

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРИВЛЕЧЕНИЮ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ К ЗАНЯТИЯМ В СЕКЦИЯХ БОКСА

Кузьмин Владимир Андреевич

Сибирский федеральный университет, Военно-инженерный институт, г. Красноярск, Россия

Осипов Александр Юрьевич

Красноярский государственный медицинский университет им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России, г. Красноярск, Россия

Проблема привлечения юношей и молодёжи к активным занятиям спортом одна из актуальных в современной системе подготовки квалифицированных спортсменов. Привлечение школьников среднего и старшего возраста к активным и организованным формам занятий позволит решить эффективный спортивный отбор. Целью нашей работы является выявление результативных форм организации занятий и условий, обеспечивающих регулярные занятия юношей и молодёжи боксом.

The problem of attracting young men and young people in active sports activities is crucial in the modern system of training of qualified athletes. Engaging middle school students and older for active and organized forms of training will solve effective sports selection. The aim of our work is to identify effective forms of employment and conditions to provide regular classes for boys and youth boxing.

Бокс – один из массовых и любимых видов спорта среди различных категорий населения современной России. Вполне очевидно, что привлечение школьников среднего и старшего возраста к активным и организованным формам занятий позволит решить эффективный спортивный отбор, выявить перспективных юношей, оценить их индивидуальные двигательные и психофизиологические особенности, увлечь их тренировочно-соревновательным процессом, обуславливающим приобщение к активным занятиям боксом и саморазвитию. Положительное влияние занятий боксом на развитие двигательных и психических функций, воспитание моральных и волевых качеств личности, позволяет рассматривать бокс не только как один из множества видов спорта, но и как мощное средство физического воспитания молодых людей [3].

Проблема привлечения юношей и молодёжи к активным занятиям спортом одна из стержнеформирующих в современной системе подготовки высококвалифицированных спортсменов. Значительное количество юношей 14-16 лет находятся вне сферы влияния спортивной деятельности, что

затрудняет выбор и поиск одарённых личностей, способных со временем защищать спортивную честь России на самых престижных соревнованиях.

Большое количество молодых людей занимающихся боксом - одно из условий здоровой конкуренции за место в сборной команде города, республики, страны. Также данный фактор инициирует поиск индивидуальных способов повышения спортивного мастерства боксеров, воспитания бойцовских качеств, формирования индивидуального стиля боксирования и поведения на ринге.

Целью нашей работы является выявление результативных форм организации занятий и условий, обеспечивающих привлечение юношей и молодёжи к регулярным занятиям боксом.

Анализ научно-методической литературы свидетельствует о том, что сложившаяся практика спортивного отбора для занятий боксом не обеспечивает массового притока юношей и молодёжи в секции, что требует коренного пересмотра по организации и деятельности тренерского состава по столь актуальному вопросу. Более того исследования показали, что даже большой приток молодежи в секции бокса не является самоцелью, так как в секциях бокса в среднем после одного года занятий остается лишь около 5% занимающихся [1], что указывает на потребность поиска новых форм организации занятий, проведения набора в секции и т.д. Авторами был проведён педагогический эксперимент для выявления перспективности предложенного ими подхода к решению проблемы привлечения данной возрастной группы к занятиям боксом. Суть эксперимента заключалась в том, что наряду с традиционным методом набора, когда тренер-преподаватель для комплектования групп начальной подготовки первого года обучения во время посещения школьных уроков физической культуры отмечал наиболее активных учащихся среднего и старшего возраста и приглашал их на секционные занятия боксом, была апробирована такая активная форма как открытые уроки бокса для указанной возрастной группы в целях привлечения юношей и молодёжи к занятиям боксом. В ряде общеобразовательных школ города по договорённости с руководством на уроках физической культуры опытные тренеры провели показательные учебно-тренировочные бои с участием боксёров имеющих спортивные разряды и звания. Подобные выступления наглядно показали моделирование роста уровня подготовленности боксёра от новичка до квалифицированного спортсмена. Единственное условие приёма в секцию состояло в сочетании занятий боксом с успешной учёбой в школе. Старшеклассникам с низкими показателями в учёбе давался месяц для выправления положения.

После серии показательных уроков в ДЮСШ и секции пришли подростки и юноши, общим количеством превышающим число занимающихся ранее. Из этих юношей были взяты 17 чел. для участия в эксперименте, эта группа стала экспериментальной (ЭГ). Контрольную группу (КГ) состави-

ли юноши, отобранные традиционным методом. С целью определения исходного уровня физической подготовленности исследуемых, авторы провели тестирование с использованием следующих контрольных упражнений: челночный бег (3x4) – сек.; прыжок в длину с места – см; подтягивание на перекладине – кол-во раз; бросок набивного мяча (вес 4 кг) – см; поднимание прямых ног из виса до касания перекладины – кол-во раз; не выявило существенных различий в показателях физической подготовленности в контрольной и экспериментальной группах ($p > 0,05$).

