

Eastern European Scientific Journal

(ISSN 2199-7977)

Journal



KOMMUNIKATIONS- UND VERLAGSGESELLSCHAFT MBH

www.auris-verlag.de

DOI 10.12851/EESJ201805

IMPRESSUM:

Copyright:

©2019 AURIS Kommunikations- und Verlagsgesellschaft
mbH Düsseldorf - Germany

Internet:

<http://www.auris-verlag.de>

E-Mail:

M.Moneth@auris-verlag.de

Verlagsredaktion:

Khvataeva N. D.Ph. chief editor
Zaharishcheva M. D.Ph. prof., editor
Plekhanov Theodor I. ScD, prof., editor
Lobach Elena A. PhD, associate prof., editor
Brenner D. D.Ph. editor
Muhina A. D.Ph. editor
Blinov I. D.Sc. editor
Moneth T. M.Ph. designer/breadboard
Moneth M. M.Ph. breadboard

Layout:

Moneth M.

Umschlaggestaltung:

Moneth M.

Coverbild:

AURIS Kommunikations- und Verlagsgesellschaft

mbH Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdruckes und der Vervielfältigung des Buches oder Teilen daraus, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages in irgendeiner Form, auch nicht für Zwecke der Unterrichtsgestaltung – mit Ausnahme der in §§ 53, 54 URG genannten Sonderfälle -, reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet oder verbreitet werden.

DOI 10.12851/EESJ201805

General Physical Training Dynamics of Young Track-And-Field Athlets

Key words: *initial training stage, young athletes, strength, speed, speed-strength qualities, endurance, agility, flexibility.*

Annotation: *in this article, the results of the conducted studies to determine the age dynamics of the development of strength, speed-strength qualities, speed and endurance of young athletes of 10-12 years engaged in the initial training phase are given.*

Актуальность. Развитие и воспитание основных физических качеств – одна из главнейших частей подготовки легкоатлетов.

Этап начальной подготовки легкоатлетов характеризуется ростом результатов при выполнении физических упражнений, требующих обучения и комплексного проявления физических качеств.

Основными задачами в группах начальной подготовки являются: укрепление здоровья, улучшение разносторонней двигательной подготовленности (РДП), овладение основными двигательными навыками гладкого и барьерного бега, прыжков с места и с разбега, всех видов метаний, воспитание морально-волевых качеств.

Необходимо отметить, что в настоящее время в мире насчитывается большое количество научно-исследовательских работ по привлечению одаренных детей к спорту, повышению их спортивного мастерства, определению уровня развития морфофункциональных показателей организма, внедрению в практику средств и методов, применяемых в совершенствовании физической, технико-тактической подготовки, научной организации учебно-тренировочных занятий (Э.Р. Андрис, Р.К. Кудратов, 1998; В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, В.Б. Зеличенко, Б.Ф. Прокудин, 2004; Н.Г. Озолин, Д.П. Марков, 2002; В.Б. Попов, Ф.С. Суслов, Г.Н. Германов, 1999).

настоящее время интенсивное развитие спортивных результатов требует поиска современных средств и методов оптимизации системы учебно-тренировочных занятий, в этой области, отвечающих современным требованиям.

Цель исследования: определение динамики общей физической подготовки юных легкоатлетов, занимающихся на этапе начальной подготовки.

Задачи исследования:

изучение современных (текущих) проблем подготовки юных легкоатлетов;
определение возрастной динамики общей физической подготовки юных легкоатлетов.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, беседы, педагогическое наблюдение, педагогическое тестирование, математико-статистический анализ.

Организация исследования. Исследования проводились в процессе учебно-тренировочных занятий юных легкоатлетов 10-12 лет, занимающихся на этапе начальной подготовки детско-юношеской спортивной школы №1 и специализированный детско-юношеской спортивной школы по легкой атлетике г.Бухары.

Таблица 1

Динамика физической подготовленности юных легкоатлетов 10-12 лет [n=56]

№	Показатели	10 лет	11 лет	12 лет	10-11 лет		11-12 лет		10-12 лет	
		$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$	t	p	t	p	t	p
1	Бег с высокого старта 30 м (с)	8,9±0,2	8,7±0,4	8,4±0,6	0,45	>0,05	0,02	>0,05	0,31	>0,05
2	Челночный бег 3×10 м (с)	10,5±0,5	9,8±0,4	9,5±0,6	0,48	>0,05	1,29	>0,05	1,84	>0,05
3	Бег с ходу 60 м (с)	10,2±0,3	9,5±0,5	9,0±0,8	0,48	>0,05	1,29	>0,05	0,87	>0,05
4	Метание набивного мяча 1 кг (м)	4,2±0,5	4,9±0,4	5,4±0,7	1,94	>0,05	1,80	>0,05	2,21	<0,05
5	Прыжки в длину с места (см)	150,5±4,2	159,4±3,8	165,2±4,8	1,41	>0,05	1,50	>0,05	2,50	<0,05
6	Тройной прыжок с места (см)	521±25,4	540±23,1	558±11,4	1,41	>0,05	1,50	>0,05	1,50	>0,05
7	Стоя наклон вперед (см)	6,4±1,2	6,8±1,2	6,9±1,9	1,38	>0,05	1,62	>0,05	1,85	>0,05
8	Подтягивание на низкой перекладине (раз)	2,5±0,6	2,8±0,9	3,4±1,2	1,15	>0,05	1,21	>0,05	2,19	<0,05
9	Ловля падающей линейки (см)	25,9±1,2	22,8±0,5	21,6±0,5	0,49	>0,05	2,06	<0,05	2,13	<0,05
10	6-минутный бег (м)	810,5±10,3	852,8±8,5	930,4±9,2	3,28	<0,05	29,7	<0,001	18,1	<0,001

Результаты проведенных исследований по определению уровня физической подготовленности юных легкоатлетов 10-12 лет, занимающихся на этапе начальной подготовки, приведены в табл.1.

