

ВЛИЯНИЕ АНАЛИТИЧЕСКОГО ОБЗОРА ПРОБЛЕМАТИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ) В ЖУРНАЛЕ «ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (2010г.) НА ПРОГНОЗ АЭРОБНЫХ И АНАЭРОБНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ 10-13 ЛЕТ

А.Н. Яковлев, Е.А. Масловский, А.А. Шакура, В.С. Милун

Полесский государственный университет, Пинск, Беларусь,
Yak-33-c1957@mail.ru

Введение. Эффективность системы физического воспитания зависит от научно-методического обоснования, тех концептуальных подходов, которые обеспечивают её конкурентоспособное функционирование. Аналитический обзор литературы, посвященных физкультурно-спортивной деятельности позволяет не только отследить динамику развития системы физического воспитания, но и выявить ряд противоречий, которые так и не решены и сегодня [1,10,12].

В этой связи необходим поиск инновационного решения во временных параметрах для каждой личности. Систематизация научно-методического обеспечения отрасли физическая культура и спорт позволит определить ценностные аспекты для дальнейшего развития личности в современном обществе [13].

В нашем исследовании осуществлен анализ ключевых научных публикаций с целью, проследить, как изменилось отношение к физкультурно-спортивной деятельности на страницах ведущего журнала физкультурно-спортивной отрасли «Теория и практика физической культуры» за период 2010г.

Таким образом, исследование динамики изменений психофизиологических функций позволит изучить межсистемные отношения, от простых сенсомоторных реакций до высших психических функций - ВПФ (внимания, памяти, мышления)- это основа интеллекта, эвристической и креативной деятельности, которая в условиях РФ и РБ имеют специфику.

В связи с этим нами проведены исследования, которые выполнены по плану НИР Полесского государственного университета (ПолесГУ).

Формулирование целей работы.

Цель и задачи работы –оценить генетическую одаренность по индивидуальным полигенным профилям, сгруппированным по физическим качествам «выносливость», и «быстрота / сила», полученным на выборке юных спортсменов игровых видов спорта (хоккей с шайбой) и разработать дифференцированную методику силовой подготовки хоккеистов 10-13 лет с использованием различных режимов мышечного напряжения статического и динамического характера. Определить ее эффективность в системе методик силовой подготовки юных хоккеистов с использованием дозированных отягощений.

Методы исследования. С целью изучения проблемы были использованы методы сбора и анализа текущей информации, методы получения и анализа ретроспективной информации. Методы математической статистик и др.

Методика и организация исследования. Для проведения исследований в качестве экспериментальной группы (ЭГ) из числа юных хоккеистов 10-13 лет были набраны 20 человек, по рекомендации тренера. Контрольная группа (КГ) состояла из детей 10-13 лет, занимающихся хоккеем с шайбой. ЭГ занималась по программе с применением телесно ориентированных упражнений скоростно-силовой направленности локального воздействия. КГ по программе ДЮСШ.Образцы эпителия слизистой оболочки ротовой полости (буккального эпителия) были взяты у юных хоккеистов, занимающихся хоккеем с шайбой на базе Центра физической культуры и спорта Полесского государственного университета (ПолесГУ) в 2013 году.

Результаты исследований и ихобсуждение.На первом этапе заявленной проблематики нами определены статьи, которые по нашему мнению позволяют выявить особенности организма на всех этапах онтогенеза.

Рациональный «перенос физических качеств» в процессе занятий различными видами спорта на другие виды спорта является действенным, если уровень физической подготовленности, достигнут целенаправленной и педагогически-оправданной деятельностью, не в угоду ранних спортивных достижений, порой и ценой собственного здоровья воспитанников.

В этой связи актуальной является статья Н.Н. Захарьевой [2010] «Индивидуально-типологические особенности адаптации юных спортсменов к физически нагрузкам в скоростно-силовых видах легкой атлетики» (ТиПФК, 2010, №2) [11].

