

Заключение. Занятия скандинавской ходьбой проводимые в клубном доме для людей с психическими расстройствами положительно влияют на их эмоциональное состояние и могут рассматриваться в числе эффективных средств коррекции поведенческих проблем данного контингента.

1. Зборовский, К.Э. Клубный дом – модель социальной службы для людей с психическими заболеваниями: Практическое пособие / К.Э. Зборовский / Общественная организация «Белорусская ассоциация социальных работников». – Минск, 2013. – 156 с.
2. Лутошкин, А.Н. Эмоциональные потенциалы коллектива/ А.Н.Лутошкин. – М.: Педагогика, 1988. – 128 с.

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ ФУТБОЛИСТАМИ РАЗЛИЧНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА В ВОЗРАСТЕ 15–16 ЛЕТ

Петрович Ю.А.

студент 4 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Хлопцев В.А., доцент

Соревновательная деятельность в футболе определяет состав игровых приемов, выполняемых футболистами на поле [1]. Функциональные обязанности различных игровых амплуа предполагают, что при одинаковом составе технико-тактических действий количественные и качественные показатели будут отличаться. Следовательно, необходимо иметь модельные характеристики всех игровых приемов, соответствующих функциональным обязанностям спортсменов на поле. В литературе есть данные, которые определяют состав основных технико-тактических действий различных игровых амплуа [2], и только для высококвалифицированных спортсменов составлены трехуровневые оценочные шкалы, дающие представление о количественных и качественных модельных характеристиках, применяемых в игре [3].

Цель исследования – анализ результативности технико-тактических действий, выполняемых футболистами различных игровых амплуа в возрасте 15 – 16 лет.

Материал и методы. В качестве материалов исследования использовались видеозаписи матчей футбольных команд 15 – 16 лет г. Витебска и Республики Беларусь, протоколы матчей футболистов 15 – 16 лет. При этом были использованы следующие методы: педагогическое наблюдение, обще логические методы (анализ, синтез, обобщение), методы математической статистики.

Результаты и их обсуждение. Педагогические наблюдения осуществлялись за соревновательной деятельностью футболистов 15-16 лет. Данная возрастная группа заканчивает этап спортивной специализации. Дальнейшее их обучение будет вестись в группах спортивного совершенствования, а некоторые игроки будут привлекаться в дублирующие составы команды профессиональных клубов. Этим и объясняется интерес выбранного возраста для исследования. Всего было проанализировано 50 матчей футболистов 15 – 16 лет различного уровня с применением протокола графической записи технико-тактических действий.

После проведения педагогического наблюдения, протоколы обрабатывали с помощью прикладной компьютерной программы Statistica. Математической обработке подверглись по 24 протокола: правых защитников, свободных защитников, центральных защитников, левых защитников, правых полузащитников, центральных полузащитников, левых полузащитников, атакующих центральных полузащитников и 48 протоколов нападающих.

Таким образом, только отбор мяча и единоборства за мяч внизу взаимосвязаны с результативностью игры команды, независимо от игрового амплуа. Остальные технико-тактические действия имеют не достоверные корреляционные взаимосвязи в зависимости от игрового амплуа:

- короткие и средние передачи мяча назад и поперек – правый полузащитник, нападающий;
- короткие и средние передачи мяча вперед – центральный полузащитник, атакующий центральный полузащитник;
- передачи мяча «на ход» - свободный защитник, центральный защитник, правый полузащитник, центральный полузащитник, атакующий центральный полузащитник;
- длинные передачи мяча – правый полузащитник, атакующий центральный полузащитник, нападающий;

Таблица 1

Индивидуальные показатели технико-тактических действий при .

