

КИЕВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

АЛЬ СИРИ АБДУРАХМАН

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ МАЛЬЧИКОВ
9-10 ЛЕТ КАК КРИТЕРИЙ ОТБОРА ДЛЯ
ЗАНЯТИЙ НАСТОЛЬНЫМ ТЕНИСОМ

13.00.04 – Теория и методика физического
воспитания, спортивной тренировки
и оздоровительной физической культуры

А в т о р е ф е р а т

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

КИЕВ -1993

А 6 Л 8 119

Диссертация выполнена в Киевском государственном институте физической культуры.

Научный руководитель - кандидат педагогических наук, профессор Латышкевич Л.А.

Официальные оппоненты - доктор педагогических наук, профессор Волков Л.В.
кандидат педагогических наук, доцент Стадников В.И.

Ведущая организация - Харьковский государственный институт физической культуры

Защита диссертации состоится "30" сентября 1993 г. в 14.30 ч. на заседании специализированного совета Д 046.02.01 по присуждению ученой степени доктора педагогических наук при Киевском государственном институте физической культуры (252650, г.Киев-5, ул.Физкультуры, 1).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Киевского государственного института физической культуры.

Автореферат разослан "4" июля 1993 г.

Ученый секретарь
специализированного совета,
доктор педагогических наук,
профессор

Л.Я.ИВАЩЕНКО

ЛННБ України ім.В.Стефаніка



00802737 (R)

ЛНБ ім. В. Стефаніка
АН України

AB-28-119

Актуальность темы. Особенностью современного подхода к развитию спорта являются всесторонний научно-обоснованный поиск талантливой молодежи, способность стать полноценной заменой для ветеранов спорта и достичь еще более высоких спортивных результатов.

Достижение высоких спортивных результатов во многом зависит от задатков личности, правильного применения методов и средств в спортивной тренировке, соответствующих требованиям конкретного вида спорта, и своевременного выбора спортивной специализации. Это положение нашло свое отражение во многих работах, как советских (В.П.Филин, 1960-1982; М.С.Бриль, 1980; С.С.Грошенко, 1975; Т.А.Зельдович, 1972; Л.А.Латышкевич, 1976 и др.), так и зарубежных авторов (Майенар, 1971; Рокутвали, 1978 и др.). Вопросы выбора спортивной специализации решаются в неразрывном единстве с проблемой отбора детей для регулярных занятий спортом.

Большие физические и психические нагрузки, связанные с деятельностью в экстремальных условиях соревнований, предъявляют повышенные требования к двигательным, психическим и функциональным качествам спортсменов.

Обобщение и анализ передового опыта спортивной тренировки и изучение доступных нам литературных источников позволяют утверждать, что высокого уровня спортивного мастерства в избранном виде спорта способны достичь только те спортсмены, которые еще в раннем возрасте демонстрируют предрасположенность к проявлению и развитию профильных способностей, характеризующих конкретный вид спортивной деятельности (В.Н.Платонов, 1983).

Определение ведущих двигательных способностей в каждом

виде спорта и выявление их на более ранней стадии развития ребенка, исходный уровень и последующее их развитие являются наиболее эффективным путем решения проблемы подготовки спортивных резервов.

Поэтому проблему отбора детей для занятий настольным теннисом следует считать крайне актуальной и решать ее на основе глубокого изучения функциональной, психической и двигательной деятельности ребенка. Используемые с этой целью методы исследования, теоретические положения и практические рекомендации (М.С.Бриль, 1980; В.П.Филин, 1960-1982 и др.) основаны на широком эмпирическом материале и применяются в настоящее время в практической деятельности тренеров по настольному теннису.

Вместе с тем, существующая система отбора детей для регулярных занятий настольным теннисом до настоящего времени еще не имеет научного обоснования, что актуализирует проведение исследования в этом направлении.

Так, например, нуждаются в уточнении ведущие двигательные способности теннисистов высокой квалификации, преимущественно влияющие на достижение определенного спортивного результата, существующие тесты отбора детей для привлечения их в группы настольного тенниса недостаточно объективно отражают уровень проявления ведущих двигательных способностей, не учитываются компенсаторные возможности юных спортсменов.

