

# **РЕАЛИЗАЦИЯ СПОРТИВНОГО ОТБОРА В ДЗЮДО ГЛАЗАМИ ТРЕНЕРОВ**

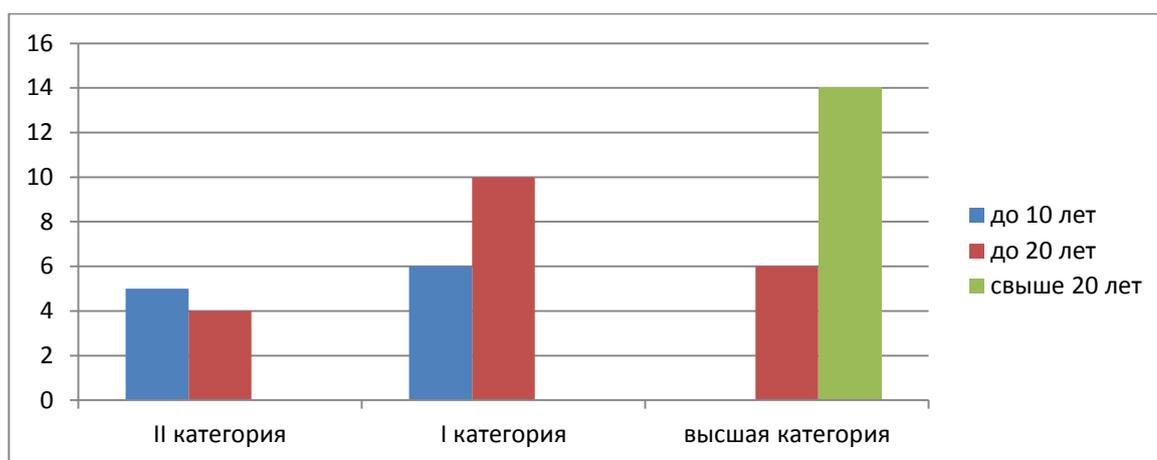
**А.А. Скорина**

Полесский государственный университет, Беларусь

Спортивная тренировка на современном этапе своего развития представляет собой сложную многокомпонентную систему, состоящую из ряда комплексных мероприятий, реализуемых на

различных этапах подготовки спортсмена. Успешность организации и реализации этих мероприятий определяет результативность всей многолетней тренировки спортсмена. Одним из таких компонентных составляющих спортивной тренировки является спортивный отбор – в условиях специально организованного двигательного режима отобранные по определенным критериям лица способны лучше и полнее раскрыть свои двигательные задатки, превратив их в соответствующие способности [3]. Оптимально организованная система мероприятий спортивного отбора позволяет рационально распределить усилия в работе со спортсменами, найти индивидуальный подход к каждому из них.

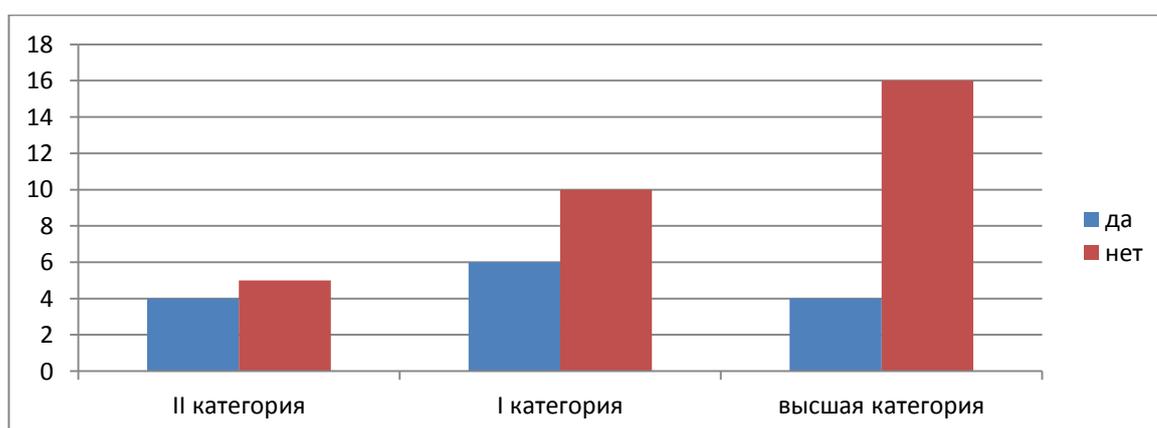
Особенно это актуально на начальных этапах спортивной тренировки, где контингент спортсменов не позволяет прямо и однозначно говорить об их перспективности в избранном виде ввиду их возрастных особенностей. Рано и правильно выбранная специализация (в соответствии с необходимым для данного вида спорта генетическим потенциалом) помогает спортсмену быстро прогрессировать, достигать больших высот и долголетия в спорте [4]. При рассмотрении этой проблемы представляет интерес опыт тренеров–практиков.



