

СОВРЕМЕННАЯ СИСТЕМА ОТБОРА В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА С ПРЕИМУЩЕСТВЕННЫМ ПРОЯВЛЕНИЕМ ВЫНОСЛИВОСТИ

При анализе любой из эффективных систем становится очевидным то огромное внимание, которое уделяется так называемым факторам внешней среды, оказывающим прямое или косвенное влияние на качество тренировочного процесса и соревновательной деятельности.

Стремительный рост достижений в мировом спорте настоятельно требует неустанного поиска новых, все более эффективных средств, методов и организационных форм подготовки спортивных резервов. Имеется много факторов, существенно влияющих на качество работы ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ЦОР, РЦОП.

Важная роль в подготовке спортивной смены принадлежит системе отбора перспективных и талантливых спортсменов. Практика легкоатлетического спорта показывает, что недостаточная эффективность работы по учебно-спортивному подбору занимающихся ведет к неправильной ориентации и выбору вида легкой атлетики для специализации.

Спортивный отбор – это длительный многоступенчатый процесс, имеющий четко поставленные задачи, на конкретных этапах подготовки, в результате чего осуществляется комплекс мероприятий, позволяющих оценивать потенциальную одаренность и пригодность индивидуума к спортивной деятельности [1].

На практике отбор детей в специализированные учебно-спортивные учреждения в подавляющем большинстве случаев включает в себя лишь оценку уровня развития общей физической подготовленности и антропометрических показателей. Реально выявить спортивный талант, оценить предрасположенность и перспективность будущего спортсмена по набору таких показателей весьма проблематично из-за крайней ограниченности полученной информации [1].

Процесс отбора включает следующие аспекты: биологический, медицинский, общественный, педагогический, психологический, моральный (этический). Этот процесс является исключительно трудным, многокомпонентным и не простым для его правильной реализации.

Несмотря на большое количество публикаций, относящихся к различным вопросам обширной проблемы отбора кандидатов для за-

нятий спортом, все же не хватает правильной системы, соответствующей современным требованиям [2].

В детско-юношеском спорте отбор наиболее одаренных и перспективных спортсменов все еще протекает стихийно, являясь прерогативой интуиции тренера, что иногда приводит к издержкам в тренировочной работе. Ошибки, допущенные при отборе, могут выявиться через несколько лет и привести к отрицательной оценке всей предыдущей работы тренера [3, 4].

Некоторые авторы [5, 6, 7] указывают на то, что в спортивной практике недостаточно глубокий анализ взаимосвязи между биологическим возрастом и спортивными достижениями нередко вводит тренера в заблуждение об истинных способностях юных спортсменов. Иногда высокий спортивный результат в детские и юношеские годы является следствием не высокой спортивной одаренности, а генетически более ранних сроков биологического созревания [8].

Реальность сегодняшних дней такова, что нужна не просто система отбора перспективных юных спортсменов, а эффективная, органично вписывающаяся в целостную систему подготовки спортивного резерва.

Проведенный логико-содержательный анализ показал, что в настоящее время на практике представлены в основном две технологии оценки способности детей при спортивной ориентации и отборе. Первая технология заключается в том, что при ее реализации авторы [9, 10, 11 и мн. др.] пытаются сразу же выявить и оценить способности детей к конкретному виду спортивной деятельности, не анализируя спортивной одаренности ребенка в целом. Выбор вида спорта в данном случае осуществляется по принципу углубленной специализации. Как свидетельствуют результаты исследований и практики спорта, подобный подход к первоначальной ориентации и тренировке приводит к тому, то у многих детей уже в юношеском возрасте происходит резкий рост спортивных достижений, однако потом результаты перестают прогрессировать, и спортсмены нередко вообще уходят из спорта [6, 8].