Рабочая гипотеза исследования заключалась в предположении, что сохраняя традиционно систему спортивной тренировки юных теннисистов в возрасте 9-10 лет, можно значительно повысить эффективность подготовки спортивного резерва только за счет использования научно-обоснованных тестов отбора детей для регулярных занятий теннисом.

Целью исследования является повышение эффективности и надежности системы отбора мальчиков 9-10 лет и разработка комплексной оценки их способностей для занятий настольным теннисом.

Для решения поставленной цели исследования нами предполагается решить следующие задачи:

1. Выявить группу ведущих двигательных способностей, существенно влияющих на определение уровня специальной физической, технико-тактической подготовленности игроков в настольный теннис и эффективность их игровой деятельности.

2. Определить группу тестов педагогической направленности как критерий уровня проявления ведущих двигательных способностей с целью определения пригодности детей к регулярным занятиям настольным теннисом.

3. Апробировать надежность и объективность установленных спортивно-педагогических тестов для отбора детей к регулярным занятиям настольным теннисом и разработать шкалу очков в системе комплексной оценки их пригодности с учетом компенсаторных факторов.

4. Разработать практические рекомендации, направленные на повышение качества отбора мальчиков 9-10 лет для регулярных занятий настольным теннисом.

Научная новизна работы заключается в том, что впервые в теории и практике настольного тенниса будут выявлены ведущие факторы, уровень проявления которых определяют достижение высокого спортивного результата. Научно обоснованы тесты отбора мальчиков 9-10 лет для регулярных занятий настольным теннисом. Разработана комплексная оценка пригодности мальчиков 9-10 лет для регулярных занятий теннисом.

Практическая значимость работы заключается в возможности использования ее практических рекомендаций в процессе организации и проведения отбора юных спортсменов для регулярных занятий настольным теннисом.

Результаты исследований могут быть использованы как программы, регламентирующие системы отбора по настольному теннису в работе ДСШ.

Основные положения выносимые на защиту:

- группа ведущих факторов педагогической направленности, уровень проявления которых формирует достижение высокого спортивного результата;

- педагогические тесты отбора мальчиков 9-10 лет для регулярных занятий настольным теннисом;

- комплексная оценка пригодности мальчиков 9-10 лет для регулярных занятий настольным теннисом с учетом индивидуальных особенностей и компенсаторных факторов в достижении результата.

Структура работы: диссертация, объемом 126 страниц машинописного текста, состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы (216 источников из них 14 - иностранных авторов). Фактический материал диссертации представлен в 13 таблицах и 2 рисунках.

Методы исследования: Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

1. Изучение и анализ литературных данных.

2. Педагогические наблюдения.

3. Педагогический эксперимент с использованием следующих частных методик:

- механографики, динхроногониографики, реакциометрии,

хронометрии, педагогического исследования.

4. Методы математической статистики.

Результаты исследования

С целью определения ведущих двигательных способностей теннисистов нами была обследована группа квалифицированных спортсменов в количестве 18 человек (МС - 6; КМС - 7; I спортивный разряд - 5) при помощи ряда методик и педагогических тестов, призванных диагностировать уровень развития главных двигательных, координационных способностей и работоспособности.

Перечисленные составляющие являются основой для формирования специфических для настольного тенниса двигательных способностей (А.Н.Амелин, 1992; В.П.Бангулов, А.Н.Расканин, 1979; А.Белайшите, 1984 и др.).

Исследуемые показатели и результаты тестирования представлены в табл. I.

В результате проведенного нами комплексного тестирования определились, путем выявления корреляционной зависимости между уровнем проявления комплексного теста (рис. I) и каждого из исследованных параметров, ведущие двигательные способности теннисистов.

Такая зависимость обуславливается тем, что комплексный тест (последовательное выполнение основных приемов игры с максимальной скоростью перемещения) является объективным и валидным показателем игрового мастерства теннисистов (Г.А.Баргулова, 1989; В.Богущас, 1974). В наших исследованиях объективная валидность комплексного теста: $Z = 724$, а оценочная валидность $Z = 0,817$.

