

МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОТБОРА ДЗЮДОИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

А.А. Скорина

Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь

В различные возрастные периоды у спортсменов, в связи с гетерохронностью развития отдельных функций и качественных особенностей, имеют место определенные различия в структуре проявления способностей. Особенно отчетливо эти различия наблюдаются у занимающихся в технически сложных видах спорта, к которым относятся и дзюдо. Эффективная и справедливая система спортивного отбора требует учета гетерохронного индивидуального развития юных спортсменов.

На этапе начальной спортивной специализации ставится задача выявления наиболее перспективных спортсменов и комплектация сборных команд и групп спортивного совершенствования на основе выявленных во время занятий, соревнований, медицинских осмотров, психологических исследований различных двигательных способностей (координационных и кондиционных), соматических, функциональных, психических характеристик и состояния здоровья. При этом, уровень развития физических качеств и даже спортивный результат не могут иметь решающего значения в отборе юных спортсменов, когда ещё не завершено формирование организма. Кроме педагогических показателей здесь также необходим комплексный учет всех критериев (морфологических, функциональных, биомеханических, социально-психологических).

Так, в оценке перспективности спортсменов определенное значение большинством спортивных антропологов и исследователей другого профиля придается морфофункциональным показателям и конституционным особенностям индивида (Э.Г.Мартиросов, 1982; Б.А.Никитюк, 1984; Н.Р.Дорохов, В.П.Губа, 1985, и др) [6]. Для борьбы дзюдо исходные величины роста и массы тела могут служить достаточно надежными прогностическими показателями будущих успехов. Есть

целый ряд видов спорта, к которым также можно отнести все виды борьбы, требующих соотношения между звеньями тела. Изменить длину звена тела или длину конечности с помощью направленного воздействия невозможно, следовательно, есть только один рациональный путь – отбор в соответствии с требованиями вида спорта.

Начальная спортивная специализация у детей, занимающихся борьбой дзюдо, приходится на возраст 12 – 13 лет, который является возрастом начала пубертатного периода. В этом возрасте в организме юных дзюдоистов начинаются гормональные перестройки, активно вырабатываются половые гормоны, которые способствуют росту и окостенению скелета, возникновению вторичных половых признаков, развитию мышц и увеличению мышечной силы, повышению интенсивности обменных процессов, общей активности организма. Сложность точной оценки уровня морфологического развития при решении задач отбора юных спортсменов на этапе начальной спортивной специализации заключается в том, что, во-первых, для роста и развития детей в период полового созревания характерна неравномерность: акселерация (ускоренное) и ретардация (замедленное) развитие, а во-вторых – в последнее время наблюдаются общие изменения в индивидуальном развитии детей [5]. Эти факторы создают определенные трудности при прогнозировании морфофункциональных характеристик юного спортсмена в пубертатном периоде.

Ускоренный темп индивидуального роста и развития приводит к опережению биологического возраста по сравнению с хронологическим. Иногда преждевременное, опережающее хронологический возраст развитие ребенка рассматривается, как весьма благоприятное явление: тренеры ДЮСШ стремятся отобрать детей с опережающим биологическим возрастом, т. к. они имеют наиболее привлекательные антропометрические показатели. Однако эти спортсмены по сравнению с нормально развивающимися детьми, обладают менее совершенным типом регуляции физиологических функций при выполнении физических нагрузок на выносливость. Наблюдения свидетельствуют о том, что юные спортсмены с опережающим биологическим возрастом после временных спортивных успехов в дальнейшем оказываются неперспективными [4]. У достигшего высокого спортивного результата лишь благодаря более раннему биологическому созреванию (ускоренный вариант развития) юного спортсмена в большинстве случаев через 2-4 года темпы роста достижений значительно замедляются по сравнению со сверстниками, которые, как правило, к периоду биологического созревания догоняют и опережают его. К сожалению, в большинстве случаев педагоги и тренеры, слабо разбираясь в медико-биологических вопросах, не могут или затрудняются найти выход из положения, когда их воспитанник перестает прогрессировать [1].

Недостаточный рост (ниже среднего) при нормальных показателях массы тела и окружности грудной клетки, нормальном развитии мускулатуры, мышечной силы и, главное, нормальном половом созревании не дает оснований говорить об отставании физического развития ребенка подросткового возраста. Скорее всего, недостаточный рост является генетически обусловленным, что чаще всего бывает при небольшом росте родителей. Важная особенность физического развития современных детей и подростков - относительное отставание размеров окружности грудной клетки, т.е. относительная узкогрудость. Эта дисгармония в развитии более выражена у подростков с максимальной скоростью роста, что указывает на ее связь с акселерацией. Таким образом, акселерация способствует некоторому увеличению числа дисгармонично развитых подростков.

Ретардация физического развития детей также сопровождается дисгармонией физического развития. В частности, наблюдается уменьшение массы тела детей при увеличении длины тела, что приводит к снижению индекса пропорциональности [5].

За последние десятилетия выявлены негативные тенденции в показателях физического развития детей, особенно в возрастных группах старше 12 лет. Установлено достоверное снижение темпов роста, уменьшение размеров и массы тела. Масса тела современных подростков во всех возрастно-половых группах ниже, чем у их сверстников в предыдущие годы. Дефицит массы тела среди современных юношей к моменту окончания школы диагностируется в каждом четвертом, у девушек – в каждом шестом случае. Снижается доля детей и подростков с нормальным физическим развитием [5]. Другая особенность физического развития современных подростков – тенденция к тучности. Она не имеет отношения к акселерации, а является результатом усиленного питания детей с раннего возраста [5].