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ			ВОЗРАСТ (15-16 ЛЕТ)								
			пр.защ	св.защ	цен.защ	лев.защ	пр.п-защ	цен.п-защ	лев.п-защ	поднапад	напад
			х ± т	х ± т	х ± т	х ± т	х ± т	х ± т	х ± ш	х ± ш	х ± т
ПЕРЕДАЧИ											
Короткие и средние	назад и поперек	объем	4,1 ± 0,67	4,8 ± 0,85	7,7 ± 1,19	4,4 ± 0,82	9,1 ± 1,20	12,7 ± 1,65	11,3 ± 1,13	12,3 ± 0,84	9,9 ± 0,58
		брак	18,4 ± 0,17	22,4 ± 0,26	12,0 ± 0,18	15,1 ± 0,18	11,9 ± 0,23	13,1 ± 0,40	18,5 ± 0,31	6,8 ± 0,17	18,1 ± 0,25
	вперед	объем	12,1 ± 1,12	14,3 ± 0,60	14,3 ± 0,97	11,7 ± 1,20	8,6 ± 0,83	9,1 ± 0,59	8,4 ± 0,93	8,2 ± 0,91	4,5 ± 0,36
		брак	42,1 ± 0,50	32,0 ± 0,47	42,1 ± 0,43	34,3 ± 0,53	47,6 ± 0,55	30,3 ± 0,31	37,6 ± 0,46	40,8 ± 0,38	34,9 ± 0,18
на ход		объем	0,7 ± 0,18	0,3 ± 0,13	1,8 ± 0,39	0,8 ± 0,23	1,8 ± 0,32	6,0 ± 1,13	2,0 ± 0,33	2,4 ± 0,39	1,6 ± 0,22
		брак	37,5 ± 0,09	50,0 ± 0,08	45,5 ± 0,22	22,2 ± 0,08	18,2 ± 0,10	36,1 ± 0,50	37,5 ± 0,24	41,4 ± 0,24	26,3 ± 0,08
длинные		объем	3,2 ± 0,64	8,1 ± 0,91	2,2 ± 0,62	5,8 ± 0,84	0,7 ± 0,15	1,1 ± 0,20	0,7 ± 0,15	0,4 ± 0,10	0,4 ± 0,13
		брак	39,5 ± 0,21	38,1 ± 0,55	30,8 ± 0,29	35,7 ± 0,30	55,6 ± 0,13	23,1 ± 0,12	11,1 ± 0,06	60,0 ± 0,09	60,0 ± 0,06
прострелы		объем	1,3 ± 0,30	0,7 ± 0,40	1,8 ± 0,48	1,8 ± 0,50	6,5 ± 0,64	3,7 ± 0,52	5,2 ± 0,86	3,8 ± 0,83	3,3 ± 0,46
		брак	12,5 ± 0,08	75,0 ± 0,29	57,1 ± 0,43	47,6 ± 0,25	50,0 ± 0,54	38,6 ± 0,28	46,8 ± 0,51	60,9 ± 0,42	53,8 ± 0,26
ВЕДЕНИЕ		объем	6,7 ± 1,04	4,2 ± 0,52	10,5 ± 1,23	6,8 ± 1,00	16,1 ± 1,95	17,0 ± 1,27	16,7 ± 1,79	13,3 ± 1,29	13,0 ± 0,81
		брак	8,8 ± 0,18	4,0 ± 0,08	6,3 ± 0,16	7,4 ± 0,13	10,9 ± 0,21	6,4 ± 0,23	5,0 ± 0,19	8,1 ± 0,16	7,7 ± 0,17
ОБВОДКА		объем	1,3 ± 0,27	0,4 ± 0,13	4,0 ± 0,66	1,7 ± 0,48	8,4 ± 1,33	6,7 ± 1,04	7,7 ± 1,10	5,8 ± 0,72	7,4 ± 0,64
		брак	25,0 ± 0,18	60,0 ± 0,09	31,3 ± 0,38	35,0 ± 0,18	29,7 ± 0,48	31,3 ± 0,26	24,7 ± 0,28	35,7 ± 0,35	35,4 ± 0,35
ОТБОР		объем	7,7 ± 0,89	7,2 ± 0,53	8,6 ± 0,66	8,6 ± 1,10	5,8 ± 1,04	7,3 ± 1,30	3,6 ± 0,56	7,8 ± 1,57	3,3 ± 0,44