Таблица I

Уровень проявления тестируемых показателей у теннисистов
высокой квалификации

№ пп	Наименование теста или показателя	\bar{x}	$\pm \sigma$	V%
1.	Комплексный тест	34,6	5,79	16,7
2.	Бег 30 м (с)			
3.	Высота выпрыгивания вверх (см)	49,3	5,67	11,5
4.	Время простой двигательной реакции (м/с)	0,31	0,05	16,1
5.	Бег 2x30 м (с)	10,3	11,2	14,4
6.	Прыжок в длину с места (см)	206,6	8,79	4,2
7.	Метание теннисного мяча на дальность (м)	19,5	3,14	16,1
8.	Индекс ИГСТ-теста (условные единицы)	88,5	6,54	7,4
9.	Ошибка при воспроизведении 50% от максимального усилия (кг)	2,9	0,98	33,7
10.	Ошибка при воспроизведении заданного времени (с)	26,3	9,4	35,7
11.	Ошибка при воспроизведении заданного отрезка пространства (см)	1,9	0,83	43,5

Таким образом, в качестве наиболее значимых, кроме комплексного теста, нами были отобраны следующие шесть тестов: бег на 30 м, бег 2x30 м, метание теннисного мяча на дальность, точность воспроизведения 50% усилия от максимального, прыжок в длину с места и ИГСТ.

Следующим шагом на пути определения наиболее информативных с точки зрения отбора датей тестов явилась проверка выделенных шести показателей и комплексного теста на дифференциро-

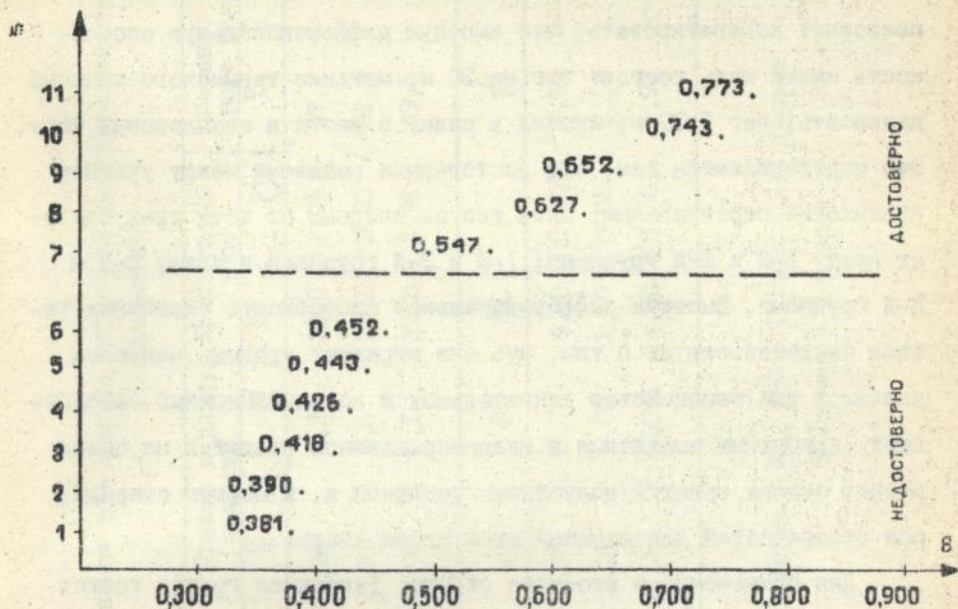


Рис. 1. График корреляционной зависимости каждого из тестируемых показателей и комплексного педагогического теста.

ванную способность. Другими словами, необходимо было определить, сопровождается ли рост спортивного мастерства теннисистов с ростом указанных тестируемых показателей.

С этой целью показатели, полученные на квалифицированных теннисистах (и уже описанные выше) были распределены на две

группы: I - показатели спортсменов - МС и КМС; II - показатели спортсменов I разряда.

В дальнейшем испытания по шести ведущим и комплексному тесту были проведены на новой третьей группе испытуемых, имеющих II спортивный разряд. Полученные данные (табл. 2) сравнивались путем вычисления t -критерия достоверности различий с применением таблиц Стьюдента. Анализ достоверности различий между группами позволяет констатировать, что высокую дифференциальную способность имеют пять тестов: бег на 30 м; метание теннисного мяча на дальность; бег 2x30 м; прыжки в длину с места и комплексный тест. Это подтверждается тем, что достоверные различия между уровнем проявления перечисленных пяти тестов найдены во всех трех случаях между I-й и 2-й группами; I-й и 3-й группами и между 2-й и 3-й группами. Высокая дифференциальная способность указанных тестов свидетельствует о том, что они отражают уровень наиболее значимых для теннисистов двигательных и координационных способностей, требующих выявления в целенаправленном развитии на самых ранних этапах занятий настольным теннисом и, в первую очередь, при отборе детей для занятий этим видом спорта.