Таким образом, период полового созревания весьма неблагоприятен для прогнозирования и притом не только в отношении прогнозирования роста и развития, но и в отношении развития и совершенствования технических качеств. Отмечается ограниченная пригодность традиционных методов индексов, стандартов и корреляции (регрессии) для оценки физического развития детей и подростков. Например, индексы, разработанные более 100-150 лет назад на базе различных соот-

ношений антропометрических характеристик, не учитывают процессы акселерации, эпохального сдвига, изменения условий питания, региональные и этнические особенности физического развития различных групп населения, дифференцированных по возрасту, полу и профессиональной принадлежности, взаимоотношения темпов роста и развития на разных этапах онтогенеза у лиц различной конституциональной принадлежности [3].

Морфологические показатели тогда могут быть объективными критериями определения биологического возраста, когда исследователь помнит, что диагностическая ценность каждого из них меняется в зависимости от периодов детства. Из морфологических показателей чаще используют скелетную зрелость (сроки окостенения скелета), зубную зрелость (прорезывание и смена зубов), зрелость форм тела (пропорций), развитие первичных и вторичных половых признаков.

На этапе начальной спортивной специализации морфофункциональные характеристики юного спортсмена станут объективной основой для мероприятий отбора при условии учета их динамики. Для детей мезосоматического (среднего по показателям роста и веса среди сверстников) типа до 9 лет при построении программ физического развития рекомендуется ориентироваться на габаритное развитие, а после 11 лет – на вариант развития спортсмена. [1] Вариант развития – это индивидуальная временная характеристика индивида, отражающая скорость протекания ростовых процессов. Выражается вариант развития в процентах прибавки размера за интересующий нас интервал времени. В отличие от “биологического возраста” или “биологической зрелости”, которые свидетельствуют о зрелости организма на момент обследования, вариант развития дает возможность прогнозировать протяжённость ростовых периодов и возраст окончания роста организма [6]. Корреляционный анализ показал, что соматический тип и вариант развития имеют связи на уровне 95 – 99% [2]. Для определения ожидаемого окончательного роста существуют специальные таблицы (таблица 1).

Таблица 1 – Отношение длины тела у мальчиков и девочек в возрасте от 1 до 18 лет к окончательному росту взрослого человека (в %), (цит. по 2)

Возраст (лет)	Мальчики		Девочки	
1	42,66	1,08	45,246	1,42
2	49,62	1,16	52,58	1,67
3	54,47	1,14	58,41	1,59
4	58,58	1,33	63,19	1,65
5	62,36	1,44	67,35	2,01
6	65,94	1,66	71,17	2,34
7	68,67	1,81	74,22	1,85
8	71,97	1,96	77,60	2,13
9	75,18	2,09	81,17	2,28
10	78,17	2,25	84,64	2,77
11	80,88	2,56	88,50	3,32
12	84,13	3,05	92,50	3,27
13	87,94	3,96	95,91	2,49
14	95,41	3,32	99,10	0,67
15	96,80	2,77	99,40	0,60
16	97,64	2,15	99,53	0,48
17	98,79	1,31	99,71	1,18
18	99,59	0,72	100,0	0,00

Как свидетельствует практика, для успеха отбора необходима предварительная оценка соматического типа юного спортсмена по габаритному уровню и варианту развития. Попытка характеристики двигательных способностей детей без учета конституционных особенностей и варианта развития обречена на неудачу. При проведении мероприятий спортивного отбора в дзюдо не следует пытаться дать характеристику перспективных возможностей ребенка без учета его морфологических, биомеханических особенностей. Для определения одарённости детей и прогнозирования возможности достижения ими высоких спортивных результатов целесообразно отбирать именно те показатели морфологических особенностей, которые имеют диагностическую ценность в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями роста и развития.

Также не следует забывать, что только триединый подход – функциональный, соматический и биомеханический – основа правильного подхода в отборе наиболее перспективных спортсменов.

Литература:

1. Губа. В. П. Актуальные проблемы современной теории и методики определения раннего спортивного таланта/ В. П. Губа // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 9. – С. 28–31.
2. Дорохов Р.Н., Губа В.П., Петрухин В.Г. Методика раннего отбора и ориентации в спорте: Учебн. Пособие / Дорохов Р.Н., Губа В.П., Петрухин В.Г. – Смоленск, 1994. – 86 с.
3. Зайцева В.В., Сонькин В.Д., Маслова Г.Н. Новый взгляд на старую проблему: конституция человека и физическое воспитание. Сообщение1. Теоретико–методологические подходы/ Зайцева В.В., Сонькин В.Д., Маслова Г.Н.// Теор. и практ. физ. культ. – 1995. – №3 – С. 54 – 57.
4. Казин Э.М., Мирхазанова Р.М., Тарасова О.Л. Оценка адаптивных возможностей организма подростков с различным темпом полового созревания по соматическим, вегетативным и гормональным показателям/ Казин Э.М., Мирхазанова Р.М., Тарасова О.Л. // Валеология, 2003 № 3. С. 70 – 73.
5. Дьяченко В.Г., Рзянкина М.Ф., Солохина Л.В. Руководство по социальной педиатрии. [www.medlinks.ru] /ГОУ ВПО ДГМУ, Хабаровск, 2010. <http://www.medlinks.ru/sections.php?op=viewarticle&artid=2426>.
6. Прогнозирование и отбор в спорте. Учебно–методические материалы/ Составитель: Тхазеплов А.М.// Нальчик: Каб.–Балк. ун–т, 2002. – 50 с.