

75
3-63

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

109
2/8

На правах рукописи

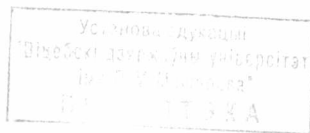


ЗИНЧЕНКО ОЛЬГА ЮРЬЕВНА

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ МЕТОДИКА ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕННИСИСТОВ СЕМИЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ УЧЕТА ИХ ДВИГАТЕЛЬНОГО ВОЗРАСТА

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Автореферат
диссертации на соискание учёной степени
кандидата педагогических наук



Хабаровск
2006

75. 57220031
3-63

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

Работа выполнена в Федеральном государственном образовательном
учреждении высшего профессионального образования
«Дальневосточная государственная академия физической культуры»
на кафедре «Теория и методика лыжного спорта»

Научный руководитель
доктор педагогических наук, профессор Каргаполов Валерий Павлович

Официальные оппоненты:
доктор педагогических наук, профессор Печенюк Анатолий Михайлович
кандидат педагогических наук, доцент Щетинина Светлана Юрьевна

Ведущая организация: Федеральное государственное образовательное
учреждение высшего профессионального образования «Дальневосточная го-
сударственная социально-гуманитарная академия» (г. Биробиджан)

Защита состоится «29» ноября 2006 года в 16.00. часов на заседании
диссертационного совета К 311.004.01 при ФГОУ ВПО «Дальневосточная го-
сударственная академия физической культуры» по адресу: 680028, г. Хаба-
ровск, Амурский бульвар, 1.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГОУ ВПО
«Дальневосточная государственная академия физической культуры»

Автореферат разослан «29» октября 2006 г.



Учёный секретарь
диссертационного совета

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'В. Г. Тютюков'.

Тютюков В. Г.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

3

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Высокий уровень спортивных достижений в современном теннисе ставит задачу изыскания резервных возможностей в учебно-тренировочном процессе на всем его многолетнем протяжении (С.Л. Белиц-Гейман, 1977, 1988; А.П. Скородумова, 1977, 1984; И.В. Всеволодов, 1979; Т.С. Иванова, 1979, 1986, 1988, 1993, 2000; И.Ш. Тучашвили, 1995; Л.С. Зайцева, 2004).

Большая сложность соревновательной деятельности теннисиста предъявляет повышенные требования ко всем сторонам подготовленности спортсмена. Теннисист, действуя в условиях постоянного единоборства, находясь в нестандартных ситуациях и состоянии оценки динамического развития таких ситуаций при имеющемся стабильном дефиците времени, должен оперативно и эффективно решать возникающие сложные технические и тактические задачи, которые реализуются, в основном, через моторную деятельность спортсмена (В.П. Губа, Ш.А. Тарпищев, А.Б. Самойлов, 2003).

В современном теннисе необходимо быстро и свободно передвигаться по площадке, выполнять мощные точные удары. Длительное участие в соревнованиях, в которых иные матчи продолжаются более трёх часов, требует высокого уровня функциональных возможностей организма и совершенного развития физических качеств. Теннисист не может достигнуть успехов только за счёт хорошей игры на площадке. Необходимо сочетание технической, тактической, физической и морально-волевой подготовки. В связи с этим, весьма значимыми становятся вопросы изучения соотношения видов подготовленности.

Между тем, нерешенными остаются задачи дифференцированного использования средств общей и специальной подготовки на начальном этапе обучения теннисистов. Как правило, большинство тренеров при планировании учебно-тренировочного процесса с начинающими теннисистами, не учитывают накопленный двигательный опыт детей. В связи

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

с этим возникают проблемы организационного, психологического характера и др., что в свою очередь, негативно отражается на результативности всего процесса подготовки.

Все вышесказанное обуславливает актуальность исследования.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс юных теннисистов.

Предмет исследования – средства общей и специальной подготовки юных теннисистов.

Цель исследования: совершенствование методики дифференцированного использования средств общей и специальной подготовки юных теннисистов на основе учета их двигательного опыта.

Гипотеза. Предполагалось, что применение дифференцированной методики общей и специальной подготовки юных теннисистов, учитывающей их двигательный опыт, позволит оптимизировать учебно-тренировочный процесс, что положительно отразится на изменении показателей физической и технико-тактической подготовленности занимающихся.

Задачи исследования:

1. Определить двигательный опыт детей, занимающихся теннисом, на начальном этапе подготовки.
2. Выявить взаимосвязь двигательного опыта с показателями физической и технико-тактической подготовленности юных теннисистов.
3. Разработать и экспериментально обосновать эффективность дифференцированной методики общей и специальной подготовки теннисистов семилетнего возраста, учитывающей их двигательный опыт.

Теоретико - методической основой исследования явились: теория спортивной тренировки (С.Л. Белиц-Гейман, Ю.В. Верхошанский, Л.П. Матвеев, Н.Г. Озолин, В.П. Платонов, А.П. Скородумова), концепция развития специальных способностей (Л.С. Выготский, В.М. Зациорский, Ж. Пиаже, А.Ц. Пуни, А.В. Родионов, С.Л. Рубинштейн, П.А. Рудик, Б.М.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

5

Теплов, В.Д. Шадриков); теория формирования двигательных навыков (Н.А. Бернштейн, М.М. Боген, И.П. Ратов, В.С. Фарфель).

Методы исследования: анализ литературных источников, нормативных материалов и текущей учебной документации; опрос (анкетирование); тестирование; педагогические наблюдения; экспертная оценка; анализ видеозаписей; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Организация исследования. Исследование осуществлялось на базе «Региональной школы тенниса» в г. Хабаровске с сентября 2000 года по март 2006 года в три этапа.