Вторая технология предполагает на начальном этапе подготовки определенные способности более общего плана, связанных со спецификой не одного, а сразу нескольких видов спорта. По мнению авторов [12, 13, 14, 15 и др.] работу по спортивной ориентации надо начинать не с поиска среди талантливых школьников, а с отбора вообще моторно-одаренных подростков с последующим выявлением у них того или иного типа спортивной одаренности. Эти взгляды нашли отражение в принципе «широкой специализации», который предусматри-

вает поэтапную оценку способностей в начале к группе родственных видов спорта, а затем к одному из видов спортивной деятельности и, наконец, к спортивной специализации вида спорта. Принято считать, что такая ориентация служит одной из гарантий от ошибок в выборе спортивной специализации и позволяет избежать преждевременного отсева детей на стадии их приобщения к спорту [16, 17].

Недостаточная заинтересованность спортивных школ во внедрении системы отбора во многом связана и с диспропорцией в численности занимающихся в разных типах учебных групп.

Отсутствие должной конкуренции между тренерами и недостаточное количество занимающихся в учебно-тренировочных группах не обеспечивают необходимой альтернативы выбора.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор : теория и практика : монография / Л. П. Сергиенко. – М. : Совет. спорт, 2013. – 1048 с.
2. Асанов, А. Ю. Некоторые проблемы генетических исследований в спорте спортивного отбора / А. Ю. Асанов, Э. Г. Мартиросов // Морфогенетические проблемы спортивного отбора. – Сб. науч. трудов / под ред. Э. Г. Мартиросова. – М., 1988. – С. 30-46.
3. Волков, В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
4. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта : учеб. пособие / В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.
5. Педагогические аспекты спортивного отбора в циклических видах легкой атлетики / Т. П. Юшкевич, А. Л. Новиков, И. Н. Сорока, О.И. Сорока : метод. рекомендации. – АФВиС. – Минск, 1993. – 22 с.
6. Губа, В. П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виде спорта / В. П. Губа : монография. Советский спорт, 2008. – 304 с. : ил.
7. Набатникова, М. Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов ; под ред. М. Я. Набатниковой. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.
8. Никитушкин, В. Г. Теория и методика юношеского спорта : учеб. / В. Г. Никитушкин. – М. : Физическая культура, 2021. – 328 с.
9. Сячин, В. Д. Теоретико-методические основы отбора и спортивной ориентации в видах легкой атлетики : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / В. Д. Сячин ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – М., 1996. – 48 с.
10. Сирис, П. З. Отбор и прогнозирование способностей в легкой атлетике / П. З. Сирис, П. М. Гайдарска, К. И. Рачев. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 103 с.

11. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В. Н. Платонов. – М.: Спорт, 2019. – 656 с.
12. Шинкарук, О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования на примере олимпийских видов спорта / О. А. Шинкарук. – К. : Олимп. лит., 2011. – 360 с.
13. Гужаловский, А. А. Проблемы теории спортивного отбора / А. А. Гужаловский // Теория и практика физ. культуры. – 1986. – №8. – С. 24-25.
14. Иссурин, В. Б. Спортивный талант : прогноз и реализация : монография / В. Б. Иссурин. – М. : Спорт, 2017. – 240 с.
15. Курамшин, Ю. Ф. Оценка спортивной одаренности детей на основе индивидуально-типологического подхода / Ю. Ф. Курамшин // Теория и практика физ. культуры, 2022. – №4. – С. 3-5.
16. Тимакова, Т. С. Факторы спортивного отбора, или Кто становится олимпийским чемпионом : монография / Т. С. Тимакова. – М. : Совет. спорт, 2018. – 288 с.
17. Баландин, В. И. Прогнозирование в спорте / В. И. Баландин, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 192 с.

УДК 796.011.1+233-852.5Й

А. Н. Юденко, ст. преп. (МГЛУ, г. Минск)

ОЦЕНКА УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЙОГОЙ

Процесс физического воспитания в учреждениях высшего образования направлен, прежде всего, на укрепление здоровья и развитие разносторонних двигательных способностей студентов [1].

К настоящему времени в ряде педагогических исследований выявлено улучшение работоспособности, психоэмоционального состояния, а также некоторых показателей физической и функциональной подготовленности студентов от занятий гимнастикой с элементами йоги. Из средств йоги в физическом воспитании студенческой молодежи, преимущественно применяются асаны и дыхательные упражнения, методики, с применением которых способствуют повышению функциональных резервов организма, развитию гибкости, силовых способностей, выносливости [2,3].