

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»**

**НАУКА И МОЛОДЕЖЬ:
ПРОБЛЕМЫ, ПОИСКИ, РЕШЕНИЯ**

ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ

ВЫПУСК 27

*Труды Всероссийской научной конференции
студентов, аспирантов и молодых ученых
16 – 17 мая 2023 г.*

ЧАСТЬ III

Под общей редакцией профессора С.В. Коновалова

**Новокузнецк
2023**

ББК 74.48.288
Н 340

Редакционная коллегия:

д-р техн. наук, профессор С.В. Коновалов,
д-р пед. наук, доцент И.В. Шимлина,
канд. социол. наук, доцент С.Г. Терскова,
канд. пед. наук, доцент В.С. Умнов,
д-р культурологии, доцент Ю.С. Серенков,
д-р пед. наук, доцент Е.Г. Оршанская,
канд. филол. наук, доцент М.А. Рябцева,
д-р культурологии, доцент Л.А. Тресвятский,
канд. филос. наук, доцент Л.А. Пашина,
канд. пед. наук, доцент О.А. Угольникова

Н 340

Наука и молодежь: проблемы, поиски, решения: труды Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, 16–17 мая 2023 г. Выпуск 27. Часть III. Гуманитарные науки / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Сибирский государственный индустриальный университет; под общ. ред. С.В. Коновалова – Новокузнецк; Издательский центр СибГИУ, 2023. – 462 с. : ил.

ISSN 2500-3364

Представлены труды Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых по результатам научно-исследовательских работ. Третья часть сборника посвящена актуальным вопросам в области социально-гуманитарных наук, психологии и педагогики, иностранного языка и культурологии, филологии и культуры речи, истории, правоведения, спорта, здоровья.

Материалы сборника представляют интерес для научных и научно-технических работников, преподавателей, аспирантов и студентов вузов.

ISSN 2500-3364

© Сибирский государственный
индустриальный университет, 2023

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННОЙ СПОСОБНОСТИ «ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ» У ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

**Угольников С.А., Дорожкин А.А., Кольцов Д.М.,
Зенков А.П., Угольникова О.А.**

*Сибирский государственный индустриальный университет,
г. Новокузнецк, e-mail: doroga087a@mail.ru, ugolnikov_sa@mail.ru*

Статья посвящена вопросам совершенствования координационных способностей.

Ключевые слова: хоккей, координационные способности, физическая подготовка, физические качества.

Авторами было доказано, что посредством воздействия разработанной программы с преимущественной направленностью на развитие координационной способности «ориентация в пространстве» можно значительно повысить уровень развития этой способности у юных хоккеистов 9–10 лет, что делает тренировочный процесс более эффективным.

Достижение высоких спортивных результатов в хоккее требует постоянного совершенствования технического мастерства спортсменов. Одним из наиболее перспективных направлений подготовки юных спортсменов является совершенствование координационных способностей.

Анализ научно-методической литературы и практика показывает, что недостаточное внимание вопросам совершенствования координационных способностей, неизбежно приводит к снижению эффекта тренировочного процесса.

Все это послужило основанием для поиска подходов к решению задач, связанных с совершенствованием координационных способностей у юных хоккеистов.

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

Предметом исследования является программа совершенствования координационной способности «ориентация в пространстве» у юных хоккеистов 9–10 лет на этапе начальной подготовки.

Цель исследования – теоретическое и экспериментальное обоснование методики совершенствования координационной способности «ориентация в пространстве» у юных хоккеистов 9–10 лет на начальном этапе подготовки.

Гипотеза исследования. Предположено, что разработанная программа позволит значительно улучшить уровень координационной способности «ориентация в пространстве» у юных хоккеистов 9–10 лет на начальном эта-

пе подготовки.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические и практические аспекты развития координационных способностей.

2. Разработать программу развития координационных способностей у хоккеистов 9–10 лет.

3. Экспериментально обосновать эффективность программы развития координационных способностей юных хоккеистов 9–10 лет в отношении координационной способности «ориентация в пространстве».

Практическая значимость работы заключается в том, что результаты проведенных исследований позволяют рекомендовать в практику тренировочного процесса применение программы развития координационных способностей юных хоккеистов на этапе начальной подготовки.

Ю.Ф. Курамшин считает, что «...координационные способности можно определить как совокупность свойств человека, проявляющихся в процессе решения двигательных задач разной координационной сложности и обуславливающих успешность управления двигательными действиями и их регуляции».

