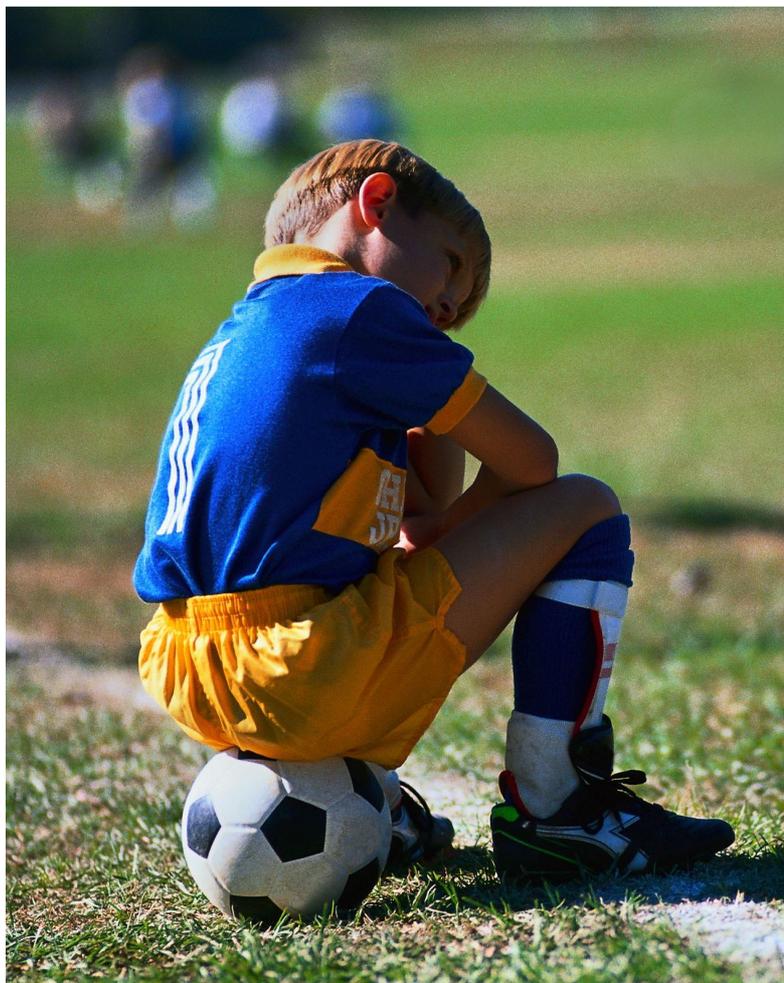


СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

КАФЕДРА АНАТОМИИ И БИОМЕХАНИКИ



# ДЕТИ, СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ

(Выпуск 3)

Смоленск  
2007

**СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА**

**КАФЕДРА АНАТОМИИ И БИОМЕХАНИКИ**

# **ДЕТИ, СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ**

**Межрегиональный сборник научных трудов по проблемам  
интегративной и спортивной антропологии**

**(Выпуск 3)**

**СМОЛЕНСК 2007**

УДК 572.512

**Дети, спорт, здоровье (Выпуск 3):** Межрегиональный сборник научных трудов по проблемам интегративной и спортивной антропологии /Под общей редакцией доктора медицинских наук, профессора Р.Н. Дорохова/ - Смоленск: СГАФКСиТ, 2007. – 251с.

В третьем выпуске сборника представлены научные труды теоретико-методического и прикладного характера, посвященные проблемам интегративной антропологии, спортивной морфологии и педагогики в области здоровьесформирования, кондиционной и спортивной тренировки с учетом конституциональных особенностей, биологии и медицины.

Издание рассчитано на специалистов в области спортивной и медицинской антропологии, спортивных морфологов, преподавателей, аспирантов и студентов физкультурных и медицинских вузов.

Редакторы – профессор Р.Н.Дорохов  
доцент А.А. Сулимов

Редакционная коллегия:  
профессор В.А. Быков,  
профессор Л.Ф. Кобзева,  
доцент В.Н. Чернова,  
доцент Ю.С. Воронов



Раздел III  
«Физическая подготовленность»

# ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОТБОРА ДЕТЕЙ В СЕКЦИИ БАЗОВЫХ ВИДОВ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**А.Н. Яковлев**

Анализ научно-методической литературы позволяет отметить, что в период с 60-90 годов XX столетия отчетливо прослеживается тенденция к снижению возраста начала занятий видами спорта. Анализируя опыт ведущих тренеров по видам спорта, можно утверждать, что учебно-тренировочные занятия можно начинать с более раннего возраста. Некоторые авторы, исследуя систему подготовки спортсменов, пришли к выводу о необходимости начинать занятия спортивной деятельностью уже с 7 - 8 лет.

