

Щелкунов Д.А., Щелкунова М.О., Ерохина Н.В., Поролова Т.А.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОГНОЗИРОВАНИЯ СПОРТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

Представленный в статье материал дает основание говорить о том, что по мере роста двигательных способностей дифференцируются различные их проявления, становятся менее взаимосвязанными и все заметнее начинают обнаруживаться склонности к определенным видам двигательной деятельности.

Ключевые слова: психомоторный статус, моторная одаренность, прогностическая оценка, спортивная пригодность, предрасположенность, двигательная активность.

Постановка проблемы. Анализ последних исследований и публикаций. Стремительный рост достижений в мировом спорте постоянно требует неустанного поиска новых, все более эффективных средств, методов и организационных форм подготовки спортивного резерва. Спортивные достижения страны определяются не столько общей численностью занимающихся, сколько качеством спортивного отбора и профессиональной подготовкой [4, 6].

Специалисты [8, 9] сходятся во мнении о том, что только 4-5% занимающихся обладают способностями достижения высоких спортивных результатов. В основном отбор осуществляют тренеры низшего звена, руководствуясь лишь простейшими испытаниями по определению физической подготовленности. Это обуславливает низкий уровень всей последующей работы тренеров и спортивных школ [8].

Потребность в спортивном резерве необходимо рассматривать как оптимальную структуру контингента, обеспечивающего пополнение сборной команды страны [7, 9]. Учеными [2, 8] доказано, что возраст начала занятий различными видами спорта стабилен и спортсмены, рано приступившие к тренировкам, как правило, за большой срок осваивают норматив мастера спорта. Следовательно, раннее начало занятий спортом не ускоряет процесс подготовки, а делает его более продолжительным и менее рентабельным.

По мере повышения спортивного мастерства критерии отбора меняются от более гомогенных по природе признаков к более сложным интегральным показателям спортивной подготовленности. Даже на последнем этапе отбора комплексная оценка индивидуальных показателей выступает критерием прогноза спортивной успешности в большей степени, чем сам спортивный результат [8, 9].

К моменту отбора спортивные способности детей выражены по разному. Это обусловлено, в первую очередь, различием их двигательного режима, что во многом снижает эффективность диагностики [6, 7].

К сожалению, надо признать, что в целом система отбора детей и подростков пока еще далека от совершенства. Главный недостаток состоит, прежде всего, в том, что отдельные методики диагностики спортивной одаренности, разработанные к конкретному виду спорта, не имеют под собой общей методологической основы.

Связь работы с научными программами. Статья выполнена согласно научному проекту ДГПУ "Донбасского государственного педагогического университета" за темой "Современные технологии физического воспитания детей и молодежи Украины".

Объект исследования: процесс начального отбора перспективных юных легкоатлетов.

Предмет исследования: методика оценки двигательных способностей школьников для отбора занятиями легкой атлетикой.

Цель исследования: разработать методику и организацию спортивного отбора детей для занятий легкой атлетикой.

Методы и организация исследования. В работе исследовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение передового практического опыта; педагогическое наблюдение; антропометрические измерения; методы определения половой зрелости; контрольные испытания; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Научные исследования проводились в три этапа. На первом этапе определялось общее направление исследования, изучались литературные источники и определялись методы исследования. На втором этапе разрабатывалась методика прогнозирования спортивных результатов, выявлялась взаимосвязь спортивных результатов и антропометрических данных, определялась комплексная оценка

психомоторики детей для отбора занятиями легкой атлетикой. Третий этап был посвящен обобщению экспериментальных данных.

Результаты исследования. Результаты наших исследований доказывают, что в младшем школьном возрасте все основные компоненты структуры двигательных способностей тесно взаимосвязаны между собой и попытки объективно оценить каждый из них в относительном "чистом" виде вряд ли могут быть реальными.

По нашему мнению, принцип подхода к отбору и спортивной ориентации должен предусматривать выделение двух этапов: **первый** – отбор моторно-одаренных детей и выяснение их психомоторного статуса; **второй** – определение спортивной специализации.

Разделение этих принципов, безусловно, требует перестройки традиционной системы подготовки юных спортсменов, так как предполагает необходимость создания широкой сети начальных детских спортивных школ общего профиля с 2-3-летним сроком обучения. Открытие таких школ будет способствовать объединению интересов и усилий специалистов разных видов спорта и облегчит разработку единых методологических основ подготовки спортивного резерва.

По нашему мнению, для дальнейших занятий спортом целесообразно привлекать детей, имеющих отличную и хорошую комплексную оценку.

Основной целью второй стадии отбора является выявление способных юных легкоатлетов и определение их возможностей к дальнейшему спортивному совершенствованию. Анализ литературных данных и результаты исследований убеждают в целесообразности отбора юных спортсменов в возрасте 12-13 лет. На этом этапе производится предварительный отбор для занятий легкой атлетикой, проверяется соответствие подготовленности юных спортсменов требованиям данной специализации. На основании результатов определения спортивной пригодности юные легкоатлеты зачисляются в группы предварительной подготовки.