Анализируются результаты медико-биологических обследований 88 спортсменов в возрасте 12-14 лет (48 мальчиков и 40 девочек), имеющих спортивные разряды (юношеские, 3 взрослый).

По результатам исследований автор дает рекомендации: «У юных легкоатлетов 12-14 лет наблюдается неоднородность механизмов организации вегетативного баланса, проявляющаяся различными типами вегетативной регуляции, которые стабильно сохраняются в подготовительном и соревновательном периодах.

При нагрузках скоростно-силового характера формируются различные варианты адаптационных реакций показателей периферической крови и характеристик мышечной деятельности, различающихся у лиц с разными типами вегетативной регуляции».

В статье автор указывает: «Легкоатлеты-нормотоники с «реакциями тренировки» чаще достигают высоких спортивных результатов по сравнению с юными легкоатлетами-симпатикотониками-ваготониками. Наименее результативны, спортсмены-симпатикотоники, имеющие реакцию стресса».

Большой интерес к проблеме современного состояния физкультурно-спортивной деятельности вызывает статья Б.Ф. Вашляева, И.Ю. Сазонова, А.И. Доронина, А.В. Гришина «Современное состояние физической культуры и спорта: проблемы и решения» (ТиПФК, 2010, №3) [5].

Авторы указывают на степень обострения или оптимизации решения проблем физического состояния и развития человека, которые детерминированы уровнем развития общества.

Основные направления деятельности: 1. Финансово - организационная деятельность (хронический дефицит финансовых средств на ФКиС приводит к разрыву между юношеским спортом и спортом высших достижений, заботы о телесном здоровье человека не распределены в социальных институтах; чрезмерна политизация спорта, которая сочетается с экономическим диктатом, что снижает его эффективность и разводит физическую культуру и спорт в разные стороны; неэффективность работы спортивных школ приводит к наличию диспропорций в физическом развитии, нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, отсутствие элементарных двигательных навыков). 2. Научно-методическая деятельность (основная проблема – это искажение неделимости сущности человека). Ведение биологических знаний не обеспечивает гармонии учебно-тренировочного процесса, так как культурологическое обоснование игнорируется (смежные науки о человеке и природе). Сближение парадигм (педагогическая, медико-биологическая) имеет культурологический вектор. По нашему мнению проблема формирования физической культуры, в том числе, спорта, заключается в отношении к личности человека, что согласуется с утверждением авторов статьи: «Культура всегда телесно ориентирована, то есть она всегда физическая культура» [4].

Физическая культура – это, прежде всего, сфера утверждения человеческого смысла телесности в пространстве и социуме и уже затем – формирование и применение адекватных ему средств [2].

Воспитание телесно-физических качеств человека стало объектом воздействия, главной целью, где нет сопряжения нравственным, интеллектуальным, эстетическим аспектами. Смещение интереса к предмету - физическим качествам, а не к человеку в его телесном бытии приводит к проблемам «окультуривания» человека.

Теоретико-методологическое основание должно определять идеологию процесса физического воспитания, ... и уж затем – в принятых концептуальных рамках – разработку соответствующих технологических, методологических решений» [5]. Сказанное в полной мере относится к физкультурно-спортивной деятельности.

«Недооценка телесности человека, детерминированная отношением к ней личности, общества, государства, отрицательно влияет на развитие спорта в стране.

В числе базовых видов физкультурно-спортивной деятельности наиболее востребованным является футбол. Применение интегральной системы подготовки футболистов дает возможность системного «переноса» на другие виды спорта.

Так, В.П.Губа (ТиПФК, 2010, №11), полагает, что основным остается изучение методов рационального построения как отдельной тренировки, так и процесса в целом.

«Ликвидация слабых звеньев» в структуре физической подготовленности указывает на основные аспекты деятельности: ...1. Однонаправленные физические нагрузки. 2. Тренировочный

процесс различной направленности. 3. Микроцикл как основа тренировочного процесса. 4. Развитие специальных двигательных способностей» [8, с.20-25].

