А. А. Абрамов

ОСОБЕННОСТИ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Работа представлена кафедрой спортивных дисциплин
Тульского государственного педагогического университета им. Л. Н. Толстого.
Научный руководитель – доктор педагогических наук, профессор И. М. Туревский

Статья посвящена некоторым особенностям подготовки юных хоккеистов к будущей профессиональной деятельности. Актуальность этой проблемы обусловлена противоречием между появлением совершенно новых видов профессиональной деятельности, таких как «спортсмен-профессионал», и недостаточным научным и методическим обеспечением многолетней подготовки будущих профессионалов. Мы предположили, что управляемый и прогнозируемый характер процессу подготовки юных хоккеистов к будущей профессиональной деятельности придает ряд примененных нами педагогических условий и психолого-педагогических положений оптимального функционирования этого процесса.

Ключевые слова: *юный хоккеист, этап тренировки, самооценка, авторская программа по подготовке.*

A. Abramov

FEATURES OF LONG-TERM TRAINING OF YOUNG HOCKEY PLAYERS FOR PROFESSIONAL WORK

The article is devoted to the features of training of young hockey players for future professional work. This problem is topical as it is insufficiently scientifically and methodically described. The author assumes that a number of pedagogical conditions and psycho-pedagogical methods of this process' optimum performance, which have been used by the author, make the process of young hockey players' training controllable and predictable.

Key words: *young hockey player, stage of training, self-assessment, author's programme of training.*

Хоккей в нашей стране, наряду с футболом, является самым популярным видом спорта. Но в отличие от футбола, хоккей имеет более богатые победные традиции. Ведь наша сборная команда по хоккею является многократным чемпионом Мира и Европы, победителем Олимпийских игр и обладателем Кубка Канады. Однако, начиная где-то с середины 1990-х гг., победные традиции начали потихоньку утрачиваться: если раньше любое место, кроме первого, считалось провалом, то теперь любая завоеванная медаль, несомненно, воспринимается как успех. Возвращение этих победных традиций является первостепенной задачей нашего хоккея, и мне кажется, что этого можно достичь во многом за счет развития детско-юношеского хоккея.

Что касается игровых видов спорта в целом, то можно отметить, что в структуре профессионального клуба команда мастеров занимает верхнее положение, являясь, если так можно сказать, верхушкой айсберга, тогда как фундаментом этого должна быть ДЮСШ (рис. 1).

Но довести воспитанника ДЮСШ до команды мастеров – это длительный и трудный процесс, поэтому в последнее время часто бывает, что для достижения сиюминутных результатов приглашаются легионеры. Такая тенденция наиболее сильно проявляется в нашем футболе и баскетболе, реже в хоккее, так как введен лимит на легионеров (не более 3 игроков в заявке на матч). Однако надо отметить, в последние годы в нашей стране, а точнее в крупных хоккейных центрах, большое внимание уделяется, как раз, развитию детского хоккея, что, по общему мнению, является положительным аспектом. Помимо Москвы, выделяются такие законодатели мод в нашем отечественном хоккее, как: Казань, Магнитогорск, Ярославль, Омск, Воскресенск, где

Подготовка спортивных резервов ДЮСШ и СДЮШОР
↓
Этап предварительной подготовки (команды мальчиков 7–9 лет)
↓
Этап начальной специализации (детские команды 10–12 лет)
↓
Этап углубленной специализации
(команды младших юношей 13–14 лет, команды юношей 15–16 лет)
↓
Этап спортивного совершенствования (молодежные команды 17–18 лет)
↓
Молодежные команды (до 20 лет)
↓
Команды мастеров (первой лиги, высшей лиги, суперлиги, сборные страны)

Рис. 1. Система многолетней подготовки юных хоккеистов

очень часто в командах мастеров выступают местные молодые воспитанники.

Так как мы рассматриваем подготовку юных хоккеистов непосредственно к профессиональной деятельности, то нужно отметить, что отдельно в списке профессий стоит такое понятие, как «спортсмен-профессионал». На первый взгляд это понятие вряд ли можно отнести к разряду профессий. Но это не так. На самом деле профессиональный спорт – это тяжелая и напряженная работа, и подготовка к нему очень непростой и кропотливый процесс.

Таким образом, на основе всего вышесказанного можно сделать вывод, что тема данной статьи, безусловно, является актуальной. Ведь в настоящее время в профессиональные команды попадают немногие воспитанники ДЮСШ или СДЮШОР, вследствие чего их коэффициент полезного действия (КПД) является не очень высоким. Повысить же этот коэффициент можно несколькими способами, например, попытаться научить детей относиться к игре, как к будущей профессиональной деятельности.

Мы предположили, что управляемый и прогнозируемый характер процессу подготовки юных хоккеистов к будущей профессиональной деятельности придают примененные нами педагогические условия оптимального функционирования этого процесса:

• *Целевая направленность юных хоккеистов на высшее спортивное мастерство.* Это условие учитывает не только возрастные закономерности развития юного хоккеиста, но и, главное, требования, которым должна отвечать его подготовленность на различных этапах многолетней тренировки в аспекте критериев, характерных для этапа спортивного совершенствования.

• *Эффект утилизации качеств в зависимости от возрастных особенностей юных хоккеистов.* Это условие непосредственно связано с индивидуализацией тренировочного процесса. Внимание тренеров должно быть в первую очередь обращено на то, в какой мере реализует свои возможности юный хоккеист.

