

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет индивидуальных образовательных технологий

Кафедра теории и методики спортивных игр

Заведующий кафедрой

_____ Родин А.В.

«_____» _____ 20__ г.

МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ
ТЕННИСИСТОВ 10-12 ЛЕТ

Выпускная квалификационная работа
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____

Назарович П.Ю.

Научный руководитель _____

к.п.н., доцент _____

Родин А.В.

Оценка за работу _____

(прописью)

Председатель ГЭК

Директор МБУ ДО СДЮСШОР №1

г. Смоленска, Заслуженный работник

физической культуры РФ

Иванов В.Г.

Смоленск - 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	6
1.1 Характеристика игровой деятельности в настольном теннисе.....	6
1.2 Возрастные закономерности развития психомоторных способностей в настольном теннисе.....	9
1.3 Оптимизация учебно-тренировочного процесса юных спортсменов 10-12 лет, занимающихся настольным теннисом....	16
Заключение.....	18
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	20
2.1 Методы исследования.....	20
2.2 Организация исследования.....	23
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ.....	25
3.1 Методика развития психомоторных способностей у юных спортсменов 10-12 лет, занимающихся настольным теннисом.....	25
3.2 Динамика психомоторных способностей у юных спортсменов 10-12 лет, занимающихся настольным теннисом.....	31
Заключение.....	37
Выводы.....	38
Практические рекомендации.....	40
Литература.....	41

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Подготовка юных спортсменов в настольном теннисе сопряжена с непосредственным обучением двигательным действиям и развитием психомоторных способностей, которые, во многом, обеспечивают достижение высоких спортивных результатов в соревновательной деятельности (А.Н. Амелин, В.А. Пашинин, 2005).

Возрастной период 10-12 лет в настольном теннисе относится к этапу спортивной специализации ДЮСШ. В это время у юных спортсменов отмечается быстрое и рациональное овладение двигательными действиями в быстро меняющихся условиях игровой деятельности, что свидетельствует о необходимости развития различных психомоторных способностей у занимающихся настольным теннисом (А.А. Дмитриев, 2005; В.П. Черемисин, 2006).

Организация тренировочных занятий с юными теннисистами в возрасте 10-12 лет должна идти по принципу становления двигательных и психических функций, зависящих от направленности и содержания педагогических воздействий, которые необходимо, чтобы совпадали с возрастными ритмами моторики ребенка (О.Н. Шестеркин, 2000; О.В. Василенко, 2008).

Анализ действующего Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис (40) свидетельствует о том, что в его содержании, отсутствуют методические рекомендации, направленные на развитие психомоторных способностей у юных спортсменов, занимающихся настольным теннисом на этапе спортивной специализации.

Результаты анализа специальной научно-методической литературы (Г.В. Барчукова, 1997; Э.Я. Фриерман, 2005) показали, что в педагогической практике практически отсутствуют данные посвященные разработке содержания психомоторной подготовки юных спортсменов, занимающихся настольным теннисом на этапе спортивной специализации.

Таким образом, представленная выше проблема свидетельствует о необходимости разработки и обоснования психомоторной подготовки юных спортсменов 10-12 лет, занимающихся настольным теннисом, что обуславливает практическую и научную актуальность исследования.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс юных спортсменов 10-12 лет, занимающихся настольным теннисом на этапе спортивной специализации.

Предмет исследования - содержание методики развития психомоторных способностей у юных теннисистов 10-12 лет.

Цель исследования – разработать и экспериментально обосновать эффективность методики развития психомоторных способностей у юных теннисистов 10-12 лет.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что разработка и внедрение в учебно-тренировочный процесс юных спортсменов 10-12 лет, занимающихся настольным теннисом на этапе спортивной специализации методики развития психомоторных способностей, позволит оптимизировать учебно-тренировочный процесс, а также будет способствовать повышению спортивного мастерства.

Задачи исследования:

1. Изучить особенности организации учебно-тренировочного процесса у юных спортсменов, занимающихся настольным теннисом.
2. Разработать методику развития психомоторных способностей у юных теннисистов 10-12 лет.
3. Оценить эффективность методики развития психомоторных способностей у юных теннисистов 10-12 лет.

Практическая значимость. Результаты исследований, позволили доказать эффективность методики развития психомоторных способностей у юных теннисистов 10-12 лет на этапе спортивной специализации, что позволило существенно повысить уровень спортивного мастерства

спортсменов, а также обеспечило достижение высокого уровня технико-тактической подготовленности.

Разработанные методические рекомендации по развитию психомоторных способностей юных спортсменов, специализирующихся в настольном теннисе, могут быть использованы в системе подготовки детей в ДЮСШ, СДЮШОР на этапе спортивной специализации.