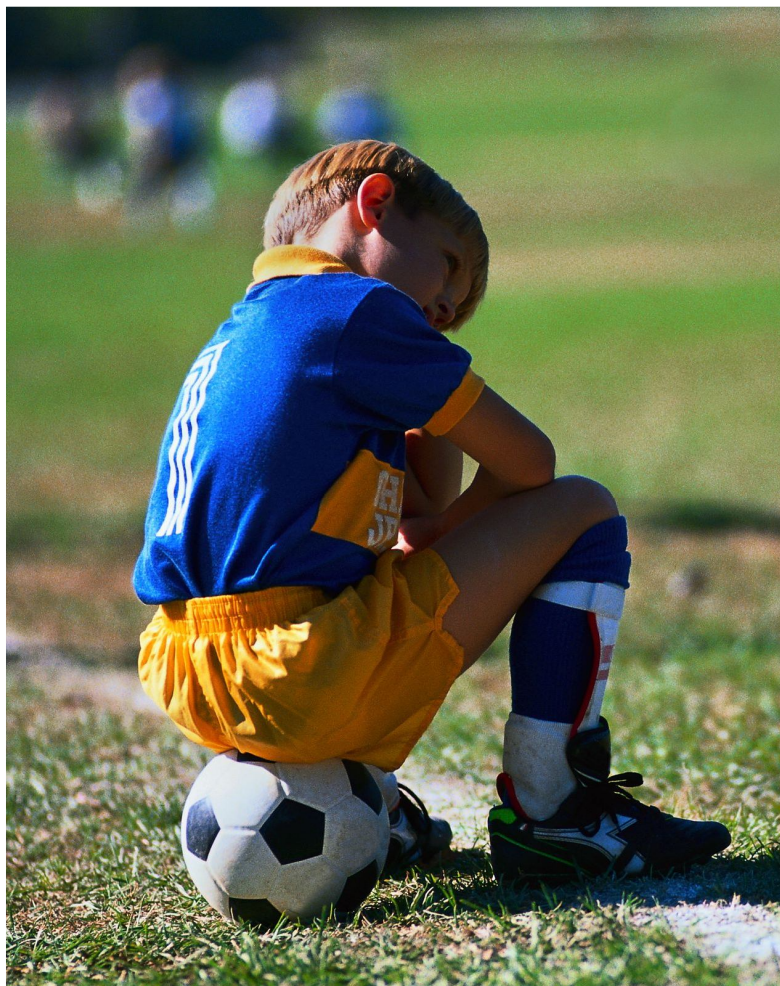


СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

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.

Системное прогнозирование спортивных результатов в процессе занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности	
Научная основа задачи - педагогический поиск и практическое обоснование информативных тестов	
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.

Эмпирические организационно-методические приёмы начального отбора детей в секции базовых видов физкультурно-спортивной деятельности			
			
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
Обобщённые критерии: физическое развитие, физическая подготовленность, уровень развития физических качеств, двигательнo-координационные способности, одарённость, успехи в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности Волевые критерии: 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

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