Для хоккея характерны: быстрая смена ситуации, противодействие соперника, лимит времени на принятие решения, техническая исполнительность, тактическая грамотность, психологическая устойчивость и др.

Автор Мудрук А.В. к специальной координационной подготовленности хоккеиста относит: умение осуществлять своевременный, правильный и быстрый переход от одного действия к другому в переменных условиях; адекватные реакции на происходящее на площадке; согласованную работу рук и ног при приеме, ведении, обводке и др. технических действиях с клюшкой; слитность фаз при выполнении технических действий; сохранение динамического равновесия.

В качестве главных критериев оценки координационных способностей выделяют четыре основных признака: *правильность* выполнения движения; *быстроту* результата; *рациональность* движений и действий; *двигательную находчивость*, которая помогает человеку найти выход из любого сложного положения, неожиданно возникшего при выполнении действия. Эти критерии имеют качественные и количественные стороны.

К качественным характеристикам оценки координационных способностей относятся адекватность, своевременность, целесообразность и инициативность, а к количественным – точность, скорость, экономичность и стабильность (устойчивость) движений.

Поэтому на этапе начальной подготовки следует развивать *общие* координационные способности, а также при определении содержания координационной подготовки следует учитывать сенситивность восприятия тренирующих и обучающих воздействий органами и системами организма спортсменов. Упражнения координационной направленности должны присутствовать на *каждом* тренировочном занятии. Эти упражнения следует выполнять в основной части занятия.

Наше исследование проводилось с марта 2022 по февраль 2023 года

на базе Metallург СДЮСШОР г. Новокузнецка и включало два этапа.

На первом теоретическом этапе (март – август 2022г.) уточнялись формы, средства и методы развития координационных способностей, проводился подбор контрольных тестов для определения уровня развития координационной способности «ориентация в пространстве». Была разработана экспериментальная программа.

На втором этапе (сентябрь 2022 – февраль 2023г.г.) проводился эксперимент, цель которого заключалась в проверке и обосновании эффективности предлагаемой программы с преимущественной направленностью на развитие координационной способности «ориентация в пространстве» у юных хоккеистов 9–10 лет.

Хоккеисты экспериментальной группы занимались по разработанной нами экспериментальной программе. Хоккеисты контрольной группы по модифицированной программе, утверждённой ДЮСШ для данного этапа подготовки.

Тестирование проводилось в начале и в конце эксперимента.

Для определения уровня развития координационной способности «ориентация в пространстве» были использованы тесты «Слаломный бег на коньках 30м без шайбы», «Челночный бег 6х9 м».

В процессе проведения теоретического исследования нами было определено, что наибольший вклад в реализацию соревновательного действия в хоккее вносят такие координационные способности как ориентировочная и реагирующая способности, способность к переключению и дифференцировочная.

Учитывая тот факт, что при определении содержания координационной подготовки следует принимать во внимание сенситивность восприятия тренирующих и обучающих воздействий органами и системами организма спортсменов, мы сопоставили наиболее благоприятные периоды развития для каждой из координационных способностей и пришли к выводу, что в возрасте 9–10 лет у мальчиков, занимающихся хоккеем большое внимание необходимо уделять развитию ориентировочной способности. Поэтому преимущественная направленность программы была именно на развитие этой способности.

Программа состоит из комплексов упражнений, сгруппированных по направленности развития: общие координационные способности и способность к ориентировке в пространстве.

Анализ результатов тестирования, проведенного до начала педагогического эксперимента, показал, что спортсмены экспериментальной и контрольной групп по уровню развития координационных способностей достоверно не отличались.

Для оценки эффективности программы развития координационных способностей нами были проанализированы результаты контрольной и экспериментальной групп, полученные в ходе педагогического эксперимента. Анализ результатов был произведён с помощью методики определения достоверности по t-критерию Стьюдента для связанных выборок.

В результате воздействия предложенной нами программы, более выраженные изменения уровня развития способности к ориентации в пространстве (тест Слаломный бег на коньках без шайбы 30м») произошли у юных хоккеистов в экспериментальной группе. Прирост значений показателей в тестах «Челночный бег на коньках 9х6 м», «Челночный бег 3х10 м» ходе педагогического эксперимента в экспериментальной группе также значительно превышают прирост в контрольной группе. Полученный прирост показателей по всем трём тестам в экспериментальной группе достоверен.