• *Соразмерность развития основных физических качеств юных хоккеистов.* Одно из фундаментальных положений о единстве общей и специальной подготовки находит свое отражение в юношеском спорте прежде всего в соблюдении их должной пропорции на каждом из этапов многолетней тренировки.

• *Ведущие факторы на различных этапах многолетней подготовки.* В системе подготовки спортивного резерва прослеживается ряд общих тенденций, которые в многолетнем тренировочном процессе и на его этапах имеют ведущие функции.

• *Перспективное опережение формирования технического мастерства.* Это специфическое условие имеет прямое отношение к овладению юными хоккеистами техникой движений. Суть здесь заключается в том, что на различных этапах подготовки хоккеисты должны постепенно осваивать биодинамическую структуру двигательных навыков в том режиме, который потребуется в соревновательной деятельности в будущем.

А также ряд психолого-педагогических положений:

• психологический анализ спортивной деятельности свидетельствует о том, что успеха в спорте добиваются не мышцы и не то или иное свойство нервной системы, а человек, личность.

• педагогическая деятельность осуществляется через общение. Ведь спортивная деятельность, и особенно спортивная деятельность юного хоккеиста, протекает в условиях интенсивного общения друг с другом, с тренером, с соперниками, со зрителями.

• важным условием является повышение самооценки юного хоккеиста. Общепринято, что самооценка – это отношение и чувство к себе, представление человека о себе. Самооценка проявляется в поведении каждого ребенка.

• нужным моментом для будущего профессионала является создание устойчивой мотивации.

Для практического доказательства этого было проведено исследование в группе первого года обучения (1999 г. р.) СДЮШОР «Х/К Липецк». Группа была разбита на две части: контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ), в каждой из которой насчитывалось по 25

юных хоккеистов. Решаемые задачи были примерно одинаковыми:

- укрепление здоровья занимающихся;
- повышение уровня общей физической подготовки;
- выявление способных к хоккею детей;
- воспитание быстроты, ловкости, гибкости;
- обучение основам техники и тактики игры.

Но в КГ использовалась стандартная методика подготовки юных хоккеистов, которая применяется в СДЮСШОР, а для ЭГ – методика с применением специфических методов, средств, педагогических условий и психолого-педагогических положений, описанных выше. В процессе исследования между КГ и ЭГ было проведено 3 тестирования (по 21 наиболее информативному показателю).

Таблица 1

Результаты исследований

Качества	№ теста	Показатели (тесты)	*T*(1) К – Э	*T*(2) К – Э	*T*(3) К – Э
Физические качества	1	Наклон вперед	0,07	1,14	**3,06**
	2	Бег 20 м (на «земле»)	0,01	0,01	0,85
	3	Бег 10 м (на «льду»)	0,03	0,61	1,92
	4	Становая динамометрия	0,18	0,14	0,12
	5	Расстояние за 12 мин. бега на «льду»	0,19	0,58	0,68
	6	Бег 5х18 м	0,06	0,72	**2,55**
	7	Количество повторений за 50 с	0,08	0,14	**2,48**
	8	«Беговой» тест	0,04	1,00	1,95
Психомоторные качества	9	Простая зрительно-моторная реакция	0,19	0,22	0,41
	10	Сложная зрительно-моторная реакция	0,00	0,09	**2,16**
	11	Сбивающее воздействие	0,12	0,09	**2,12**
	12	Вестибулярная устойчивость	0,06	0,41	1,90
Психофизиологические качества	13	Объем внимания	0,04	0,17	0,32
	14	Концентрация внимания	0,39	0,50	0,76
	15	Переключение внимания	0,15	0,55	1,33
Игровая подготовка	16	Игра в «пятнашки»	0,27	1,40	**2,52**
Личностные качества	17	Сдержанность	0,01	0,20	0,41
	18	Тревожность	0,11	0,17	0,37
	19	Склонность к лидерству	0,01	0,40	**2,22**
	20	Самооценка	0,22	**2,24**	**2,82**
Профессиональные качества	21	Анкетирование профессиональных качеств	0,14	1,72	**3,68**

Причем уровни значимости *t*-критерия Стьюдента:

$P < 0{,}05$ при $t > 2{,}07$;

$P < 0{,}01$ при $t > 2{,}82$;

$P < 0{,}001$ при $t > 3{,}79$.

Результаты исследований были обработаны с помощью методов математической статистики. Использовалось сравнение средних арифметических по *t*-критерию Стьюдента (табл. 1).

При первом тестировании, несмотря на улучшение результатов, достоверных различий в показателях между КГ и ЭГ выявлено не было.

Через год при повторном тестировании достоверное различие между нашими группами было выявлено лишь в одном компоненте – тест № 20 ($P < 0{,}05$). Это не является негативной тенденцией, поскольку подготовка юных хоккеистов к будущей профессиональной деятельности процесс многолетний и кропотливый.

А вот при третьем тестировании достоверные различия между КГ и ЭГ были зафиксированы уже в 9 показателях из 21 (причем на уровне значимости не только $P < 0{,}05$, но и $P < 0{,}01$), причем практически во всех рассматриваемых

качествах (кроме, психофизиологических). Это позволяет говорить о достаточно ощутимом прогрессе в результатах ЭГ.

Таким образом, можно констатировать, что анализ представленных экспериментальных данных (средние значения показателей) свидетельствует об эффективности авторской программы по подготовке юных хоккеистов к будущей профессиональной деятельности, прошедшей проверку в СДЮШОР по хоккею.