

ствовалась и пополнялась его учебно-материальная база, менялись подходы и качество обучения, увеличивался квалифицированный преподавательский состав, росло число студентов, составившее к концу только 1939 учебного года 835 человек [5, л. 23]. И кто знает, каких бы ещё высот удалось бы достичь этому учебному заведению, если бы не Великая Отечественная война.

Подводя итоги, следует отметить, что своеобразие конкретных социально-экономических и политических условий, в которых находилась система образования Беларуси в исследуемый период, в решающей мере определяло как само функционирование системы высшего педагогического образования, так и направление её последующего развития. Витебский педагогический институт в этой системе занимал одну из ключевых позиций. За исследуемый период времени институт подготовил более двух тысяч высококвалифицированных специалистов. К работе в нём были привлечены лучшие научные силы города. За это время Витебский институт превратился не только в один из центров образования в БССР, но и в один из культурных и идейно-политических центров Республики.

Список использованных источников:

1. ГАВО, ф. 204, оп. 1, д. 10
2. ГАВО, ф. 204, оп. 1, д. 180
3. История Витебского государственного педагогического института: 1918 – 1973 год. – Витебск, 1996. – 232 с.
4. ГАВО: ф. 204, оп. 1, д. 258

ДИНАМИКА СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Василец В.В.

Учреждение образования «Полесский государственный университет»

г. Пинск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Врублевский Е.П. доктор пед. наук, профессор

Research data, using the results of which it was presupposed that young track-and-field athletes' training program modelling should be based on the differential approach to the track-and-field athletes and their potential evaluation during a number of years, are given in the article.

Initially, the coach cannot direct his attention toward the group of the strongest sportsmen. Great reserves one should seek among sportsmen, who do not demonstrate special physical abilities and significant results during the first two years.

В последние годы методика физического воспитания, основанная только на возрастных особенностях «среднего» школьника, оказалась недостаточно эффективной. В связи с этим была выдвинута идея дифференцированного физического воспитания, т.е. использование методики, которая учитывает как общевозрастные, так и индивидуальные возможности сходных по уровню физического развития и физической подготовленности групп детей.

Цель работы – дифференцированное построение тренировочных программ юных спринтеров, направленных на развитие их скоростно-силовых способностей.

Методы исследования: анализ специальной литературы, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, математико-статистическая обработка полученных результатов.

В исследовании приняло участие 12 юношей, занимающихся легкой атлетикой и находившихся под наблюдением на протяжении 30 месяцев. Педагогическое тестирование проводилось ежемесячно. Определялось время пробега дистанции 15 м, челночного бега 6×20 м и результаты в прыжках в длину и тройном с места.

Экспериментальная группа была условно разделена на три подгруппы: «сильные» (А) - средний арифметический результат плюс две сигмы ($\bar{X} + 2\sigma$), «средние» (В) - показатель среднего результата ($\bar{X}$) и $\pm$ сигма (σ), и «слабые» (С) - $\bar{X} - 2\sigma$. По сигмальному отклонению четыре участника эксперимента отнесены к «сильной» группе, пять к «средней» группе и три занимающихся – к «слабой».

Под влиянием целенаправленной тренировочной работы на начальном этапе подготовки выявлены характерные изменения в уровне скоростно-силовой подготовки школьников 9-12 лет. На протяжении эксперимента наблюдается равномерный прирост средних показателей, характеризующих скоростно-силовую подготовленность. Темпы прироста в исследуемых упражнениях на протяжении двух с половиной лет представлены в таблице 1.

Таблица 1. Результаты тестирования экспериментальной группы по годам исследования

Возраст, лет Время тестирования	Бег 15 м с н/с		Челночный бег 6×20м		Прыжок в длину с места		Тройной прыжок с места	
	с	прирост (%)	с	прирост (%)	см	прирост (%)	см	прирост (%)
9 лет (октябрь 2007 г.)	3,59±0,12	–	33,0±1,3	–	156±13	–	460±18	–
10 лет (октябрь 2007 г.)	3,44±0,12	<u>4,4</u>	31,2±1,0	<u>6,0</u>	181±9	<u>15,4</u>	500±18	<u>8,4</u>
11 лет (октябрь 2008 г.)	3,28±0,15	<u>4,8</u>	29,4±1,4	<u>6,1</u>	195±16	<u>7,7</u>	536±33	<u>7,0</u>
12 лет (март 2010 г.)	3,24±0,17	1,2	28,7±1,2	2,4	204±17	<u>4,6</u>	571±21	<u>6,5</u>

С ростом скоростно-силовой подготовленности в значительной степени совершенствуется способность к ее реализации в технически сложных упражнениях, в частности, в тройном прыжке с места. Из трех групп, самые большие темпы прироста за период эксперимента были в группе В. В прыжковых видах эти спортсмены приблизились, а в некоторых случаях и сравнялись по результатам с группой А. Это свидетельствует о том, что занимающиеся, имеющие средний уровень одаренности и продолжающие развивать скоростно-силовые показатели, только через 2,5 года реализуют свои потенциальные возможности в отдельных упражнениях.

Таким образом, тренеру нельзя на начальном этапе ориентироваться только на группу сильнейших юных спортсменов. Большие резервы следует искать в группе спортсменов, не выделяющихся в течение первых двух лет по своим физическим качествам и результатам в основном соревновательном упражнении.

Список использованных источников:

1. Лях, В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития / В.И. Лях. – М.: Терра-спорт, 2000. – 192 с.
2. Зеличенко, В.Б. Легкая атлетика: Критерии отбора / В.И. Лях, В.Г. Никитушкин, В.П. Туба. – М.: Терра-спорт, 2000. – 240 с.
3. Селуянов, В.Н. Определение одаренности и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с.