В контрольной группе во всех трёх тестах также наблюдается прирост показателей, но достоверность полученных при анализе по методике t-критерия Стьюдента для связанных выборок не доказана, значит, этот прирост незначителен и может иметь случайный характер.

Обобщая вышесказанное, следует отметить, что у юных хоккеистов 9–10 лет в экспериментальной группе в результате педагогического воздействия отмечено достоверное улучшение изучаемых показателей, что доказывает эффективность разработанной программы. В контрольной группе прирост изучаемых показателей значительно ниже и статистически не достоверен.

Для совершенствования уровня развития базовых координационных способностей на начальном этапе подготовки с учетом специфичности координационных проявлений в хоккее с шайбой рекомендуется использовать разработанную программу, что позволит значительно повысить уровень развития координационной способности «ориентация в пространстве» у юных хоккеистов 9–10 лет.

Выводы:

1. К числу основных координационных способностей относят: способность к дифференцированию различных параметров; способность к ориентированию в пространстве; способность к равновесию; способность к перестраиванию движений; способность к комбинированию движений; способность приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановке задачи; способность к выполнению заданий в заданном ритме; способность к управлению временем двигательных реакций; способность предвосхищать различные признаки движений, условия их выполнения и ход изменения ситуации в целом; способность к рациональному расслаблению мышц.

2. Наибольший вклад в реализацию соревновательного действия в хоккее вносят такие координационные способности как ориентировочная и реагирующая способности, способность к переключению, дифференцировочная. На этапе начальной подготовки следует преимущественно развить *общие* координационные способности.

4. В ходе проведённой экспериментальной работы было доказано, что посредством воздействия разработанной нами программы с преимущественной направленностью на развитие координационной способности «ориентация в пространстве» можно значительно повысить уровень развития этой

способности у юных хоккеистов 9–10 лет, что делает тренировочный процесс более эффективным.

Библиографический список

1. Программа по хоккею для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Королев Ю.В., Колосков В.И., Ерфилов В.Г. и др. М.: Главное спортивно-методическое Управление Спорткомитета СССР, 1977 - 91 с.
2. Пучков Н.Г. Воспитание индивидуального мастерства. – СПб.: «Издательский Дом «Нева», 2002. – 287 с.
3. Савин В.П. Теория и методика хоккея: Учебник для студ. высш. учеб.заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 400 с.
4. Михно Л.В., Винокуров Б.Н., Марьянович А.Т. Основы хоккейного менеджмента. – СПб.: ООО «Издательство Деан», 2004 г. – 352 с.
5. Букатин А.Ю., Лукашин Ю.С. Я учусь играть в хоккей: Энциклопедия юного хоккеиста. – М.: Лабиринт Пресс, 2004. – 352 с.: ил. – (ИнтерYES).
6. Хоккей: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Савин В.П., Удилов Г.Г., Королев Ю.В и др. – М.: Советский спорт, 2006. – 101 с.
7. Хоккей. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этап спортивного совершенствования). Савин В.П., Удилов Г.Г., Королев Ю.В и др. – М.: Советский спорт, 2006. – 68 с.
8. Никонов Ю.В. Подготовка юных хоккеистов: учеб.пособие. – Минск: Асар, 2008. – 320 с.: ил.
9. Азбука хоккея – ABC /Федерация хоккея Республики Беларусь; Федерация хоккея Швеции. – Минск.:Беларус. Энцикл. Імя П. Броўкі, 2011. 360с.: ил.
10. Джендрон Д. Успешная тренировка хоккеистов: руководство для тренеров (16-20 лет). Перевод учебного пособия под редакцией США-Хоккей. – Федерация хоккея России, НОУ «Академия хоккея», Санкт-Петербург, 2013 г. – 222 с.
11. Никонов В.А. Физическая подготовка хоккеистов: методическое пособие / Ю.В. Никонов. – Минск: Витпостер, 2014. – 576 с.
12. Хомичев Я.Ю. , Угольников О.А., Пиневский Э.С. Анализ выступления хоккейной команды "Кузнецкие медведи" на основе статистических данных, в Чемпионате молодёжной хоккейной лиги, сезон 2020/2021 = Analysis of the performance of the junior team "Kuznetskiy medvedy" in the junior hockey league Championship, season 2020/2021 based on statistical data // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 8 (198). – С. 367-371. – URL: <http://library.sibsiu.ru>.