Для применения в процессе отбора, указанная группа тестов была несколько усовершенствована, применительно к возрасту юных теннисистов, участвующих в отборе и их физическому развитию. Так, в частности, комплексный тест, выполнение которого требует определенного технического мастерства и развития двигательных и координационных способностей был заменен на его упрощенный вариант - перемещение по диагонали с касанием стоек.

Правомерность замены этих тестов доказана путем проведения сравнительного эксперимента. Квалифицированные теннисисты I спортивного разряда, входившие в состав II группы, участвовавшей в

Таблица 2

Результаты тестирования теннисистов различной квалификации по пяти ведущим параметрам

№ группы	Бег 30 м		Прыжок в длину с места		Комплексный тест		Метание теннисного мяча		Бег 2x30 м	
	\bar{X}	$\pm C$	\bar{X}	$\pm C$	\bar{X}	$\pm C$	\bar{X}	$\pm C$	\bar{X}	$\pm C$
I	4,7	0,24	3,26	4,2	25,0	1,74	57,2	2,16	10,1	1,74
2	5,1	0,8	3,01	9,6	27,1	3,53	52,4	12,7	10,4	3,52
3	5,2	0,56	2,90	8,1	27,6	1,91	49,5	3,24	11,0	1,91
Сравнение	t	P	t	P	t	P	t	P	t	P
I-2	4,00	< 0,001	2,33	< 0,05	4,06	< 0,001	2,14	> 0,05	3,33	< 0,01
2-3	2,86	< 0,01	2,29	< 0,05	2,67	< 0,05	3,12	< 0,01	4,76	> 0,001
I-3	5,0	< 0,001	4,49	< 0,001	4,00	< 0,001	5,92	< 0,001	3,75	> 0,001

I группа - МС, КМС; II группа - I разряд

III группа - II разряд

предварительном эксперименте, выполнили тесты, предназначенные для детей: перемещение по диагонали (3 м) приставными шагами с касанием стоек. Эти данные были прискоррелированы с соответствующими показателями выполнения комплексного теста.

Полученный коэффициент корреляции (комплексный тест - перемещение по диагонали) $Z = 821$ показывает их тесную взаимосвязь, что подтверждает правомерность такой замены.

Таким образом, в окончательном виде совокупность тестов отбора детей 9-10 лет для занятий настольным теннисом выглядит следующим образом:

а) бег на 30 м; б) прыжки в длину с места; в) бег 2х30 м; г) метание теннисного мяча на дальность; перемещение по диагонали (комплексный тест).

С целью разработки шкалы очков и системы комплексной оценки пригодности детей к занятиям настольным теннисом было проведено широкое тестирование мальчиков 9-10 лет по выделенным пяти показателям профильных двигательных способностей (табл. 3).

Результаты проведенного тестирования обнаруживают две существенные способности.

Первая - заключается в том, что мальчики Украины и Йемена в возрасте 10 лет демонстрируют значительно лучшие результаты в предлагаемых тестах, чем мальчики 9 лет. Исключение составляют лишь результаты бега на 30 м у украинских мальчиков, оказавшиеся примерно равными. Однако, учитывая, что все остальные показатели обнаруживают тенденцию к значительному улучшению у 10-летних мальчиков по сравнению с 9-ти летними, можно сделать вывод, что при ведении отбора, показатели детей 10 и 9 лет необходимо дифференцировать. Такая дифференциация потребует и создания разных количественных критериев отбора по тестируемым показателям.

