

УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ БЫХОВСКОГО РАЙОНА МОГИЛЕВСКОЙ ОБЛАСТИ

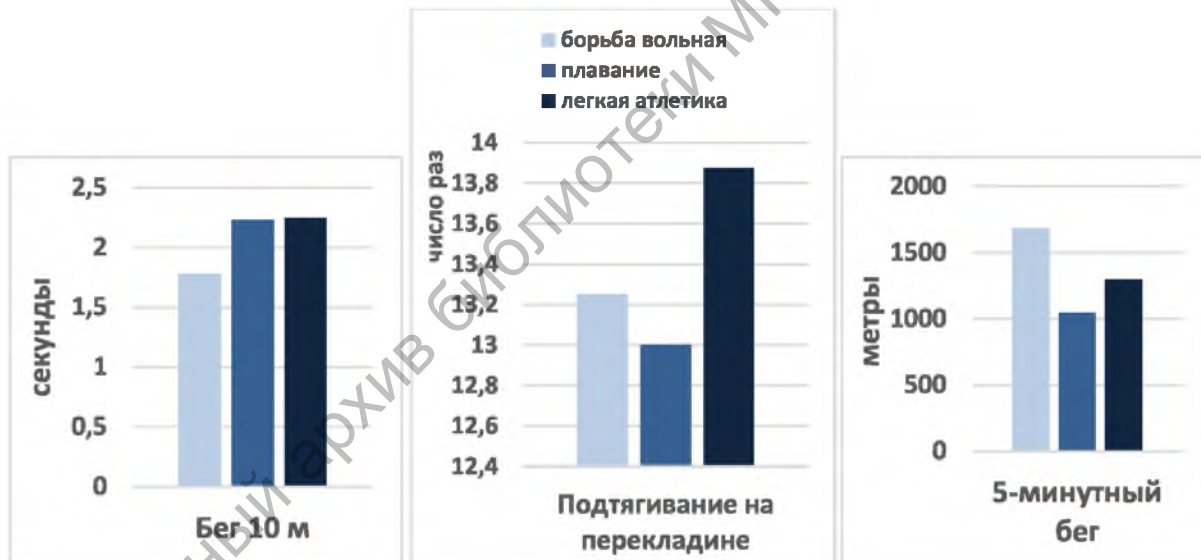
А.Л. Екимов (МГУ имени А.А. Кулешова)

Науч. рук. *Д.А. Лавшук*,

канд. пед. наук, доцент

Цель нашего исследования заключалась в сравнительной оценке уровня общей физической подготовленности юных спортсменов Быховского района Могилевской области. Мы проанализировали протоколы сдачи контрольных нормативов подростками групп УТГ-2, занимающимися вольной борьбой, плаванием и легкой атлетикой. Данные виды спорта являются наиболее популярными в районе. Так как батареи тестов в разных видах спорта отличаются, для сравнения мы выбрали тесты, которые входят во все три вида: «Бег 10 метров», «Подтягивание на перекладине» и «5-минутный бег». Результаты тестирования приведены на диаграмме.

Диаграмма – Результаты тестирования групп



Анализ диаграммы позволяет сделать следующие выводы:

1. Наиболее эффективен процесс физической подготовки среди ребят, занимающихся вольной борьбой – они показывают лучшие результаты и в тесте на выносливость, и в тесте на скоростные качества, немного проигрывая легкоатлетам в подтягивании.

2. Ребята, занимающиеся плаванием, показывают худшие результаты и в подтягивании, и в пятиминутном беге. Это свидетельствует о низкой эффективности учебно-тренировочного процесса по ОФП в группах по плаванию.