Тулаганов Рустам Худайкулович. Подвижные игры как средство и метод развития двигательных способностей мальчиков 7-10 лет к занятиям волейболом : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : Москва, 1992 121 c. РГБ ОД, 61:93-13/225-6

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

ИНСТИТУТ ВОЗРАСТНОЙ 4ЙЗИ0Л0ГИИ

На правах рукописи

ТУЛАГАНОВ Рустам Худайкулович

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО И МЕТОД РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МАЛЬЧИКОВ 7-Ю ЛЕТ

К ЗАНЯТИЯМ ВОЛЕЙБОЛОМ

13.00.04 - Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной ' физической культури

Диссертация

на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук

Научный руководитель:

доктор педагогических наук В.И.Лях

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

ВВЕДЕНИЕ 4

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕГ ОДИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИСПОЛЬ-ЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИП> В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОИ’СФОВКИ ' 7

1.1. Возрастные особенности младших школьников и ха¬рактеристика игрового материала 7

1.1.1. Возрастные особенности младших школьников 7

1.1.2. Характеристика и эффективность использования иг¬рового материала II

1.2. Основные методические требования к организации и проведению подвижных игр с младшими школьниками 17

1.2.1. Отбор, организация и проведение подвижных игр 17

1.2.2. Методика решения педагогической задачи 19

1.3. Подвижные игры как средство подготовки волейбо¬листов 23

1.3.1. Подвижные игры в спортивной практике 23

1.3.2. Подвижные игры в качестве средства развития фи¬зических способностей 27

ГЛАВА П. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ и ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ 36

2.1. Задачи исследования 36

2.2. Методы исследования 36

2.3. Организация исследования 47

ГЛАВА Ш. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИСПОЛЬЗО-ВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ПРОЦЕССЕ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ 49

3.1. Исходные результаты исследования 49

3.2. Результаты второго этапа исследования 53

- з -

3.3. Результаты исследования на конечном этапе 58

3.4. Стабильность и изменчивость показателей испытуемых

по этапам исследования 62

3.5. Динамика показателей испытуемых - учащихся спор¬тивной школы 75

3.6. Оценка показателей испытуемых школьников в конце

эксперимента с позиции требованию ДЮОП 85

ГЛАЗА 17. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ 91

4.1. Обсуждение результатов исследования .динамики пока¬зателей эксперимента 91

4.І.І. Причина преимущества экспериментальной группы в

темпах прироста двигательных способностей 91

4.2. Обсуждение показателей испытуемых на фоне требова¬ний спортивных школ 96

ВЫВОДЫ 100

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ 102

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 104

выводы

1. На уроках и б группах продленного дня не в полной мере используются возможности подвижных игр как средства общей и специальной спортивной подготовки. Недостаточно полно разрабо­таны пути воздействия средствами подвижных игр на динамику фи­зических способностей, не рассмотрены аспекты, связанные с оценкой эффективности применения подвижных игр в системе подго­товки юных волейболистов на этапе подготовки к отбору в спор­тивные школы.
2. Разработаны комплексы подвижных игр с преимущественной многоцелевой направленностью, использование которых обеспечива­ет эффективность предварительной подготовки к отбору в спортив­ные школы по волейболу и стимулирование темпов прироста общих

и специальных физических способностей.

1. Темпы прироста физических способностей испытуемых экс­периментальной группы существенно превышают аналогичные показа­тели контрольной группы (р < 0,01), что связано с разработанной методикой, позволяющей целенаправленно воздействовать на меха­низм становления и развития соответствующих двигательных способ­ностей и морфофункциональных свойств.
2. Существенный прирост показателей развития основных физи­ческих способностей у испытуемых экспериментальной группы до­стигнут при относительно равном с контрольной группой приросте морфофункциональных показателей, что свидетельствует о положи­тельном влиянии экспериментальной мето,лики.
3. Индивидуальный уровень развития специальных двигатель­ных способностей у испытуемых в конце эксперимента соответству­

ет требованиям, предъявляемым спортивными школами. Мальчики экс­периментальной группы в этот период имеют показатели, весьма близкие к показателям учащихся первого года обучения спортивных школ, что подтверждает гипотезу об эффективности разработанной методики.

Положительным результатом использования подвижных игр в экспериментальной группе являются заметное увеличение двига­тельного режима и повышение интереса к волейболу как виду спор­тивных занятий.