Таблица 3

Уровень проявления тестируемых показателей при отборе детей Украины и Йемена
в возрасте 9-10 лет для занятий настольным теннисом

№№ п/п	Страна и возраст детей	Т е с т ы									
		Бег 30 м (с)		Прыжок в дли- ну с места (см)		Комплексный тест (с)		Метание теннис- ного мяча (м)		Бег 2x30 м (с)	
		\bar{X}	$\pm G$	\bar{X}	$\pm G$	\bar{X}	$\pm G$	\bar{X}	$\pm G$	\bar{X}	$\pm G$
1.	Мальчики 10 лет Украина - 30 чел.	5,81	0,34	163,9	11,16	34,55	0,34	20,5	0,63	13,1	0,77
2.	Мальчики 10 лет Йемен - 12 чел.	6,14	0,14	150,1	8,17	36,84	0,44	16,3	0,58	13,7	0,81
3.	Мальчики 9 лет Украина - 30	5,93	0,33	156,1	6,14	37,67	0,69	16,1	0,72	14,2	0,90
4.	Мальчики 9 лет Йемен - 10	6,64	0,47	143,6	13,91	38,42	0,47	14,6	0,18	14,8	0,79

Вторая особенность, обнаруженная при анализе полученных данных, заключается в том, что показатели украинских мальчиков по ряду параметров значительно лучше, чем у мальчиков Йемена того же возраста. Обращает на себя внимание и тот факт, что это преимущество наиболее заметно в проявлении двигательных (скоростно-силовых и скоростных) способностей.

Вместе с тем, результаты, показанные при выполнении тестов, требующих высокого уровня развития координационных способностей примерно одинаковы у мальчиков одного возраста — у украинских и йеменских.

Данные, полученные в исследовании, легли в основу разработки оценочных таблиц уровня проявления тестируемых показателей. С помощью этих таблиц тренер, ведущий отбор, может выразить реальный результат каждого ребенка по каждому тесту в очках и, получив их сумму ориентироваться на комплексный показатель развития двигательных способностей детей, участвующих в отборе.

Необходимость получения комплексного показателя является главной целью создания таких оценочных таблиц. Это объясняется компенсаторным характером развития двигательных способностей, врожденных задатков и реальных возможностей к определенному виду деятельности. Определив нижнюю границу комплексного показателя развития двигательных способностей у детей, проходящих отбор, экспериментатор тем самым устанавливает единый (для данного возраста) критерий отбора.

При разработке оценочных таблиц (табл. 5) для показателя развития двигательных способностей мальчиков 9-10 лет использовался метод сигнальных отклонений.

Проведенная предварительная проверка показала нормальность распределения имеющихся показателей.

Таблица 4

Различия в уровне проявления тестируемых показателей при отборе мальчиков
Украины и Йемена для занятий настольным теннисом в возрасте 9-10 лет

Сравнение между группами детей	t	P	t	P	t	P	t	P	t	P
Украина - Йемен - 10 лет	3,57	< 0,001	5,39	< 0,001	1,96	< 0,05	2,06	> 0,05	8,51	< 0,001
Украина - Йемен - 9 лет	5,83	< 0,001	8,28	< 0,001	1,49	< 0,05	0,70	< 0,05	4,79	< 0,001
Украина - 10-9 лет	0,37	< 0,05	4,20	< 0,001	4,23	< 0,001	3,53	< 0,01	5,74	> 0,001
Йемен - 10-9 лет	10,00	< 0,001	2,78	< 0,05	6,01	< 0,001	3,72	< 0,001	2,83	> 0,05

Для того, чтобы таблица была пригодна для обоих возрастов в качестве крайних значений брались: для верхней границы $X + 2\sigma$ (в зависимости от показателей - плюс или минус) мальчиков из Украины 10 лет, для нижней границы $X - 2\sigma$ (в зависимости от показателя - плюс или минус) мальчиков Йемена 9 лет.

Следующим этапом стало определение нижнего критерия комплексного показателя уровня развития двигательных способностей у мальчиков 9-10 лет. При этом за минимальную границу каждого показателя была взята величина, которая на величину была лучше X .

При переводе на очки минимальной границы каждого показателя были определены суммарные показатели (в очках) для мальчиков 10 и 9 лет из Украины и из Йемена (табл. 5).

