

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ВХОДЯЩЕГО И ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЭЛЕКТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЯ МИНИ-ФУТБОЛ

С.В. Корнев, старший преподаватель

Е.М. Солодовник, старший преподаватель

Петрозаводский государственный университет
(Россия, г. Петрозаводск)

***Аннотация.** В 2016-2017 учебном году кафедра физической культуры ПетрГУ перешла на преподавание предмета физической культуры по элективным направлениям для первого курса. Для осуществления входящего и текущего контроля возникла необходимость в разработке контрольных нормативов.*

***Ключевые слова:** элективная дисциплина, мини-футбол, тестирование, контрольные нормативы.*

В ПетрГУ в 2016/2017 учебного году была введена организация учебных занятий по физической культуре с возможностью выбора студентом элективной дисциплины. Преподавателями кафедры физической культуры были опрошены студенты 1 курса (1218 человек). Студентам было предложено выбрать направления, по которым они хотели бы заниматься, а именно: баскетбол, волейбол, плавание, офп, футбол, аэробика и лёгкая атлетика. Направление баскетбол – выбрало 111 первокурсников. Из них 43–девушки, 68–юноши, футбол -58 юношей, силовая подготовка/тренажерный зал 71 – девушка, 141 – юноша, фитнес - 193 девушки, легкая атлетика – 22 девушки, 12- юношей, гиревой спорт - 32 – юноши, 10 – девушки, плавание - 81 девушка и 86 юношей, настольный теннис 11 человек, самбо – 29 юношей, офп – 31 юноша и 39 девушек. В СМГ записалось – 60 человек [3].

Для эффективной работы преподавателя важно знать начальный уровень готовности студентов в выбранном направлении, особенно это актуально для спортивных игр, где кроме общей и специальной физической подготовки важно иметь представление об уровне технической подготовленности студента.

При выборе контрольных нормативов, мы столкнулись с рядом сложно-

стей. Оказалось, что разработанные нормативы школ, ДЮСШ не подходят для студентов, занимающихся на элективном направлении мини-футбол. Первые оказались слишком низкие, контрольные нормативы ДЮСШ – слишком сложными. В связи с этим мы поставили себе задачу разработать контрольные нормативы адаптированные для студентов ВУЗа (входящий и итоговый контроль). Для этого в период с января 2017 года по декабрь 2017г. проводился сбор и анализ контрольных нормативов студентов, занимающихся на элективном направлении мини-футбол.

Для оценки начального уровня физической готовности студентов к дисциплине мы предлагаем принимать следующие тесты: прыжок в длину с места, бег 3x10 м (сек.), бег 3000 метров.

1. Бег 3 по 10 м. Выполняется с высокого старта. Нужно касаться рукой линии. Время фиксируется по общепринятой методике (ручным секундомером). Учитывается лучший результат по двум попыткам.

2. Прыжок в длину с места. Из исходного положения стоя, стопы врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой выполняется прыжок вперед с места на максимально возможное расстояние.

3. Бег 3000 метров.

Таблица 1. Результаты контрольных нормативов входящего уровня. Юноши

№	Бег 3000 м	Прыжок в длину с места (см)	Бег 3 x 10 м (сек.)
1	13,10	272	7,3
2	14,05	240	7,4
3	13,00	205	7,3
4	12,50	220	7,9
5	14,20	203	7,5
6	13,20	200	7,9
7	13,40	253	7,3
8	12,45	201	7,9
9	13,15	222	7,4
10	13,10	203	7,4
11	14,12	203	7,6
12	12,35	206	7,8
13	13,10	202	7,6
14	13,30	210	7,4
...			
	13,2	211	7,5

Таблица 2. Нормативные требования входящего уровня

Упражнения	Юноши		
	Отлично	Хорошо	Удовл.
Бег 3000 м	12.40	13.30	14.30
Прыжок в длину с места (см)	220 и более	210 и более	200 и более
Бег 3 x 10 м (сек.)	7.4 и менее	7.5 - 7.8	7.8 - 8.0

Исходя из полученных результатов, предлагаем следующие критерии оценки студентов, входящего уровня: (табл. 2.)

Для перехода студентов с первого уровня на второй, необходимо владеть не только хорошими физическими качествами, но и иметь навыки специальной технической подготовки. Для этого рекомендуем к входящим контрольным тестам первого уровня (только более высокие критерии) добавить контрольные нормативы на оценку технической подготовки студентов:

1. Бег 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией.

Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время бега.

2. Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу и правой и левой ногой с расстояния 20 м. Юноши посылают мяч в ворота; он должен пересечь линию ворот по воздуху. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попадания.

Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема).

Таблица 3. Результаты контрольных нормативов первого уровня. Специальная физическая подготовка. Юноши

№	Бег 30 м(сек)	Удары по воротам с 20 метров	Жонглирование мячом
1	6.3	2	15
2	5.5	3	7
3	5.2	1	11
4	5.3	4	16
5	5.1	2	11
6	5.3	3	21
7	5.8	0	24
8	5.1	3	13
9	5.6	2	10
10	5.3	0	25
11	5.7	3	8
12	5.2	2	17
13	4.1	4	27
14	5.4	1	12
...			

Исходя из полученных и обработанных данных, рекомендуем для перехода занимающихся с первого уровня обуче-

ния на второй, следующие контрольные нормативы по физической подготовке:

Таблица 4. Нормативные требования 2 го уровня обучения техническая подготовка

Упражнения	1 курс	2 курс
	Зачет	Зачет
Жонглирование (3 попытки). Количество раз.	10 и больше	20 и более
Удары по воротам с 20м. Попадание мяча в ворота по воздуху (10 ударов)	2 и больше	4 и более
Бег 30 м (сек.)	5,3 и менее	4,3 и менее

* Для перехода на следующий уровень студенту необходимо выполнить норматив по технической подготовке на «Зачет»

* Для перехода на следующий уровень студенту необходимо выполнить норматив по физической подготовке на оценку «Удовлетворительно» и выше

Курс элективной дисциплины в ПетрГУ рассчитан на три года, поэтому нам необходимо разработать контрольные нормативы второго и третьего уровня обучения. В ближайший год будет проводиться дальнейший сбор результатов их обработка, корректировка и дополнения.

Библиографический список

1. Годик М. А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик; [худож. Е.С. Пермяков]. - Москва: ТЕРРА-СПОРТ: Олимпия PRESS, 2006. – 272 с.
2. Красников А.А. Основы теории спортивных соревнований: учеб. пособие для вузов физической культуры/А.А.Красников. – М.:Физическая культура, 2005. – 60 с.
3. Солодовник Е.М. Изучение физической, технической и функциональной подготовки студентов первокурсников, занимающихся баскетболом (элективные дисциплины) \\\ современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов. Материалы Всероссийской научно практической конференции. – 2017. – с. 248-251.

**EVALUATION MEANS FOR INCOMING AND CURRENT CONTROL OF THE
ELECTRIC DIRECTION OF MINI-FOOTBALL**

S.V. Cornev, *senior lecturer*

E.M. Solodovnik, *senior lecturer*

Petrozavodsk state university
(Russia, Petrozavodsk)

***Abstract.** In the 2016-2017 academic years, the Department of physical culture PetrSU switched to teaching the subject of physical culture the elective areas for the first course. For the implementation of incoming and ongoing monitoring, there was a need to develop control standards.*

***Keywords:** elective course, mini-football, entertainment, testing, benchmarks.*