		брак	47,3 ± 0,57	34,9 ± 0,32	43,7 ± 0,55	34,0 ± 0,71	35,7 ± 0,44	47,7 ± 0,72	34,9 ± 0,34	38,7 ± 0,66	46,3 ± 0,18
ПЕРЕХВАТ		объем	12,7 ± 0,91	11,0 ± 0,75	11,9 ± 1,23	12,7 ± 1,10	7,3 ± 0,95	10,8 ± 0,74	4,4 ± 0,70	6,8 ± 0,57	2,6 ± 0,44
		брак	21,1 ± 0,46	11,4 ± 0,24	15,4 ± 0,32	17,8 ± 0,38	14,9 ± 0,20	20,2 ± 0,27	26,4 ± 0,28	15,9 ± 0,18	25,8 ± 0,15
ЕДИНО БОРСТВА	внизу	объем	2,8 ± 0,44	0,8 ± 0,9	1,8 ± 0,32	1,5 ± 0,28	2,3 ± 0,32	2,2 ± 0,35	1,4 ± 0,25	2,8 ± 0,32	4,5 ± 0,46
		брак	23,5 ± 0,13	44,4 ± 0,10	13,6 ± 0,09	22,2 ± 0,13	33,3 ± 0,15	26,9 ± 0,18	41,2 ± 0,16	44,1 ± 0,23	33,9 ± 0,23
	вверху	объем	3,8 ± 0,47	1,3 ± 0,23	3,3 ± 0,46	2,3 ± 0,37	2,1 ± 0,20	2,7 ± 0,53	2,1 ± 0,38	3,7 ± 0,48	4,7 ± 0,39
		брак	28,9 ± 0,23	25,0 ± 0,10	15,0 ± 0,13	22,2 ± 0,13	32,0 ± 0,16	36,4 ± 0,23	32,0 ± 0,20	25,0 ± 0,13	46,9 ± 0,26
ИГРА ГОЛОВОЙ		объем	1,5 ± 0,22	1,7 ± 0,27	3,0 ± 0,41	1,4 ± 0,23	1,6 ± 0,30	2,3 ± 0,40	1,6 ± 0,33	2,4 ± 0,33	2,5 ± 0,28
		брак	11,1 ± 0,08	40,0 ± 0,20	16,7 ± 0,16	11,8 ± 0,08	26,3 ± 0,10	33,3 ± 0,17	31,6 ± 0,13	20,7 ± 0,16	41,7 ± 0,13
УДАРЫ В ВОРОТА	головой	объем	0,3 ± 0,17	0,0 ± 0,00	0,1 ± 0,06	0,1 ± 0,06	0,2 ± 0,08	0,0 ± 0,00	0,5 ± 0,13	0,3 ± 0,17	0,5 ± 0,10
		брак	66,7 ± 0,12	0,0 ± 0,00	0,0 ± 0,00	0,0 ± 0,00	50,0 ± 0,06	0,0 ± 0,00	50,0 ± 0,12	33,3 ± 0,06	36,4 ± 0,07
	ногой	объем	0,3 ± 0,17	0,1 ± 0,06	1,3 ± 0,27	0,8 ± 0,21	1,6 ± 0,40	2,7 ± 0,25	3,0 ± 0,61	2,5 ± 0,51	2,4 ± 0,30
		брак	58,6 ± 0,17	0,0 ± 0,00	68,8 ± 0,13	55,6 ± 0,18	57,9 ± 0,22	46,9 ± 0,19	63,9 ± 0,36	46,7 ± 0,24	48,3 ± 0,17
ПОТЕРИ		объем	1,3 ± 0,24	0,3 ± 0,10	1,8 ± 0,40	1,1 ± 0,23	3,0 ± 0,50	2,6 ± 0,30	3,4 ± 0,43	3,2 ± 0,36	5,1 ± 0,41
ВСЕГО ЗА ИГРУ		объем	59,6 ± 2,60	55,2 ± 1,60	74,0 ± 4,18	61,2 ± 3,27	75,0 ± 5,56	86,8 ± 5,19	72,0 ± 4,45	75,8 ± 3,94	65,8 ± 2,58
		брак	30,8 ± 1,07	27,6 ± 1,41	28,2 ± 1,31	27,0 ± 1,55	29,9 ± 1,27	26,8 ± 1,69	29,2 ± 1,43	29,2 ± 1,23	34,7 ± 0,85

