

5/27

А

На правах рукописи

**Абрамова Светлана Александровна**

**НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ПРЫЖКА С ШЕСТОМ  
НА ОСНОВЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
МЫСЛИТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ**

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

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Москва - 2005

А

Работа выполнена в центре развития и информационно-аналитического обеспечения спорта Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры и спорта

<b>Научный руководитель:</b>	доктор педагогических наук, профессор Шустин Борис Николаевич
<b>Официальные оппоненты:</b>	доктор педагогических наук, профессор, Неверкович Сергей Дмитриевич кандидат педагогических наук, доцент Мироненко Игорь Николаевич
<b>Ведущая организация:</b>	Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

Защита диссертации состоится «29» декабря 2005 г. в 14<sup>30</sup> часов на заседании диссертационного совета Д.311.002.02. при Всероссийском научно-исследовательском институте физической культуры и спорта по адресу: 105005, г. Москва, Елизаветинский пер., д.10.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры и спорта.

Автореферат разослан 28 ноября 2005 г.



Ученый секретарь  
диссертационного совета

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Л.В. Тарасова'.

Тарасова Л.В.

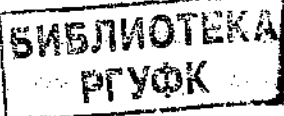
## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность.** Одной из важных проблем подготовки юных спортсменов в видах спорта со сложной координацией двигательных действий является своевременное и качественное овладение сложными двигательными навыками, исключающее необходимость дальнейшего переучивания. Решение вопроса о повышении качественного аспекта тренировочного процесса необходимо осуществлять за счет целенаправленного использования в обучении и дальнейшей подготовке тех внутренних резервов, которые позволят минимизировать физическую нагрузку на организм юного спортсмена, не снизив при этом эффективность тренировочного процесса.

В литературе по теории и методике детского и юношеского спорта неоднократно подчеркивалась необходимость использования индивидуальных форм подготовки, с учетом типоспецифических особенностей детей и подростков (М.Я.Набатникова, 1983, 1989; В.П.Филин, 1987, 1990; П.В.Квашук, 2003; В.Г.Никитушкин, П.В.Квашук, В.Г.Бауэр, 2005 и др.). Среди факторов, определяющих спортивную результативность на этапе начальной подготовки и начальной спортивной специализации можно выделить морфологические, энергетические, технико-тактические и личностно-психические. Вместе с тем, роли мыслительных процессов при формировании двигательного навыка в методических рекомендациях уделяется недостаточное внимание. В этой связи важной научной задачей представляется выявление возможности целенаправленного использования в процессе обучения мыслительной активности самих спортсменов.

**Цель исследования** - повышение эффективности технической подготовки юных прыгунов с шестом посредством стимулирования их мыслительной активности.

**Объект исследования.** Учебно-тренировочный процесс юных легкоатлетов на этапе начальной подготовки.



**Предмет исследования.** Обучение технике прыжка с шестом на основе целенаправленного использования мыслительной активности юных спортсменов.

**Научная гипотеза.** Предполагается, что целенаправленное использование мыслительной активности юных легкоатлетов в ходе начального обучения технике прыжка с шестом будет способствовать формированию осознаваемого ментального образа разучиваемого упражнения, который определяет последовательность, пространственные и временные характеристики составляющих его двигательных актов, что в целом будет способствовать повышению эффективности технической подготовки.

**Задачи исследования.**

- определить физиологические и психологические особенности формирования двигательного навыка прыжка с шестом у юных легкоатлетов на этапе начальной подготовки;
- разработать критерии технической подготовленности юных прыгунов с шестом;
- разработать и экспериментально обосновать методику обучения технике прыжка с шестом на основе стимулирования мыслительной активности юных спортсменов.

**Методы исследования:** анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, педагогические наблюдения, педагогические контрольные испытания (тесты), инструментальные методы, психологическое тестирование, анкетирование, методы математической статистики.

**Организация исследования.** Исследования проводились в период с ноября 2001г. по февраль 2005г. В них принимали участие юные легкоатлеты начального этапа подготовки, специализирующиеся в прыжках с шестом. Экспериментальные исследования проводились на базе СДЮШОР №10 по легкой атлетике г.Москвы.

На первом этапе (2001-2002 гг.) были выявлены основные направления исследования; проведено изучение отечественных и зарубежных литературных



источников, посвященных педагогическому и психологическому аспектам процесса формирования двигательного навыка, особенностям пубертатного периода; а также анализ методических рекомендаций по организации процесса обучения прыжку с шестом и критериям отбора юных спортсменов. Исходя из цели и задач исследования, была разработана экспериментальная методика обучения технике прыжка с шестом, а также составлены анкеты для опроса юных спортсменов.

На втором этапе (сентябрь 2002 г. по февраль 2005 г.) был проведен педагогический эксперимент с участием юных прыгуний с шестом, находящихся на этапе начальной спортивной подготовки, по окончании которого были проведены педагогические и психологические тестирования, анкетирование спортсменов.

На заключительном этапе (февраль 2005 г. по апрель 2005 г.) были подведены итоги педагогического эксперимента. Весь собранный материал был обобщен и проанализирован.

#### **Научная новизна.**

- установлена взаимосвязь характеристик мыслительной активности юных легкоатлетов, специализирующихся в прыжке с шестом, со степенью овладения двигательным навыком;
- разработаны критерии технической подготовленности на основе коэффициента технической эффективности, включающего оценку двигательного потенциала спортсменок и степени технического мастерства;
- выявлена эффективность использования методики, основанной на мыслительной активности, для формирования индивидуального стиля деятельности и повышения уровня технической подготовленности юных прыгуний с шестом.

**Теоретическая значимость** результатов исследования заключается в обосновании рациональности целенаправленного использования мыслительной активности юных легкоатлетов в целях повышения эффективности начального обучения сложным спортивным двигательным действиям.