С целью апробации надежности и объективности указанных тестов отбора был проведен педагогический эксперимент. Группа мальчиков (Украина, 30 чел.), участвовавшая в предварительном исследовании была разделена на две подгруппы. В I-ю подгруппу (13 человек) вошли испытуемые, набравшие по сумме показателей больше 360 очков каждый, а во II-ю группу (17 человек) вошли мальчики, не набравшие положенную сумму баллов, т.е. не прошедшие отбор. Задача эксперимента заключалась в том, чтобы проследить, каким образом происходит рост тестируемых показателей при развитии двигательных способностей у детей, прошедших или не прошедших отбор (набравших или не набравших установленную сумму баллов), при условии, если они тренируются одновременно, по одной методике и под руководством одного тренера.

Педагогический эксперимент был начат в сентябре 1992 г. и окончен в январе 1993 г. В течение этого времени группа испыту-

Таблица 5

Комплексная оценка результатов тестирования при отборе мальчиков 9-10 лет
для занятий настольным теннисом

Очки	Бег 30 м	Прыжок в длину	Комплексный тест	Бросок теннисного мяча	Бег 2x30 м
90	5,20	200	40,0	25,0	10,5
89	5,21-5,23	199	40,1	24,81-24,99	10,53-10,56
88	5,24-5,26	198	40,2	24,70-24,80	10,59-10,62
87	5,27-5,29	197	40,3	24,60-24,69	10,65-10,68
.					
.					
.					
0	7,88-7,90	III	49,0	7,01-7,20	17,08-17,11

Минимальные границы проявления комплекса показателей в очках

51

Украина - 10 лет - 360 очков

Украина - 9 лет - 290 очков

Йемен - 10 лет - 300 очков

Йемен - 9 лет - 200 очков

емых тренировалась три раза в неделю (по 2 академических часа). Содержание тренировочных занятий полностью соответствовало программе ДЮСШ по специализации настольный теннис.

В результате проведенного педагогического воздействия двигательные способности испытуемых претерпели изменения, которые были диагностированы теми же пятью тестами, применяемыми при отборе. Сравнение полученных данных с исходными показателями внутри каждой группы (табл. 5) позволило выяснить, что величины расчетного t -критерия достоверности различий в I-й группе находятся в пределах от 2,07 до 4,00 и во 2-й группе - от 1,68 до 3,17. Это свидетельствует о более высоких темпах роста ведущих двигательных способностей у испытуемых I группы.

Доказательство более высоких темпов развития основных двигательных способностей у мальчиков, ранее прошедших отбор, по сравнению с темпами развития этих же параметров у мальчиков, неуспешно сдавших контрольные испытания, является еще одним свидетельством пригодности и правомерности применения разработанных в данном исследовании тестов отбора и системы комплексной оценки их двигательных способностей.

ВЫВОДЫ

I. Ведущими двигательными способностями игроков в настольный теннис, преимущественно влияющими на эффективность игровой деятельности, являются:

- уровень проявления скоростно-силовых способностей при выполнении упражнения соревновательного характера, приближенных по своей структуре к специфике выполнения приемов игры; координационные способности спортсменов, выражающиеся в эффективности

выполнения внезапно возникающих игровых задач в выявлении вариативных конфликтных ситуаций игры; способность спортсменов к точной дифференцировке пространственно-временных и силовых характеристик движения; способность длительное время осуществлять специфическую деятельность, не снижая ее эффективности.

2. Наиболее информативными показателями, отражающими уровень проявления ведущих двигательных способностей, являются:

- скорость бега на короткие дистанции;
- скоростная выносливость спортсмена;
- длина прыжка с места;
- мощность и максимальный темп баллистических движений;
- работоспособность;
- точность дифференциации усилий.

3. Комплексный педагогический тест, включающий последовательное выполнение основных приемов игры в сочетании с быстрыми, короткими перемещениями, тесно соотносится с показателями технико-тактической подготовленности теннисистов: рейтингом игрока ($Z = 0,817$) и уровнем спортивных достижений ($Z = 0,724$).

4. Наиболее информативными тестами для диагностики ведущих двигательных способностей игроков в настольный теннис (по степени корреляции с комплексным тестом) являются:

- бег 30 м ($Z = 0,773$);
- бег 2х30 м ($Z = 0,733$);
- прыжки в длину ($Z = 0,652$);
- броски теннисного мяча ($Z = 0,547$);
- точность воспроизведения пространственных и силовых характеристик движений ($Z = 0,521$; $Z = 0,497$ соответственно).

