

УДК 796.966

**Особенности воспитания координационных
способностей у хоккеистов на этапе начальной
специализации**

И.Д. Курдин , С.В. Барков

ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта» г. Смоленск

Аннотация: Умение координировать свои действия, хорошо ориентироваться в сложной игровой обстановке, быстро принимать решения, точно и рационально выполнять соответствующие действия - основы успешного ведения соревновательной деятельности и достижения высоких спортивных результатов в хоккее.

Ключевые слова: хоккей, этап начальной специализации, детско-юношеский спорт.

Актуальность исследования. Хоккей с шайбой - один из сложно-координационных видов спорта, где для достижения максимального спортивного результата необходим высокий уровень развития различных координационных способностей. Умение координировать свои действия, хорошо ориентироваться в сложной игровой обстановке, быстро принимать решения, точно и рационально выполнять соответствующие действия - основы успешного ведения соревновательной деятельности и достижения высоких спортивных результатов в хоккее.

Цель исследования - теоретически и экспериментально обосновать методику развития координационных способностей юных хоккеистов 8-9 лет на начальном этапе подготовки.

Объектом исследования выбран тренировочный процесс, направленный на развитие базовых координационных способностей детей, занимающихся хоккеем.

Предметом исследования является методика развития базовых координационных способностей юных хоккеистов 8-9 лет на начальном этапе

Гипотеза исследования. Предполагалось, что изучив возрастные закономерности и уровень развития базовых видов координационных способностей у хоккеистов, позволит совершенствовать координационные способности юных хоккеистов на начальном этапе подготовки, повысит их техническое мастерство и сделает тренировочный процесс более эффективным.

В соответствии с поставленной целью в процессе исследования были решены следующие **задачи**:

1. Выявить уровень развития координационных способностей у хоккеистов 8-9 лет.
2. Теоретически и экспериментально обосновать методику развития координационных способностей юных хоккеистов 8-9 лет.
3. Разработать практические рекомендации тренерам по совершенствованию координационных способностей у хоккеистов на начальном этапе подготовки.

Методы исследования: теоретический анализ научно методической литературы, педагогическое наблюдение, контрольно-педагогические испытания (тестирование), педагогический эксперимент, математико-статистические методы обработки полученных результатов.

Результаты исследования:

По результатам сравнения итоговых приростов показателей координационного развития юных хоккеистов 8-9 лет видно, что приросты в экспериментальной группе значительно выше, чем в контрольной группе, за исключением упражнения на земле по обеганию стоек лицом вперед, его положительная динамика в экспериментальной группе на 2% меньше контрольной, что говорит об не достаточной эффективности влияния методики Мудрука А.В. на способность ориентации в пространстве на земле. Однако, на льду у испытуемых экспериментальной группы данная способность развита больше, чем в контрольной группе на 21%.

Таблица 1 - Сравнение итоговых приростов показателей координационного развития юных хоккеистов 8-9 лет в контрольной и экспериментальной группах

№	контрольные упражнения	Л в КГ	Л в ЭГ	Л (%)	I	P
1	Слалом на коньках лицом вперед, сек.	14%	36%	21%	9,08	0,001
2	Слалом на коньках спиной вперед, сек.	13%	31%	18%	9,51	0,001
3	Упражнение «восьмерка», кол-во раз за 30 сек.	25%	111%	86%	8,47	0,001
4	Броски в ворота, кол-во раз с расстояния 10 м	20%	71%	51%	3,87	0,001
5	Прокат на одном коньке на дальность, м	40%	80%	40%	24,63	0,001
6	Прокат на одном коньке по определенной заданной траектории, сек.	22%	38%	16%	15,11	0,001
	земля					0,001
1	Проход по гимнастической скамейке, сек.	29%	50%	22%	6,55	0,001
2	Броски мяча на точность, кол-во раз	40%	76%	36%	6,48	0,001
3	Ловля мяча на скорость реакции, кол-во раз	150%	289%	139%	10,23	0,001
4	Обегание стоек лицом вперед, сек.	19%	17%	-2%	6,97	0,001
5	Обегание стоек спиной вперед, сек.	11%	22%	12%	8,02	0,001
6	Слаомный бег после кувырков, сек.	16%	21%	6%	11,23	0,001

В целом влияние применяемой в рамках эксперимента методики эффективнее общепринятой стандартной программы, используемой в СШ.