Кроме того, рекомендуется соблюдать следующие принципы отбора:

1. Гласность;
2. Обеспечение равных условий для всех претендентов;
3. Стимуляция претендентов к достижению высоких результатов.

В настоящее время существуют различные подходы к проведению начального отбора, но, как правило, применяются одни и те же контрольные упражнения, такие как: бег, прыжки, отжимания, подтягивания, метания (табл.1).

Недостаток такого тестирования состоит в том, что посредством данных контрольных упражнений двигательные качества оцениваются в отрыве от специфики видов спорта. В связи с этим, необходимо отметить, что наиболее перспективный путь

### Раздел III «Физическая подготовленность»

отбора - это оценка двигательных способностей отбираемых в условиях моделирования предстоящей деятельности.

Таблица 1

#### Контрольные нормативы для отбора 10-12 летних легкоатлетов

Нормативы	Возраст (лет)	Оценки				
		Отл.	Оч. хор	Хорошо	Удовл	Плохо
Подтягивание	10	6	5	4	3	2
	11	7	6	5	3	3
	12	9	8	7	5	4
Отжимания	10	12	12	9	6	6
	11	16	13	11	7	7
	12	17	14	13	11	11
Прыжок в длину с места	10	145	135	125	115	110
	11	155	145	130	125	120
	12	165	160	150	130	130

При спортивной ориентации и отборе должны находить применение модели сильнейших спортсменов, т.е. тесты отбора должны отражать основные временные, количественные и качественные показатели (или их составные) модельных характеристик высоко квалифицированных спортсменов.

Необходимо разрабатывать тесты с учетом специфики деятельности спортсмена в конкретном виде спорта, которая обуславливается:

- особенностью деятельности спортсмена;
- особенностью условий, в которых эта деятельность протекает.

Поскольку базовые виды физкультурно-спортивной деятельности характеризуются не только индивидуальными действиями, но и активным противодействием спортсменов, в ходе которого комплексно проявляются психические и физические качества и при отборе перспективных подростков в спортивных играх необходимо использование тестов, с помощью которых возможна комплексная оценка специальных качеств в условиях противодействия соперника.

Таким образом, анализ и обобщение данных научно-методической литературы позволяет заключить следующее: за последнее время выполнено большое количество работ, посвященных проблеме ориентации детей для занятий конкретным видом спорта. Большинство авторов сходится во мнении, заключающемся в том, что ведущим принципом отбора и

ориентации в спорте является комплексная оценка потенциальных возможностей юных спортсменов. Однако на многие аспекты проблемы отбора и ориентации в спорте существуют различные точки зрения.

<b>Системное прогнозирование спортивных результатов в процессе занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности</b>	
<b>Научная основа задачи - педагогический поиск и практическое обоснование информативных тестов</b>	
Научно-исследовательская деятельность. Методы научно-методического обеспечения спортивного отбора	
Динамические исследования и корреляционная зависимость корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях	Исследование родословных на различных этапах спортивного отбора
	Корреляционная зависимость между заведомо обусловленными генетически по наследству признаками и двигательными достижениями (морфологическим маркерам)
Изучение физиограмм спортсменов, занимающихся базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности	Корреляционная зависимость достижений родителей, детей в одном или нескольких поколениях
	Близнецовый метод: совпадение и несовпадение признаков у идентичных и неидентичных близнецов
Системное изучение спортивных биографий. Научный анализ и обоснование высоких спортивных результатов	

**Рис 1.** Научное обоснование прогнозирования спортивных результатов

Одной из применяемых форм организации спортивного отбора в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности с учащимися общеобразовательных школ является проведение Олимпиад по предмету «Физическая культура», которая проводится ежегодно для учащихся 8-9 и 10-11 классов. Включает в себя теоретическую часть по основам знаний и практическую по разделам программы: легкая атлетика, гимнастика, спортивные

### Раздел III «Физическая подготовленность»

игры (волейбол, футбол, баскетбол). И все это приносит определенные плоды. Дети потянулись к спорту. Так в Спартакиаде школьников в (районных и областных соревнованиях) приняли участие 40,4% учащихся. Администрация государственных общеобразовательных учебных заведений г. Смоленска делает все возможное, чтобы развивать и наращивать этот успех.

<b>Эмпирические организационно-методические приёмы начального отбора детей в секции базовых видов физкультурно-спортивной деятельности</b>			
			
Агитация и пропаганда здорового стиля жизни	Приглашение на занятия уже занимающимися в секциях (1+3)	Приглашение в результате просмотра уроков физкультуры	Отбор по результатам просмотра на уроках физической культуры и спортивных занятиях в секции
Зачисление в секцию по результатам собеседования	Системное зачисление и последующий естественный отбор, построенных с учетом условий учебно-тренировочного процесса	Морально-волевые критерии: воля, бескорыстная честность, справедливость, прилежность	Интеллектуальный уровень: успеваемость, рассудительность, внимательность, любознательность
<b>Обобщённые критерии:</b> физическое развитие, физическая подготовленность, уровень развития физических качеств, двигательнo-координационные способности, одарённость, успехи в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности <b>Волевые критерии:</b> уровень развития выносливости, бесстрашие, упорство и настойчивость в достижении цели.			