Контрольная группа занималась по программе, рекомендованной Федеральным Агентством по физической культуре и спорту РФ (2005 г.) [2], для групп бокса, экспериментальная группа – по предложенной авторами методике приглашения на занятия действующих спортсменов. Большое количество занимающихся обусловило возможность использования активных массовых форм организации занятий избранным видом спорта. После проведения стартового тестирования занятия в течение двух месяцев проводились на свежем воздухе с применением средств, обеспечивающих адаптацию организма к мышечной нагрузке и постепенное увеличение показателей силы, быстроты, общей выносливости и специфичной для бокса разновидности ловкости, точности двигательных действий, устойчивости тела и др.

На каждом учебно-тренировочном занятии начинающие спортсмены знакомились с элементами бокса, что способствовало формированию устойчивого интереса к избранному виду спорта. Особенностью проведения массовых занятий на открытом воздухе стало участие квалифицированных боксёров в качестве активных помощников тренера. Это позволило обеспечить:

- непрерывное педагогическое наблюдение с целью выявления отношения новичков к выполнению заданий;
- проведение медицинского и педагогического контроля за функциональным состоянием занимающихся;
- поддержание оптимальной плотности тренировки при усвоении технических приёмов бокса.

Большое внимание уделялось формированию убеждения начинающих боксёров в успешности их спортивной деятельности при условии трудолюбия, дисциплинированности и целеустремлённости. Достижение успеха в боксе рассматривается тренером как ведущий фактор повышения самооценки, самоуважения, чувства собственного достоинства и их положительного влияния на качество учёбы в школе, поведения в классе, семье, на улице и формирования характера.

Спортивный педагог разъяснял юным боксёрам, что спорт служит мощным средством самоутверждения и самовыражения, духовного и физического развития. В качестве модели построения индивидуального спортивного мастерства и саморазвития приводились биографии выдающихся

советских и Российских боксёров – чемпионов, победителей и призёров чемпионатов страны, Европы, мира и Олимпийских Игр.

По мере формирования спортивного коллектива боксёры-новички ощущали свою принадлежность к команде. Их учебными делами в школе тренеры интересовались на каждой тренировке, от классных руководителей узнавали об индивидуальных особенностях своих подопечных, их семьях, интересах ребят. С первых занятий начинающих спортсменов знакомили с кодексом чести боксёра, правилами поведения на тренировке, приёмами самоподготовки, методами выполнения индивидуальных, самостоятельных занятий. Содержание каждой тренировки отличалось включениями нового технического приёма, способа выполнения атакующего или защитного действия, вариативностью применяемых физических упражнений, теоретическими сведениями из истории бокса, правил соревнований, определений, понятий и т.п.

Основными установками для тренеров являлось обеспечение удовлетворённости молодых людей тренировочными занятиями; реализации индивидуального подхода; всестороннее изучение личности спортсмена; определение подростков, нуждающихся в дополнительном внимании, моральной поддержке и участии.

После окончания педагогического эксперимента, в конце учебного года, было проведено повторное тестирование для определения динамики увеличения показателей двигательных и координационных качеств исследуемых групп юных боксёров.

Материалы исследования показали, что общий уровень физической подготовленности увеличился в обеих группах: контрольной и экспериментальной. Однако в экспериментальной группе показатели были значительно выше. Так, в КГ, результат прыжка в длину с места улучшился на 7,1%, в ЭГ, соответственно, на 16,3%. Бросок набивного мяча весом 4 кг правой рукой в КГ увеличился на 6,8%, левой рукой – на 5,7%. В ЭГ, соответственно, правой рукой на 17,4%, левой – 16,2% ($p < 0,05$). Количество подтягиваний на перекладине в КГ возросло на 6,4%, в ЭГ на 15,9% ($p < 0,05$).

Анализ полученных данных позволяет нам отметить значительное повышение тестовых показателей общей и специальной физической подготовленности у юношей экспериментальной группы по сравнению с результатами тестов контрольной группы. Данные результаты служат подтверждением эффективности предлагаемой авторами методики организации и проведения учебно-тренировочного процесса в спортивных секциях по боксу.

Литература:

1. Аминов Р.Х. Квалификационный подход на этапе начальной подготовки юных боксеров: Дис...канд. пед. наук. Тюмень. 2001. 150 с.

2. Бокс: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. М.: Советский спорт. 2005. 71 с.

3. Качурин А.И. Бокс в системе физической культуры студента: учебное пособие. М.: ФиС, 2006. 342 с.