На первом этапе исследования (2000-2001) был осуществлен анализ литературных источников по интересующим автора аспектам изучаемой проблемы. Также было дано обоснование актуальности избранной темы, определены цель, задачи и методы исследования, изучена степень разработанности интересующей нас проблемы.

На втором этапе (май 2002- май 2005), с целью обоснования необходимости дифференцированного использования средств общей и специальной подготовки юных теннисистов на основе учета их двигательного опыта проводились следующие исследования:

- изучены особенности построения учебно-тренировочного процесса юных теннисистов и формирования системы двигательных навыков у детей семилетнего возраста;
- проведены педагогические наблюдения за учебно-тренировочным процессом юных теннисистов;
- проведен опрос, в котором приняло участие 25 тренеров по теннису, 60 детей, занимающихся теннисом и 60 родителей;
- разработана шкала оценки двигательного опыта юных теннисистов;
- определен двигательный опыт детей, начинающих заниматься теннисом и выявлена его взаимосвязь с показателями физической и технико-тактической подготовленности.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

На третьем этапе была разработана дифференцированная методика общей и специальной подготовки теннисистов семилетнего возраста на основе учета их двигательного опыта. Для обоснования эффективности разработанной методики был проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участия 40 детей (20 мальчиков и 20 девочек), средний возраст 7 лет. Затем, методом случайной выборки, они были поделены на контрольную и экспериментальную группы. Группы были равнозначными по показателям физической и технической подготовленности. В экспериментальной группе, в отличие от контрольной, средства общей и специальной подготовки подбирались с учетом двигательного опыта занимающихся.

На четвертом этапе (июнь 2005- март 2006) осуществлялся анализ результатов исследования.

Научная новизна выполненных исследований состоит в следующем:

- разработана методика определения двигательного опыта детей, начинающих заниматься теннисом;
- выявлена взаимосвязь двигательного опыта с показателями физической и технико-тактической подготовленности юных теннисистов;
- разработана дифференцированная методика общей и специальной подготовки теннисистов семилетнего возраста, учитывающая их двигательный опыт.

Теоретическая значимость исследования заключается в дополнении теории спортивной тренировки положениями о способах повышения эффективности учебно-тренировочного процесса юных теннисистов путем дифференцированного использования средств общей и специальной подготовки.

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработанная дифференцированная методика общей и специальной подготовки юных теннисистов на основе их двигательного опыта позволяет положительно воздействовать на показатели физической и технико-тактической подготовленности юных теннисистов.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

Результаты диссертационного исследования могут быть использованы в виде методических рекомендаций в специализированных детско-юношеских спортивных школах по теннису.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Двигательный опыт детей семилетнего возраста тесно взаимосвязан с уровнем физической и технико-тактической подготовленности и определяет их дальнейшие спортивные перспективы в теннисе.

2. Дифференцированная методика общей и специальной подготовки теннисистов семилетнего возраста, учитывающая их двигательный опыт, позволяет оптимизировать учебно-тренировочный процесс и улучшить показатели физической и технико-тактической подготовленности занимающихся.

Объем и структура диссертации. Диссертационная работа изложена на 152 страницах, состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций; библиографического списка, включающего 191 источник, из них 6 – на иностранном языке. Текст иллюстрирован 8 таблицами, 18 рисунками и дополнен 8 приложениями.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Определение двигательного опыта детей, занимающихся теннисом, на начальном этапе подготовки

Исходя из анализа научно-методической литературы, под двигательным опытом (ДО) ребенка мы понимаем комплекс его двигательных умений и навыков, отнесенных к разным видам спорта, в том числе и простые двигательные локомоции, сформированные как в процессе организованных занятий физической культурой и спортом, так и в процессе самостоятельной двигательной активности.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

4. В построении отдельного тренировочного занятия дифференцированный подход целесообразно применять в подготовительной и основной частях, где детям, разделенным на три группы (высокий, средний и низкий уровень ДО), даются однотипные, но модифицированные упражнения, имеющие либо более общую, либо более специализированную направленность, в зависимости от уровня ДО. Каждый ребенок должен быть осведомлен, к какой группе он относится, причем, делать это нужно в корректной форме: ребенку говорится не о высоком, среднем и низком уровне, а о первой, второй и третьей группах.

5. Помимо дифференцирования в применении средств общей и специальной подготовки должен применяться индивидуальный подход в обучении техническим элементам, причем, не только в рамках показа и контроля, но и в последовательности обучения приемам, а также времени разучивания каждого движения.

Список работ, опубликованных по теме диссертации

1. Зинченко, О.Ю. 21 занятие по теннису [Текст]: Учебно-методическое пособие /О.Ю. Зинченко. – Хабаровск: Издательство ХГПИУ, 2003. – 48 с. – Заказ № 362.
2. Зинченко, О.Ю. Методика развития скоростно-силовых качеств у теннисистов [Текст]/ О.Ю. Зинченко// Проблемы физической культуры, спорта и здоровья на Дальнем Востоке. Выпуск № 4. – Хабаровск, 2002. – С. 81-84. – ISBN 5 – 87155 – 032 – 0.
3. Зинченко, О.Ю. Возрастные особенности развития скоростных и скоростно-силовых качеств теннисистов [Текст] / О.Ю. Зинченко, А.В. Хотимченко // Проблемы физической культуры, спорта и здоровья на Дальнем Востоке. Выпуск № 5. – Хабаровск, 2003. – С. 36-39. – ISBN 5 – 8028 – 0027 – 5.