответствует низкому уровню.

Результаты тестирования бега на двадцать метров представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Уровень проявления быстроты у юных футболистов при беге на 20 м

Уровень подготовленности	Временной интервал	Количество игроков	% от общего числа
Высокий	3,08–3,42 с	7	4,22
Выше среднего	3,43–3,77 с	47	28,31
Средний	3,78–4,12 с	78	46,99
Ниже среднего	4,13–4,47 с	21	12,65
Низкий	4,48–4,82 с	13	7,83

Наибольшее число спортсменов выполнили упражнение в диапазоне от 3,78 с до 4,12 с – 78 спортсменов (46,99%), что соответствует среднему показателю теста. Семь игроков, составляющих 4,22% показали высокий уровень результата (диапазон выполнения упражнения от 3,08 к до 3,42 с). Тест в диапазоне от 4,13 с до 4,47 с, упражнения выполнили 47 спортсменов (28,31%), что соответствует уровню выше среднего. Уровень ниже среднего показали 21 игрок (12,65%). Оставшиеся 13 спортсменов (7,83%) показали низкий результат.

ВЫВОДЫ

Результаты исследования свидетельствуют, что большинство юных игроков, представленных в нашей выборке, по уровню развития координационных способностей находятся в диапазоне «средний» и «выше среднего». Результаты показывают существенные различия в качестве координации между юными игроками в возрасте 10-11 лет.

Результаты проявления стартовой быстроты, полученные в нашем исследовании, наглядно показывают, что между юными игроками существуют существенные различия в скорости реакций, что подтверждает цель оценки быстроты реакции в футболе и особенно в выявлении молодых талантов.

Обладание юными футболистами высоким уровнем развития быстроты, проявлением стартовой реакции, высоким уровнем координационных способностей, связанных с возможностью выполнения быстроты смены направления движения и взаимодействием с мячом, обладание важными техническими умениями, будет способствовать эффективно-

сти овладения искусством футбола и достижением результата в игровой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бондаренко К.К. Скоростно-силовой потенциал мышц футболистов различного игрового амплуа / К.К. Бондаренко, К.В. Чахов, А.Е. Бондаренко // *Инновационные подходы в рекреации, туризме и физической культуре : Материалы международной научно-практической конференции. – Калининград: Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, 2018. – С. 20–24.*
2. Гусев Ю.А. Методика координационной подготовки юных футболистов на начальном этапе подготовки / Ю.А. Гусев, Г.И. Дерябина, В.Л. Лернер // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2022. – № 2. – С. 71–73.*
3. Игнатушкин Р.Г. Формирование координационных способностей детей дошкольного возраста средствами футбола / Р.Г. Игнатушкин, К.К. Бондаренко // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 3 (205). – С. 183–186.*
4. Яровой Н.П. Методы и средства развития координационных способностей у юных футболистов / Н.П. Яровой, И.А. Пономарева // *Кинезиологические практики в образовании и психотерапии : сборник материалов V Всероссийской научно-практической конференции, Ростов-на-Дону, 25–26 декабря 2021 года. – Ростов-на-Дону – Таганрог : Южный федеральный университет, 2022. – С. 105–109.*

REFERENCES

1. Bondarenko, K.K., Chakhov, K.V. and Bondarenko, A.E. (2018), “Speed-strength potential of the muscles of football players of various game roles”, *Innovative approaches in recreation, tourism and physical culture, Proceedings of the international scientific and practical conference*, Immanuel Kant Baltic Federal University, Kaliningrad pp. 20–24.
2. Gusev, Yu.A., Deryabina, G.I. and Lerner, V.L. (2022), “Methods of coordination training of young football players at the initial stage of training”, *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 2, pp. 71–73.
3. Ignatushkin, R.G. and Bondarenko, K.K. (2022), “Formation of coordination abilities of pre-school children by means of football”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 3 (205), pp. 183–186.
4. Yarovoy, N.P. and Ponomareva, I.A. “Methods and means of developing coordination abilities in young football players”, *Kinesiology practices in education and psychotherapy*, collection of materials of the V All-Russian Scientific and Practical Conference, Southern Federal University, Rostov-on-Don, Taganrog, pp. 105–109.

Контактная информация: ignatushkin94@mail.ru.

Статья поступила в редакцию 04.10.2022

УДК 378.147:004

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЗНАЧИМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ДИСТАНЦИОННОЙ ФОРМЕ

Роман Викторович Камнев, кандидат педагогических наук, доцент, заместитель начальника кафедры, Сергей Владимирович Тихонов, преподаватель, Волгоградская академия МВД России; Дмитрий Дамирович Туко, заместитель начальника кафедры, Уфимский юридический институт МВД России

Аннотация

В представленной работе раскрывается проблема уровня соответствующих профессиональных компетенций профессорско-преподавательского состава высших учебных заведений необходимых для проведения практических занятий по физической подготовке в дистанционном формате. Представлены авторское видение организации образовательной среды дающей возможность обучающимся получать современные практические знания в дистанционном формате в области физической подготовки, а так же способной мотивировать их к самостоятельному физическому разви-