- прострельные и навесные передачи мяча в штрафную площадь соперника – левый полузащитник;
- ведение мяча – правый полузащитник;
- обводка соперника - правый защитник, центральный защитник, левый полузащитник;
- перехват мяча – правый полузащитник;
- единоборства за мяч вверху - правый защитник, свободный защитник, правый полузащитник, центральный полузащитник, левый полузащитник, нападающий;
- игра головой - нападающий;
- удары по воротам головой – правый защитник, свободный защитник, центральный защитник, центральный полузащитник;
- удары по воротам ногой – свободный защитник, центральный полузащитник;
- потери мяча при его остановке – центральный полузащитник.

Заключение. Проведенное исследование позволило определить состав ведущих игровых приемов, характеризующих игру футболистов различных игровых амплуа в возрасте 15-16 лет. Установлен количественный и качественный состав технико-тактических действий спортсменов, имеющих различные функциональные обязанности на футбольном поле. Выявлены особенности применения того или иного игрового приема игроками в зависимости от расположения футболистов на поле. Выявлены технико-тактические действия для каждого игрового амплуа, взаимосвязанные с результативностью игры команды.

1. Люкшинов, Н. М. Формирование модельных характеристик соревновательной деятельности футболистов на основе анализа игр чемпионатов мира и первенства СССР: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н. М. Люкшинов. – Л., 1989. – 21 с.
2. Суворов, В. В. Методы регистрации соревновательной деятельности футболистов: учебно-методическое пособие / В. В. Суворов. – Краснодар, 2000. – 45 с.
3. Сучилин, А. А. Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола: дис. ... д-ра пед. наук в форме научного доклада / А. А. Сучилин. – Волгоград, 1997. – 78 с.

NIKE RUNNING CLUB (NRC) – ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ

Петушкова М.К.¹, Ткачев С.О.²

*студенты ¹3 курса, ²2 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Прохоров Ю.М., канд. пед. наук, доцент*

Все меньше времени люди уделяют здоровью в наше время. Постоянная занятость, стрессы, перекусы на ходу – все это пагубно влияет как на физическое, так и на духовное состояние человека. Молодой организм не замечает существенного воздействия на системы жизнеобеспечения и функционирует в условиях перегрузки. В таких условиях важным является система мер активного отдыха, позволяющая эффективно снимать психофизическое утомление, восстанавливая резервные возможности организма.

Мудрая природа в ходе эволюции запрограммировала для организма человека высокую надежность и прочность, рассчитанную, по оценкам специалистов, не менее чем на 120–150 лет здоровой жизни. Однако реализовать эту программу совсем не просто. Этому мешают чаще всего нежелательные отклонения, происходящие в сердечно-сосудистой системе. Низкий уровень образовательной культуры в области физической культуры основной массы студенческой молодежи опосредует необходимость постоянной корректировки программы самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за физической нагрузкой и выбора оптимальных средств воздействия на организм человека. Существует немало средств укрепления сердечно-сосудистой системы, но наиболее просты и доступны ходьба и оздоровительный бег.

Цель исследования – изучить технические возможности мобильных приложений для iPhone как методического инструктора физической тренировки.

Материал и методы. Современный телефон заменяет компьютер, планшет, молодежь пользуется гаджетами, которые имеют разноплановые приложения, расширяя образовательный спектр и возможности грамотного применения действий пользователя. На наш взгляд, приложения по методике организации занятий физических упражнений не отличаются оригинальным дизайном или удобством использования. Разработчики не акцентируют на этом внимание, сосредоточив внимание на оказании инструктивно методической помощи.

Методы исследования – теоретический анализ специальной литературы; изучение техни-