

5. Кларина М.В. Эффективность организации физического воспитания в коррекционной школе / М.В. Кларина, С.Ю. Прошкина // Научные горизонты. 2014. №11. С. 201-208.

Чемезова М., Третьякова Н.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Россия

ПРОБЛЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА У ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО САМООБОРОНЕ БЕЗ ОРУЖИЯ

Аннотация. Представлено обоснование необходимости разработки программы для девочек-подростков по спортивному единоборству с целью повышения и укрепления их психического и физического здоровья.

Ключевые слова: подростковый возраст, женские спортивные единоборства.

На сегодняшний день, ситуация, которая сложилась за последнее десятилетие, носит неблагоприятный характер в социально-экономической и экологической среде. Нехватка двигательной активности населения ведет за собой негативные тенденции в психическом и физическом развитии подростков. Это приводит к постепенному снижению резервов адаптации, возникновению механизмов рассогласования регуляции функций, возрастанию количества хронических больных, в частности, среди женского контингента [5, С. 35].

Подростковый возраст, по мнению ученых, стоит на особом месте в общем росте заболеваемости [3, с.56]. В психологии такой возрастной период считается одним из наиболее уязвимых. В этот возрастной период организм подростка особенно чувствительным к воздействию отрицательных факторов [2, С. 67].

В информационных источниках по психологии и педагогике подростковый возраст характеризуется как переходный и критический в развитии обучающихся [4, С. 86].

Психологическими особенностями его являются формирование самооценки, чувства взрослости, потребность в общении со сверстника-

ми, развитие познавательных интересов, стремление к самопознанию и самоутверждению.

По мнению Л.И. Лубышевой мотивы и потребности в физической культуре являются осознанным стимулом, направленным на получение удовольствия от движений, самосовершенствования [1, С. 75].

Этот факт подтверждается тем, что на сегодняшний день, как в России, так и за рубежом наблюдается рост численности девочек, девушек и женщин, которые занимаются, казалось бы, чисто мужскими видами спорта: футболом, хоккеем, боксом, борьбой, тяжелой атлетикой.

Однако, несмотря на определенный опыт, который имеется в этом отношении, на сегодняшний день нет достаточного количества информации и полноты данных о влиянии «мужских» видов спорта на женский организм.

Чаще всего спортивная борьба, в большинстве научных работ, рассматривается как предмет спортивного совершенствования. Не редко рассматриваются вопросы профилактики травматизма, профессионального спорта, но все это в большинстве случаев относится к лицам мужского пола.

Только немногочисленное количество научных исследований, посвящены женским спортивным единоборствам. Они описывают широкий спектр проблем, начиная от построения учебно-тренировочного процесса и заканчивая возможностью применения спортивной борьбы на уроках физической культуры в школе.

Вопросы же практического использования данного вида спорта, целью которого является повышение и укрепление психического и физического здоровья, научного обоснования программы подготовки девочек 12-14 лет остаются нерешенными.

Сегодня следует выделить необходимость разрешения сложившихся в теории и практике физического воспитания и спорта противоречий между:

- заинтересованностью и склонностью девочек подросткового возраста к спортивной деятельности разного характера (в частности, спортивной борьбой самбо) и отсутствием специальных учебных программ, соответствующих их возрастным особенностям;
- имеющейся обширной научной информацией относительно изменений функций женского организма, которые происходят под влиянием занятий разными видами спорта и малым количеством научных

сведений, конкретно относящихся к спортивной борьбе девочек и девушек, которые находятся в подростковом возрасте;

- наличием методического материала и практического опыта в спорте высших достижений (применительно к женской спортивной борьбе) и его не востребованностью в целях гармоничного физического развития девочек-подростков и их социализации в образовательных учреждениях.

Библиографический список

1. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. / В.М. Волков, Филин. В.П. М.: Физкультура и спорт, 2015.
2. Германов Г.Н. Технологии модульно-целевого построения тренировочных заданий в микроструктуре тренировки юных спортсменов при разработке учебных программ для детско-юношеских спортивных школ//Культура физическая и здоровье. / Г.Н. Германов 2015, №1 (11).
3. Годик М.А. Комплексный контроль в спорте// тренер. Теория и практика физической культуры. / М.А. Годик, 2014, №1.
4. Диагностика функциональной подготовленности и критерии оценки показателей адаптации юных спортсменов разного возраста и пола с учетом биологического созревания и уровня подготовленности: Метод, пособие / Под. ред. Ф.А. Иорданской. М: Просвещение, 2014. с. 112 – 130.
5. Куколевский, Г.М. Врачебный контроль в физической культуре / Г.М. Куколевский. Справочник по акушерству и гинекологии. М.: Медицина, 1965. 312 с.

Чистопашин К.В., Андрюхина Т.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Россия

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕНЕРА И ЕГО ВЗАИМООТНОШЕНИЕ СО СПОРТСМЕНОМ

Аннотация. В настоящее время конкуренция в спорте очень возросла. Для того чтобы показывать высокие результаты и быть конкурентно способным, спортсменам приходится проделывать очень боль-