

## **ЗАВИСИМОСТЬ СПОРТИВНОГО РЕЗУЛЬТАТА ЮНЫХ СПРИНТЕРОВ ОТ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ИХ СТАТИЧЕСКОЙ И ДИНАМИЧЕСКОЙ СИЛЫ**

*А. В. Алехин* (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *В. И. Загrevский*,

д-р пед. наук, профессор

В настоящее время проблема положительного или отрицательного влияния структурных компонентов силовой подготовленности юных спринтеров на спортивный результат освещается фрагментарно и недостаточно информативно [1, 2].

*Цель выполненного нами исследования* – определить влияние статической и динамической силы юных спринтеров на спортивный результат.

*Методы и организация исследования* адекватны реализации цели исследования. *Объект исследования* – учебно-тренировочный процесс юных легкоатлетов, специализирующихся в спринтерском беге. *Предмет исследования* – силовая подготовка спринтеров в возрасте 12-13 лет. *Проблема исследования* – влияние статической и динамической силы юных спринтеров на спортивный результат. *Методы исследования*: теоретический анализ предметной области исследований и экспериментальных данных; тестирование физической подготовленности юных спортсменов по компонентам статической и динамической силы, скоростной подготовленности; методы математической статистики.

Мышечная сила может проявляться не только в динамических упражнениях (перемещение тела или его частей в пространстве), но и в статических упражнениях (фиксация позы и ориентации звеньев тела спортсмена). Для первой группы спортивных упражнений характерным является проявление *динамической силы*, для второй – *статической силы*.

Проведено экспериментальное исследование по определению уровня силовой подготовленности юных спринтеров-юношей. По материалам тестирования силовой подготовленности юных спортсменов получены результаты констатирующего педагогического эксперимента. Выявлена численная взаимосвязи статической, динамической силы и спортивного результата мальчиков 12-13 лет в беге на короткие дистанции на основе использования парного линейного коэффициента корреляции Бравэ-Пирсона.

## Литература

1. **Берков, В.Ф.** Философия и методология науки: учеб. пособие / В.Ф. Берков. – Москва : Новое знание, 2004. – 336 с.
2. **Бернштейн, Н.А.** Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. – Москва : Медицина, 1966. – 349 с.