5. При проведении тестирования мальчиков Украины и Йемена по определенным в работе пяти тестам выявлено:

- достоверное различие в уровне проявления тестируемых показателей между мальчиками 9-10 лет;
- уровень развития быстроты и скоростно-силовых качеств у мальчиков Украины достоверно выше, чем у мальчиков Йемена того же возраста.

6. Надежность и информативность тестов отбора проведена в педагогическом эксперименте. Он проводился в контрольной и экспериментальной группах по одной методике и показал более высокие темпы развития основных двигательных способностей у детей, успешно сдавших тесты отбора (экспериментальная группа) по сравнению с детьми, не успешно сдавшими тесты отбора (контрольная группа).

7. Разработана шкала очков, применение которой позволит переводить равномерные показатели (бег - секунды, прыжки - сантиметры, метание - метры) в единомерные.

Определены оптимальные границы необходимого уровня проявления ведущих двигательных способностей мальчиков 9-10 лет при их отборе для регулярных занятий настольным теннисом.

8. Учитывая, что недостатки в развитии одних способностей компенсируются высоким уровнем развития других, предлагается комплексная оценка определения пригодности мальчиков 9-10 лет для регулярных занятий настольным теннисом в конкретных цифровых величинах:

- мальчики 10 лет (Украина) - 360 очков;
- мальчики 10 лет (Йемен) - 300 очков;

- мальчики 9 лет (Украина) - 290 очков;
- мальчики 9 лет (Йемен) - 200 очков.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Одним из существенных моментов при комплектовании детских учебных групп по специализации настольный теннис является организация и проведение отбора для регулярных занятий избранным видом спорта.

2. Первичными показателями, определяющими целесообразность привлечения мальчиков 9-10 лет к конкурсным испытаниям являются: отсутствие патологических отклонений в состоянии здоровья, хорошая координация движений, проявление хороших двигательных способностей ребенка и общая подвижность в естественных видах движения (бег, прыжки, метания).

3. Для оценки уровня развития физических качеств и двигательных способностей мальчиков 9-10 лет мы рекомендуем комплекс специальных упражнений (тестов), характеризующих основные компоненты - его двигательных способностей, специфичных для игры в настольный теннис и дающих представление об уровне развития скоростно-силовых способностей ребенка и его специфичных координаций, активности, творчества и избирательности в выполнении приемов игры.

Таковыми тестами при отборе мальчиков 9-10 лет для занятий настольным теннисом являются: бег 30 м, бег 2х30 м, метание теннисного мяча на дальность, прыжок в длину с места, комплексный тест.

4. Прием указанных контрольных нормативов у мальчиков необходимо проводить за два следующих друг за другом занятия.

1 занятие - проводится бег 30 м с высокого старта, метание теннисного мяча на дальность и прыжок в длину с места.

2 занятие - бег 2х30 м с высокого старта. Комплексный тест.

5. Мы рекомендуем использовать комплексную оценку двигательных способностей мальчиков 9-10 лет, так как такой подход дает возможность более объективно оценивать пригодность ребенка к регулярным занятиям теннисом, где учитывается, что недостаток в развитии одних качеств компенсируется за счет высокого развития других.

Учитывая вышесказанное, а также с целью осуществления комплексной оценки, нами разработана таблица очков оценки результатов контрольных нормативов по рекомендуемым тестам. В приводимой таблице указываются нижние границы очковых оценок, а на основе количественных показателей каждого теста вводится обязательный суммарный показатель в очках.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. С.В.Витренко, Аль Сири Абдурахман. Методические рекомендации по отбору и подготовке юных теннисистов на первом этапе многолетнего совершенства. - Киев, ГИИИ, 1993 - 23 с.

2. Л.П.Зелорожанова, Дуайер Марван, Аль Сири Абдурахман. Обоснование эффективности использования времени двигательной реакции в целях отборе волейболистов в состав команды. "Подготовка высококвалифицированных спортсменов в спортивных иг-

рах". - Сборник научных трудов. - Киев, ИГИДК, 1992. -
с.50-54.

عبد الرحمن علي السري
KS

Институт "Киевский Стройпроект" Зах813-100 93г.

463636

AB 28.119

AB 28.119