

На правах рукописи



Мирошина Елена Николаевна

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЕКТИРОВАНИЯ И ПОСТРОЕНИЯ
НАЧАЛЬНОГО БАЗОВО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ЭТАПА
В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА
/на примере лыжных гонок/**

**«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 - 2007

А
Работа выполнена на кафедре теоретико-методических основ физической культуры и спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма

Научный руководитель – доктор педагогических наук, профессор
ХОЛОДОВ Жорж Константинович

Официальные оппоненты: д.п.н., профессор Чепик Виктор Данилович
к.п.н., доцент Лапицкая Елена Михайловна

Ведущая организация: Московская государственная академия
физической культуры

Защита состоится 20 марта 2007 г. в 13.00 часов на заседании диссертационного совета К.311.003.01 при Российском государственном университете физической культуры, спорта и туризма по адресу: 105122 Москва, Сиреневый бульвар, 4, ауд. 603.



T000005103

ЦОБ по ФКиС
РГАФК

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке
Российского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма

Автореферат разослан « _____ » _____ 2007 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета

Чеботарева И.В.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность и проблематика исследования. Проблема научного обоснования построения спортивной подготовки детей и подростков актуальна с момента зарождения спорта. Основы теории и методики юношеского спорта заложены в научных трудах П.Ф. Лесгафта, В.В. Гориневского, большого числа их соратников и последователей. П.Ф. Лесгафт явился инициатором разработки системы физического воспитания подрастающего поколения, основанной на всестороннем воспитании, учитывающей возрастные, анатомо-физиологические и психические особенности детей. В разработку системы подготовки юных спортсменов весомый вклад внесли работы М.Я. Набатниковой, В.П. Филина, Н.Ж. Булгаковой, Л.В. Волкова, В.Г. Никитушкина, Н.Г. Озолина, В.Н. Платонова и многих др. специалистов.

5103
Анализ литературно-документальных источников показал, что одной из острых дискуссионных проблем в современном детско-юношеском спорте остается «ранняя спортивная специализация». По мнению отдельных авторов, ранняя спортивная специализация часто приводит к преждевременному прекращению занятий. Кроме того, одной из существенных причин раннего ухода юных спортсменов из сферы с юрта являются трудности совмещения занятий спортом и учебой, трудности поддержания спортивного режима, монотонность тренировочной деятельности, особенно характерная для представителей циклических видов спорта (Булгакова Н.Ж., 1986). Проблема оптимизации построения тренировки на начальном базово-подготовительном этапе всегда волновала специалистов и решалась в практике с той или иной степенью успешности. Как показывают многочисленные исследования, в практике подготовки юных спортсменов преобладают традиционные подходы к построению тренировочно-соревновательных циклов, во многом схожие с подготовкой взрослых спортсменов, а именно на основе периодизации с делением на периоды и этапы подготовки. Несколько иные подходы к структуре и содержанию годичных циклов подготовки юных спортсменов в игровых видах спорта и в единоборствах предложены в работах В.М. Корягина и В.А. Боженара, предлагающих строить работу с юными спортсменами в форме тренировочно-соревновательных комплексов (ТСК), Карнаухова Г.З. и Сахаровой М.В. - по типу преемственных околোগодичных тренировочных модулей.

Отсутствие собственно соревновательной деятельности на этапе начальной базовой подготовки, преимущественно тренировочная работа по обучению и воспитанию, предполагает поиск различных вариантов содержания и связанной с ней структуры учебно-тренировочного процесса. Эта причина обуславливала неоднократные попытки специалистов разработать оптимальные для каждой из групп видов спорта структурно-содержательные компоненты подготовки юных спортсменов. Таким образом, возникает проблемная ситуация, когда, с одной стороны, существует совершенно четкое представление о роли и значимости этапа начальной базовой подготовки, типичных задачах, решаемых в нем - независимо от принадлежности к той или иной типологической группе видов спорта, о технологии проектирования тех или иных компонентов многолетней подготовки спортсменов, а с другой – дефицит системных представлений о структурно-содержательном обеспечении начального базово-подготовительного этапа в циклических видах спорта в аспекте особой значимости для дальнейшего развертывания полноценной специализированной работы на последующих этапах.

Объект исследования: Структурно-содержательные основы подготовки юных спортсменов в циклических видах спорта на начальном базово-подготовительном этапе.

Предмет исследования: варианты структурного и процессуально-содержательного обеспечения учебно-тренировочного процесса на начальном базово-подготовительном этапе, как основа дальнейшей специализированной подготовки юных спортсменов в циклических видах спорта, и условия их полноценного развертывания, в аспекте оптимизации совмещенной учебной и спортивной деятельности юных спортсменов.

Гипотеза исследования состояла в предположении о том, что сложившиеся в теории и методике спорта подходы и современные технологии, применяемые в практике спортивной подготовки, дают отправные основания для определения общих ориентиров к разработке проекта начального базово-подготовительного этапа. Определение вариантов целесообразной структуры и связанного с ней содержания тренировочной работы в каждом году этапа, а также оптимизация характера взаимодействия учебной и спортивной деятельности юных спортсменов позволят эффективнее решать задачи этапа и обеспечить его действенное значение для целост-

ной системы многолетней подготовки.

Цель настоящего исследования: Определить теоретико-методические основы проектирования и построения структуры и содержания подготовки юных спортсменов и ее процессуального развертывания в циклических видах спорта на начальном базово-подготовительном этапе.

Задачи исследования:

1. Выявить теоретико-методические основания к предварительному проектированию и дальнейшему построению проекта подготовки юных спортсменов циклических видов спорта на начальном базово-подготовительном этапе.
2. Разработать структуру и принципиальную схему преимущественной направленности тренировочной работы на этапе начальной базовой подготовки юных спортсменов в лыжных гонках.
3. Разработать содержательные и процессуальные основы подготовки юных спортсменов в циклических видах спорта на начальном базово-подготовительном этапе и конкретизировать соотношение основных параметров нагрузки по каждому году обучения.
4. Выявить возможности оптимизации взаимоотношений и взаимовлияния двух видов деятельности юных спортсменов (учебной и спортивной) для двустороннего повышения качества спортивной подготовки и обучения в общеобразовательной школе на основе учета динамики работоспособности и создания условий для организации целесообразного спортивного режима дня младшего школьника.
5. Разработать практические рекомендации по подготовке юных спортсменов на начальном базово-подготовительном этапе в циклических видах спорта.

Методологической основой исследования являются труды по теории и методике спортивной тренировки Л.П. Матвеева, Ж.К. Холодова, В.Н. Платонова, В.Д. Мазниченко, В.П. Филина; по методологии проектирования Ж.К. Холодова, М.В. Сахаровой; по модульному обучению А.Г. Баталова, М.В. Сахаровой, Г.З. Карнаухова, обучению двигательным действиям М.М. Богена, В.И. Ляха.

Методы исследования: анализ и обобщение отечественных и зарубежных литературно-документальных источников по проблематике исследования; методы педагогических наблюдений; опросные методы; методы теоретического моделирования; естественный педагогический эксперимент; оценочно-диагностические ме-