В легкой атлетике следует использовать следующие критерии определения спортивной пригодности:

- морфофункциональные показатели;
- уровень биологического созревания организма;
- физическая подготовленность;
- оценка здоровья;
- психофизиологические особенности отдельных функций и свойств личности спортсмена;
- качество и быстрота освоения учебного материала;
- уровень технико-тактической подготовленности;
- оценка желания заниматься легкой атлетикой;
- показатели соревновательной деятельности.

Определение спортивной пригодности юных легкоатлетов – сложный процесс всестороннего анализа различных сторон физической подготовленности, морфофункциональных и психических особенностей занимающихся. Это длительный процесс, который может быть эффективным лишь в том случае, если на всех этапах многолетней подготовки юных легкоатлетов обеспечена комплексная методика оценки их личности, предполагающая использование педагогических, медико-биологических, психологических и социологических методов исследования.

Важным моментом осмотра детей во время отбора занятий легкой атлетикой является сопоставление паспортного и биологического возраста. Наш опыт работы свидетельствует, что часто имеет место отбор детей с ускоренным биологическим развитием, которые в дальнейшем очень быстро теряют свои преимущества и довольно рано оставляют занятия спортом. Значительных больших успехов на последующих этапах спортивного совершенствования, как правило, добиваются дети с нормальным уровнем созревания или имеющие признаки замедленного биологического развития.

На **третьем** этапе отбора основным критерием оценки перспективности юного легкоатлета является наличие у него способности к эффективному совершенствованию. После 2-3 лет начальной подготовки еще невозможно дать точное заключение о наличии у юного спортсмена задатков и способностей, позволяющих ему надеяться на достижение результатов международного класса. Однако выявить целесообразность дальнейшего совершенствования и определить его направление, правильно сориентировать дальнейшую подготовку спортсмена необходимо.

Решить эти задачи можно лишь на основе комплексного анализа, в котором должны учитываться морфологические, физические, функциональные и психические особенности юных легкоатлетов, их адаптационные возможности, реакция на тренировочные и соревновательные нагрузки, способность к освоению и совершенствованию новых движений.

Существенной стороной отбора на данном этапе является оценка специальных двигательных возможностей юных легкоатлетов.

Основной задачей **четвертого** этапа отбора является выявление способностей легкоатлетов к достижению высших спортивных результатов, перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок.

Существенной стороной отбора на данном этапе является оценка техники выполнения различных двигательных действий. Эффективность отбора в значительной мере связана с оценкой у легкоатлетов основных показателей, характеризующих уровень их специальной подготовленности и спортивного мастерства. Оценка перечисленных способностей наряду со спортивными достижениями должна занимать ведущее место. Внимание должно быть обращено не только на абсолютные показатели тренированности и спортивных достижений, но и на темпы прироста показателей.

На этом этапе многолетнего отбора увеличивается значение показателей, свидетельствующих о личностно-психических качествах, психической надежности, мотивации, воле, стремлении к лидерству.

Выводы

1. Определение таланта в спорте – многолетний, многоступенчатый процесс, охватывающий все этапы подготовки. Он основан на всестороннем изучении задатков и индивидуальных способностей спортсмена, создании благоприятных возможностей для формирования комплекса специальных способностей индивида, позволяющих успешно совершенствоваться в избранном виде легкой атлетики.

2. Принцип подхода к отбору и спортивной ориентации должен предусматривать выделение двух этапов:

- отбор моторно-одаренных детей и выявление их сенсомоторного статуса;
- определение спортивной специализации.

Дальнейшие исследования предполагают разработать методику оценки двигательных способностей 9-10-летних школьников с целью отбора для занятий легкой атлетикой.

Использованные источники

1. Алабин В.Г. Многолетняя подготовка легкоатлетов / В.Г. Алабин. – Минск: Вища школа, 1981. – 207 с.
2. Алабин В.Г. Комплексный контроль в спорте / Алабин В.Г., Сутула В.А. // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 3. – С. 43-45.
3. Антонов С.В. Критерии и методы оценки специальной физической подготовленности высококвалифицированных легкоатлетов-прыгунов на этапах годичной подготовки.: Автореф. дисс. канд.пед.наук. М., 1991. – 20 с.
4. Волков В.М. Спортивный отбор / Волков В.М., Филин В.П. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 175 с.
5. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков / Л.В. Волков. – К.: Здоров'я, 1981. – 117 с.
6. Максименко Г.Н. Управление тренировочным процессом юных бегунов / Г.Н. Максименко. – К.: Здоров'я, 1978. – 144 с.
7. Сергиенко Л.П. Основы спортивной генетики / Л.П. Сергиенко. – К.: Вища школа, 2004. – 116с.
8. Смирнов Ю.И. Теория и методика оценки и контроля спортивной подготовленности.: Автореф. дисс. докт.пед.наук. – М., 1991. – 37 с.
9. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта / В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.

Schelkunov D.A., Schelkunova M.O., Yerokhina N.V., Porolova T.A.

THEORETICAL BASIS OF FORECASTING THE ATHLETIC ABILITY OF YOUNG ATHLETES

The following material provides a basis to say that with the growth of motor abilities differentiate fractional their manifestations are less interconnected and growing more inclined to start certain types of motor activity.

Key words: *psychomotor status, motor endowment, prognostic assessment, sports fitness, predisposition, physical activity.*

Стаття надійшла до редакції 04.09.2013 р.

