

РЕФЕРАТ

Отчет 50 с., 8 рис., 60 источн.

ФУТБОЛ, ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ, ПОТЕНЦИАЛ, КОНТРОЛЬ, СОПРЯЖЕННЫЕ СРЕДСТВА, АЛГОРИТМ, МЕТОДИКА, ТРЕНИРОВКА, ЮНЫЕ ФУТБОЛИСТЫ

Объектом исследования является методика повышения уровня психофизического потенциала юных футболистов.

Цель работы – разработка методики повышения уровня психофизического потенциала юных футболистов средствами сопряженной направленности.

В процессе работы проводились:

1. Изучение теоретико-методические основы подготовки футболистов на этапе углубленной специализации.

2. Разработка методики диагностики уровня психофизического потенциала футболистов на этапе углубленной специализации.

3. Разработка алгоритма оценки уровня психофизической готовности юных футболистов на разных этапах годичного цикла подготовки.

4. Экспериментальное обоснование методики повышения уровня психофизического потенциала юных футболистов средствами сопряженной направленности.

Методы исследования: теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, педагогический эксперимент, качественный и количественный анализ результатов экспериментального исследования.

Основные конструктивные и технико-эксплуатационные показатели: методика комплексного контроля и коррекции психофизического потенциала юных футболистов.

Степень внедрения – применение данной методики позволит проводить строгий количественный анализ вместо качественной визуальной субъективной оценки психофизической подготовленности юных футболистов.

Результаты мониторинга психофизической подготовленности юных футболистов могут применяться в тренировочном процессе при подборе специальных средств и методов подготовки. Практическая значимость – разработаны конкретные рекомендации по организации и контролю уровня компонентов психофизического потенциала футболистов, которые позволят повысить эффективность учебно-тренировочного и соревновательного процесса.