**Рис.2** Организационно-методическое обоснование спортивного отбора в секции базовых видов физкультурно-спортивной деятельности

Ретроспективный анализ литературных источников, собственный опыт тренерской работы и научно-исследовательская

## Дети, спорт, здоровье (Выпуск 3)

деятельность позволяет выявить противоречие между постоянно возрастающими потребностями тренеров-преподавателей в знаниях и технологиях реализации педагогического процесса специальной физической подготовки юных спортсменов и отсутствием фундаментальных научных разработок, обеспечивающих вооружение тренеров и специалистов в системах подготовки спортивного резерва новым научным знанием и технологическими инновациями, обеспечивающими формирование нового стиля профессионального решения задач управления многолетней подготовкой будущей элиты российского спорта.

# СОДЕРЖАНИЕ

## РАЗДЕЛ I «РОСТ И РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ»

**Дорохов Р.Н.**

Распределение спортсменов, победителей летней Олимпиады, по габаритному варьированию 5

**Сулимов А.А., Алфимцев С.В.**

Использование дистанционного метода контроля соматических показателей юных спортсменов 12

**Бубненко О.М.**

Соматическая и функциональная характеристика девочек 5-10 лет с ожирением 16

**Гречаник Р.Н.**

Проблемы физического состояния детей из организованных коллективов закрытого и открытого типа 20

**Дворецкий В.А.**

Возрастная динамика антропометрических показателей юных лыжников 10-11 лет 23

**Дмитраченков А.Е.**

Состояние вестибулярного аппарата у подростков 12-14 лет, занимающихся лыжным спортом 25

**Долгачева А.В., Чернова В. Н.**

Научно-теоретические и методические основы комплексных технологий дифференцированного применения физических упражнений для оздоровления детей, воспитывающихся в детских учреждениях 8 вида 29

**Жарова О.Ю.**

Обсуждаем проблемы формирования здоровья детей в общеобразовательной школе 36

**Зернова Н.И., Яйленко А.А., Старовойтова Н.В., Жмачкина И.В.**

Соматическое развитие новорожденных 40

**Кондрашев А.В., Соколов В.В., Чаплыгина Е.В., Соколова Н.Г., Сушкина И.Ф., Сингх С.П.**

Соматотипологическая характеристика жителей Юга России в возрастном аспекте 43

**Ломовцева Т.В.**

Региональные особенности физического развития юношей 17-21 года 46

**Никощенко С.Л., Глущенко Л.И.**

Новые аспекты проектирования учебной программы по курсу «тимфв и развития ребенка» 50

**Смолякова Н.И.**

К проблеме оздоровления подрастающего поколения 56

**Харламов Е.В.**

Соматотип и морфологические свойства кожи у детей школы «Музыкантских воспитанников» 59

## РАЗДЕЛ II «СПОРТ И ЗДОРОВЬЕ»

**Антипенкова И.В.**

Обобщенные рекомендации, учитывающие компонентную структуру организма женщин, занимающихся ОФК 64

**Антипенкова И.В., Дарданова Н.А.**

Компоненты нагрузки, определяющие эффективность занятий оздоровительной аэробикой 67

**Грец И.А., Яковлев А.Н.**

Подвижные и дидактические игры - форма обучения двигательным действиям 71

**Дарданова Н.А.**

Характеристики весо-ростовых показателей женщин 20-25 лет в зависимости от соматипа, занимающихся различными видами фитнеса 77

**Зайцев В.Н., Морчукова Л.В.**

Профилактика травм в многолетнем тренировочном цикле подготовки гимнастов 82

**Князева В.В.**

Роль физического воспитания в сохранении и улучшении здоровья детей 84

**Корсаков В.В.**

Игровые упражнения на лыжах для детей дошкольного и младшего школьного возраста 90

**Куделин А.Б., Яковлев А.Н.**

Научно-методическое обоснование аспектов отбора и ориентации в спорте 93

**Легоньков С.В., Родин А.В.**

Оценка эффективности выполнения прямого нападающего удара в игре у волейболистов 11-13 лет 97