Специалистами в области теории и методики спорта отмечено, что в возрасте 10-12 лет происходит интенсивное развитие скоростных качеств. Педагогическое тестирование по определению возрастной динамики развития скоростных качеств юных спортсменов, занимающихся на начальном этапе подготовки, дало следующие результаты. Так, показатели в тесте бег на 30м с высокой скорости у 10-летних спортсменов составила в среднем $8,9 \pm 0,2$ с., у легкоатлетов 11 лет $8,7 \pm 0,4$ с., 12 лет – $8,4 \pm 0,6$ с. (при $p \geq 0,05$).

При педагогическом тестировании по определению возрастной динамики развития качества ловкости юных легкоатлетов 10-12 лет получены следующие результаты.

в тесте челночный бег 3х10м результат у легкоатлетов 10 лет результат составил в среднем $10,1 \pm 0,5$ с., у 11-летних спортсменов – $9,8 \pm 0,4$ с., 12-летних – $9,5 \pm 0,6$ с. при статической разнице $p > 0,05$.

Результаты теста метание набивного мяча (1кг) у девочек 10, 11, 12 лет групп начальной подготовки составили соответственно в среднем $4,2 \pm 0,5$ м. $4,9 \pm 0,4$ м., $5,4 \pm 0,7$ м.

Педагогическое тестирование развития гибкости спортсменов 10-12 лет выявило следующие результаты.

Так, у спортсменов 10 лет показатели составили $6,4 \pm 1,2$ см, 11-лет $6,8 \pm 1,2$ см, 12-лет $6,9 \pm 1,9$ см. среди спортсменов 10-11-12 лет не выявлены статистически значимые различия ($p > 0,05$).

Результаты теста ловля падающей линейки показали, что у спортсменов 10-лет показатель составил $25,9 \pm 1,2$ см, 11-лет $22,8 \pm 0,5$ см, 12-лет $21,6 \pm 0,5$ см.

Заключение: анализ научно-методической литературы и педагогические наблюдения за учебно-тренировочным процессом юных легкоатлетов, занимающихся на этапе начальной подготовки, свидетельствуют о необходимости разработки оптимальных средств и методов физической, технико-тактической и психологической подготовки юных легкоатлетов с учетом их возрастных особенностей.

юных спортсменов 10 лет средний показатель составил $8,9 \pm 0,2$ с., 11 лет $8,7 \pm 0,4$ с., 12 лет $8,4 \pm 0,6$ с. сравнительный анализ развития скоростных качеств спортсменов 10-12 лет не выявил статически значимых различий между показателями ($p > 0,05$).

Учитывая результаты проведенных исследований, возникает необходимость разработки современных методов тренировки для повышения эффективности

учебно-тренировочных занятий юных легкоатлетов, занимающихся на начальном этапе подготовки.

References:

- The law of the Republic of Uzbekistan as of 4th September, 2015 No. ZRU-394 "About physical culture and sport"*
Andris ER, Qudratov RQ. Light Athletics. Tashkent, 1998; 126.
Nikitushkin VG, Chesnokov NN, Zelichenko VB, Prokudin BF. Athletics. Moscow, 2004; 69-72.
Ozolin NG, Markov DP. Athletics. Textbook for institutes of physical culture. Moscow, 2002; 88-91.
Popov VB, Suslov FP, Germanov GN. Track and field athletics for young people. The teaching method. manual for trainers. Moscow, 1999; 219.

Philosophy, Philology and Arts

Natalia A. Zyablitseva,
Senior assistant;

Anatoli A. Pripadchev,
PhD, professor,
Voronezh State University

Verbal Text Systematics as Fourth Strategy in Cognitive Technologies of Text Systems Theory (on material of work шт genre form "parable")

Key words: *text system theory, cognitive technologies, verbal text systematics, parable, being, essential and conceptual aspect, factors, text analysis.*

Annotation: *the article is devoted to the genre of parable as an object of analysis of verbal text systematics. The article deals with hermeneutics of the text, typology of text sense, linguistics of the text, typology of temporary text values in different aspects.*

соответствии с наукой логики (Гегель, 1937) в бытийном аспекте проводимого нами исследования важны приложимые к материалу категории «количество», «качество» и «мера». Категория «количество» реализуется в верификации анализа номинативных полей разных текстов одного жанра «притча» с учетом синхронии и диахронии русского и других индоевропейских языков. Категория «качество» реализуется в применимости в анализе материала комплекса стратегий (герменевтика, лингвистика, стилистика, речевая системность текста) и тактик (типологии смыслов, пространственных значений, временных значений, стилей, факторов и принципов) с привлечением необходимых междисциплинарных данных из теорий космологий, темпорологий, относительности, вероятности, множеств, познания (Припадчев,