В результате проведенного эксперимента выяснилось, что методика Мудрука А.В. позволила на 18% превзойти общепринятую СШ программу в развитии способности к перестроению на льду, на 86 % развитие ритмической способности, на 51% развитие у детей экспериментальной группы дифференцировочной способности превзошло ту же способность в контрольной

Таблица 2 - Интенсивность роста показателей уровня координационных способностей по окончании эксперимента в контрольной и экспериментальной группах

№	контрольные упражнения	ИР КГ	ИР ЭГ	А (%)
	лед			
1	Слалом на коньках лицом вперед, сек.	17%	44%	26%
2	Слалом на коньках спиной вперед, сек.	13%	36%	23%
3	Упражнение «восьмерка», кол-во раз за 30 сек	27%	71%	44%
4	Броски в ворота, кол-во раз с расстояния 10 м	19%	52%	33%
5	Прокат на одном коньке на дальность, м	33%	57%	24%
6	Прокат на одном коньке по определенной заданной траектории, сек.	26%	47%	21%
	земля			
1	Проход по гимнастической скамейке, сек.	32%	66%	34%
2	Броски мяча на точность, кол-во раз	30%	55%	26%
3	Ловля мяча на скорость реакции, кол-во раз	93%	118%	25%
4	Обегание стоек лицом вперед, сек.	20%	18%	-2%
5	Обегание стоек спиной вперед, сек.	14%	25%	11%
6	Слаомный бег после кувырков, сек.	16%	24%	8%

Прирост показателей по выполнению упражнений на развитие способности к равновесию так же в экспериментальной группе выше, чем в контрольной. В целом методика Мудрука А.В. позволила эффективнее повысить уровень координационных способностей на льду, чем стандартная программа США, что положительно повлияло на эффективность техники бега на конках у юных хоккеистов 8-9 лет.

На земле рост способности к сохранению равновесия в экспериментальной

группе, благодаря примененной методике больше чем в контрольной на 22%. Дифференцировочная способность детей экспериментальной группы на 36% превосходит контрольную, а реагирующая способность на 139%. Показатели в перестроении (переключении) в экспериментальной группе так же выше контрольной. Рассчитанный 1-критерий Стьюдента говорит о достоверности результатов сравнения при уровне значимости 0,001.

Для проверки эффективности методики Мудрука А.В. по развитию координационных способностей у юных хоккеистов 8-9 лет была рассчитана интенсивность роста по каждому тесту и проведен сравнительный анализ, результаты которого позволили рассмотреть изменения в уровне развития координационных способностей в экспериментальной группе и контрольной группе за период направленного педагогического воздействия (таблица 8).

Анализ изменения уровня развития координационных способностей юных хоккеистов 8-9 лет в процессе педагогического эксперимента подтвердил положительное влияние используемых средств, методического подхода и организационных форм. Положительные сдвиги в уровне развития координационных способностей отражают возрастные особенности их развития, а также влияние целенаправленного педагогического воздействия, о чем свидетельствуют более выраженные изменения показателей у юных хоккеистов экспериментальной группы по сравнению с контрольной.

ВЫВОДЫ

1. Изучив общий уровень координационной подготовленности юных хоккеистов 8-9 лет выявлено, что испытуемые по результатам тестирования достоверных различий не имели и соответствовали среднему уровню развития по результатам тестирования, подходящим под общие параметры нормативов в областной детско-юношеской спортивной школе по хоккею с шайбой. Занимающихся с низким или высоким уровнем координационной подготовленности в изучаемой выборке не выявлено.

2. Анализ научно-методической литературы позволил среди имеющихся

методик направленных на совершенствование координационных способностей выделить методику Мудрука А.В., которая позволила индивидуализировать тренировочный процесс в зависимости от результатов тестирования.

3. По результатам тестирования выявлено, что наиболее эффективным (сенситивным) периодом для развития координационных способностей является возраст 8-9 лет. Данный период оказался наиболее благоприятным для воспитания: способности к ориентации в пространстве (прирост 44% на льду, 18% на земле), способности к перестроению (прирост на льду составил 36%, на земле 25%), ритмической способности (на льду 71%), дифференцировочной способности (на льду 52%, 55% на земле), способностей к сохранению равновесия (на льду 57%, на земле 56%) и реагирующей (на земле 118%). Данные прироста являются достоверными при уровне значимости 0,001.

Список литературы

1. Айрапетьянц Л.Г. Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх: автореф. дис. ... д-ра. пед. наук / Л.Г. Айрапетьянц. - М., ГЦОЛИФК, 2012. - 41 с.
2. Букатин А.Ю. Построение тренировочного процесса на этапе общей подготовки у хоккеистов высшей квалификации на основе данных комплексного контроля / А.Ю. Букатин. - М.: Спорткомитет СССР, 1982. - 22 с.
3. Верхошанский Ю.В. Основные положения организации тренировочного процесса хоккеистов / Ю.В. Верхошанский, В.В. Лазарев // Тенденции развития спорта высших достижений. - М.: Советский спорт, 2013. - С. 121-134.
4. Система подготовки спортивного резерва / под ред. В.Г. Никитушкина. - М., 2014.- 320 с.
5. Солдатов О.Ф. Организация и проведение занятий по хоккею в коллективах физической культуры / О.Ф. Солдатов, В.А. Николаев // Учебное пособие для тренеров, инструкторов-общественников и студентов институтов физической культуры. - Смоленск: СГИФК, 1989. - 40 с.