Ряд исследований, проведенных Р.Н. Дороховым, В.Н. Черновой в Смоленской государственной академии физической культуры, спорта и туризма (СГАФКСиТ) на кафедре анатомии и биомеханики позволяют акцентировать наше внимание на статье «Место конституциологии в спорте» (ТиПФК, 2010, № 12) [3].

Авторы полагают: «... Для дальнейшего роста спортивных результатов необходим ранний отбор в виды спорта с использованием метрического метода оценки варианта биологического развития и развернутой соматодиагностики. Наряду с совершенствованием методов спортивной тренировки с использованием изосомного и изохронного подходов к формированию групп при направленных тренировках целесообразно применять метод дискретной тестографии. Морфометрические критерии для спортивного отбора и спортивной ориентации достаточно надежны и прогностически достоверны. Длина тела, компонентная структура тела, вариант биологического развития, соотношение сегментов тела – эти конституциональные особенности играют решающую роль при достижении высоких спортивных результатов (в отдельных видах спорта)» [3].

Таким образом, изучение научного материала на страницах журнала ТиПФК еще больше убедил нас в необходимости интегративного подхода к проблемам физкультурно-спортивной деятельности, где телесно ориентированные упражнения локального воздействия определяют как сильные, так и слабые стороны в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью.

На основании анализа отечественной и зарубежной литературы для молекулярно-генетического тестирования были выбран ряд полиморфизмов генов-кандидатов, связанных со спортивной успешностью.

В результате проведенных нами исследований влияния статических и динамических упражнений на функциональное состояние юных хоккеистов 10-13 лет ЭГ и КГ такого же возраста установлено, что занятия хоккеем положительно влияют на деятельность ССС, занимающихся хоккеем с шайбой. Применение статических напряжений ограниченных 25-30% от максимально возможных способствует скорейшей адаптации организма юных хоккеистов как к упражнениям статического, так и динамического характера, а так же при этих занятиях укорачивается время восстановления ЧСС к исходным значениям.

Ориентация на ведущие (специальные) физические качества в подготовительном периоде направлена на изучение влияния статических напряжений локального воздействия на развитие силовых возможностей юных хоккеистов, что позволяет повысить результативность учебно-тренировочного и соревновательного процессов.

Выводы. Гармония как основная категория развития личности в системе физического воспитания зависит от временных и общественных аспектов. Компоненты гармонического развития личности включены в создание интеграционной физкультурно-спортивной среды, внедрение гуманитарных технологий физкультурно-спортивной деятельности, способствующих развитию личности, самореализации в физической культуре, спорте.

С позиций синергетики поведение функциональных систем на различных этапах школьного онтогенеза протекает в рамках аттракторов состояний. Поэтому вариабельная динамика этого поведения рассмотрена в рамках фазового пространства состояний. Каждое такое состояние характеризуется параметрами вектора состояния, что позволяет определить размеры (объем) аттракторов на фазовой плоскости, или в m -мерном фазовом пространстве. Этот процесс рассматривается как критерий оценки различий между стохастическими и хаотическими процессами в многомерном фазовом пространстве [10].

Данные научной литературы указывают на довольно низкий уровень развития силы, как одного из основных физических качеств человека, так и ее производных - скоростно-силовых способностей [3, с.40; 12, с. 4-5; 7, с.80].

Группа гипертрофированных факторов подразделяется на структурные факторы (СФ) и функциональные факторы (ФФ). Из общего числа СФ выделяют: количество мышечных волокон, их длину и строение (степень наклона мышечных волокон к оси движения), композицию мышц. Следовательно, оперативное управление процессом силовой подготовки в процессе занятий спортивными играми, в данном случае, хоккеем предполагает системный контроль физиологических и биомеханических параметров, среди которых важное место занимает электрофизиологические характеристики нервно-мышечного аппарата [10, с.46].