**Митюнин М.М., Дорохов Р.Н.**

Подготовительные упражнения перед силовой тренировкой (разминка) 101

**Ненашев Е.С., Муругова Л.В., Корниенкова Н.Н., Архипова М.В.**

Место фитнеса в системе физической культуры 103

**Платонова В.Г.**

Поход выходного дня, как средство оздоровления учащихся 6 – 9 классов 107

**Семененко В.С., Свистовский Ю.Г.**

Особенности обучения детей гимнастическим упражнениям 111

**Татарова С.Ю.**

Игровые методы в оздоровлении студенчества 114

## РАЗДЕЛ III «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ»

**Барауля Н.Е., Строева И.В.**

Организация учебно-тренировочного процесса в колледжах физической культуры 120

<b>Богданов Н.Н., Медведев В.А.</b> Физическая культура и спорт в жизни студентов Смоленского государственного университета	123
<b>Губарев С.В.</b> Методика развития специфических координационных способностей стрелков-спортсменов 13-15 лет	126
<b>Губернаторов А., Завьялов Н.</b> Динамика уровня физической подготовленности студентов университета за период обучения в вузе	129
<b>Копунова Н.В.</b> Исследование физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста	132
<b>Миллер Я.В.</b> Формирование физических способностей у начинающих таэквондистов различных соматических типов и вариантов развития	135
<b>Перепекин В.А., Семенов М.М.</b> Факторы, определяющие эффективность атак начинаемых вратарями в футболе	140
<b>Пирог А.В., Гурская Л.А.</b> Средства и методы совершенствования техники одновременных лыжных ходов	141
<b>Самойлов А.Б.</b> Сравнительный анализ эффективности методов тренировки точности ударов в разные зоны теннисной площадки у юных теннисистов 13-14 лет	144
<b>Сапожников А.В.</b> Показатели силовой подготовленности школьников 12-16 лет	148
<b>Семенов М.М.</b> Влияние температуры воздуха на результаты выполнения тестовых упражнений специальной физической подготовки футболистов	150
<b>Семенов М.М.</b> Факторы, определяющие уровень проявления качества выносливости квалифицированных футболистов	152
<b>Сидоренко И.В.</b> Этапные нормы физической подготовленности курсантов-спортсменов образовательных заведений МВД России	154
<b>Строева И.В.</b> Применение критерия Джонкира для определения достоверности изменения признака в трех выборочных совокупностях	156
<b>Чернецов М.М., Сулимов А.А.</b> Динамика результатов тестовых испытаний футболистов 7-8 лет	160
<b>Хорунжий А.Н.</b> Силовая подготовка выпускников средней школы	163
<b>Чудин А.С.</b> Физическая подготовка мальчиков 10 лет, занимающихся минифутболом	167

**Яковлев А.Н.**  
Организационно-методическое обеспечение отбора детей в секции базовых видов физкультурно-спортивной деятельности 170

**Яковлев А.Н.**  
Методы образовательного обучения в сфере физической культуры 174

#### **РАЗДЕЛ IV «МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ»**

**Васильева О. А.**  
Типовое строение щитовидной железы жителей г. Смоленска 181

**Гричанова Т.Г.**  
Компонентный состав массы тела девушек, занимающихся фитнесом 184

**Дехнич С. Н., Угненко Н. М., Гриценко О. Н.**  
Здоровье врачей формируется в студенческие годы 186

**Дехнич С.Н. , Угненко Н.М., Зозуля Ю.Б.**  
Распространенность табакокурения среди будущих врачей 189

**Дорохов Р.Н.**  
Вперед к прошлому при изучении суставов 192

**Дорохов Р.Н.**  
К истории раскопок г. Танаис и его захоронений 196

**Забродина Г.А.**  
Показатели вентиляционной функции легких у здоровых детей и подростков 200

**Кобзева Л.Ф.**  
Различительные особенности в структуре движений лыжниц и лыжников при передвижении классическими ходами 205

**Кривицкая Е.И., Алоина О.С., Соловьева Л.А., Орешонкова Л.А., Максимова О.Г.**  
Возрастная динамика силы и тонуса мышц правой конечности у детей дошкольного возраста 210

**Легонькова Т.И., Аскерко Т.Г., Хавова Л.А.**  
Микронутриенты в клинической медицине 216

**Николаев А.А.**  
Интенсивность восстановительных процессов, как показатель успешности адаптации начинающих пловцов 222

**Сбитный С.Н.**  
Сравнение скорости протекания простой двигательной реакции студентов 16 – 18 лет различных специализаций 224

**Солдатенков Ф.Н.**  
Негативное воздействие допинга на морфо-функциональные свойства организма человека (на примере анаболических стероидов) 228

**Терещенко Ю.В.**  
Особенности злоупотребления анаболическими стероидами у лиц с зависимым поведением 231

**Терюшова С.Н.**

Влияние низкоинтенсивного лазерного излучения на биохимические показатели крови студентов, занимающихся спортивной борьбой 233

**Чернова В.Н.**

Адаптационные изменения костей кисти высококвалифицированных фехтовальщиков 237

**Шашкевич И.К.**

К вопросу о биохимическом контроле за функциональным состоянием лыжников-гонщиков 244