Вместе с тем успешность определяют и генетические факторы (ГФ), чем и объясняется интерес ученых к исследованиям связи полиформизмов ДНК человека с работоспособностью и качествами, влияющими на здоровье и спортивную успешность.

Для оценки генетической одаренности тестируемых юных хоккеистов 10-13 лет доминирующим полигенным профилем является учет двух качеств «выносливость» и «быстрота / сила» (метод расчета - общего генетического балла (ОГБ), предложенный A.G.Williams, J.P. Folland, 2008).

По нашему мнению, с помощью генетических тестов выбирается не вид спорта, а предрасположенность к определенному виду мышечной деятельности и состояние сенсомоторных реакций должно оцениваться по методике [1, 7]: зрительномоторные реакции на возникновение цветного квадрата, 2х разных по цвету квадратов, квадрата в разном поле экрана, аудиомоторные реакции с генерацией звука случайным образом, скорость распознавания четных чисел, скорость распознавания символа с нажатием соответствующей цифры и задание на внимательность, где из длинного ряда 4х видов фигур было необходимо выделить (не пропустить) фигуры одного вида. Оценивать точность и скорость выполнения заданий.

Литература:

1. Ахметов, И.И. Использование молекулярно-генетических методов для прогноза аэробных и анаэробных возможностей у спортсменов / И.И. Ахметов, Д.В. Попов и др. // Физиология человека. -2008. - Т.34. - №3. - С. 86-91.
2. Ачкурин, Б.Г. Телесность как проявление человеческого потенциала и как валеологическая ценность [Текст] / Б.Г. Ачкурин // Теория и практика физ. культуры.-2005. - №4. - С.50 - 52.
3. Бойко, В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко. - М.: Физкультура и спорт, 1987.- 208 с.
4. Быховская, И.Ю. «Человек телесный» в социокультурном пространстве (очерки социальной и культурной антропологии) [Текст], И.М. Быховская. - М.: Физкультура, образование, наука. - 1997. - 209с.
5. Вашляев, Б.В., Сазонов, И.Ю., Доронин, А.И., Гришин, А.В. Современное состояние физической культуры и спорта: проблемы решения / Б.В. Вашляев[и др.] // Теория и практика физ. культуры. - 2010. - №3. - С.5 - 7.
6. Визитей, Н.Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений [Текст] / Н.Н. Визитей. - М.: Советский спорт, 2009 -184 с.
7. Губа, В.П. Морфобиомеханические исследования в спорте / В.П. Губа. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 119 с.
8. Губа В.П. Основы интегральной системы подготовки футболистов / В.П. Губа //Теория и практика физ. культуры. -2010. - №11. - С.20-25.
9. Дорохов, Р.Н., Чернова В.Н. Место контитуциологии в спорте / Р.Н.Дорохов, В.Н. Чернова //Теория и практика физ. культуры. -2010. - №12. - С.39-41.
10. Еськов, В.М. Понятие нормы и патологии в фазовом пространстве состояний с позиций компартментнокластерного подхода / В.М. Еськов и др. // Вестник новых медицинских технологий. - 2005. - Т.12. - №1. - С.12 -14.
11. Захарьева, Н.Н. Индивидуально-типологические особенности адаптации юных спортсменов к физическим нагрузкам в скоростно-силовых видах легкой атлетики / Н.Н. Захарьева //Теория и практика физ. культуры. - 2010. - №2. - С.25 - 29.
12. Коренберг, В.Б. Проблема физических и двигательных качеств / В.Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. - 1996. - №7. - С. 2-5.
13. Коровин, С.С. Теоретико-методологические основания концепции профессиональной физической культуры / С.С. Коровин //Теория и практика физической культуры. - 2012. - №2. - С. 23-27.
14. Платонов В.Н., Сахновский, К.П. Подготовка юного спортсмена / В.Н.Платонов, К.П.Сахновский. - Киев: «Радянська школа», 1988. - 288 с.