**Рисунок 1 – Характеристика выборки анкетированных**

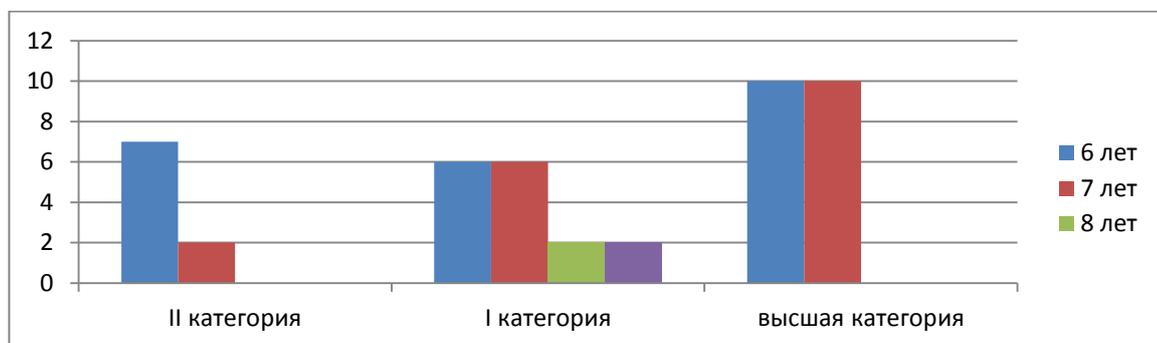
Нами было предложено ответить на вопросы анкеты 45 тренерам–преподавателям по дзюдо спортивных детско–юношеских школ Республики Беларусь (рис. 1). Из них 20 % составили специалисты второй квалификационной категории со стажем тренерской работы до 10 лет. Тренера первой квалификационной категории со стажем до 20 лет составили 36 %. Специалистов высшей квалификационной категории в анкетировании приняло участие 44 %.

Представляет интерес отношение практикующих тренеров по дзюдо к спортивному отбору и ситуации с проведением его в спортивных секциях в нашей стране. Признавая важность отбора наиболее одаренных детей для занятий борьбой дзюдо, 68 % специалистов, тем не менее, признали, что принимают в секции дзюдо всех желающих, что связано с малым количеством детей, изъявивших желание заниматься дзюдо. 91 % опрошенных тренеров считает, что дети, которые не имеют способностей к занятиям борьбой дзюдо, но проявляют настойчивость в спортивной тренировке, могут заниматься дзюдо «для себя».



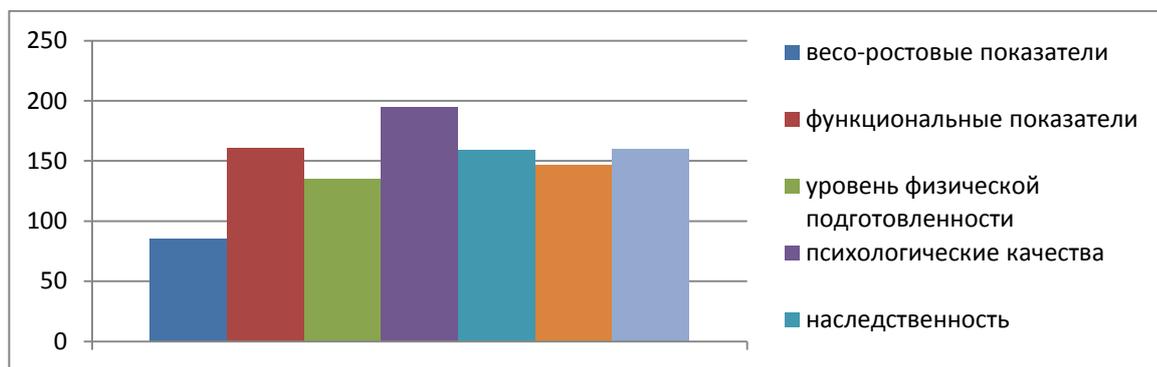
**Рисунок 2 – Использование тренерами практики отбора детей в тренировочные группы на начальных этапах спортивной подготовки**

На современном этапе развития спорта наблюдается устойчивая тенденция к омоложению спорта. К занятиям в спортивных секциях привлекаются все более юные спортсмены. Это явление имеет неоднозначную оценку специалистов [2]. Представляет интерес взгляд тренеров–практиков на эту проблему. Им было предложено выбрать возраст ребенка, с которого, по их мнению, он может систематически начинать заниматься борьбой дзюдо. Диапазон выбора находился в интервале с 5 до 15 лет. 91 % тренеров высказали мнение о том, что возраст 6–7 лет является подходящим для начала систематических занятий борьбой дзюдо (рис. 3).



**Рисунок 3 – Возраст начала систематических занятий дзюдо**

Важной составляющей системы спортивного отбора в конкретном виде являются критерии, по которым определяется одаренность спортсмена. Анкетированным было предложено оценить семь критериев отбора по пятибалльной шкале (рис. 4).



**Рисунок 4 – Критерии отбора юных дзюдоистов при отборе**

По результатам анкетирования, наиболее значимым критерием отбора перспективных юных спортсменов тренеры определяют психологические качества: средняя оценка – 4.3 балла. Важными критериями представляются функциональные показатели, наследственные качества юных спортсменов и их мотивация к занятиям борьбой дзюдо: средняя оценка – 3.5 баллов. Менее информативным показателем специалисты видят уровень физической подготовленности – 3 балла. И наименее информативным критерием отбора перспективных юных дзюдоистов были определены весо–ростовые показатели: 1.9 балла.

В современной практике спортивного отбора существует проблема биологического возраста ребенка, так как разница в скорости созревания может давать преимущество акселератам и ограничивать дорогу в большой спорт детям с несколько замедленным развитием – ретардантам, потенциально обладающим ничуть не меньшими способностями, а зачастую и большими. К сожалению, сложившаяся практика отбора в ДЮСШ по результатам выполнения контрольных упражнений детьми одного и того же хронологического (паспортного) возраста существенно искажает объективную картину [3]. Интересен взгляд белорусских детских тренеров по дзюдо на эту проблему. Результаты анкетирования показывают, что, вариант развития юных дзюдоистов учитывают большинство опрошенных тренеров (рис. 5). Но из них лишь 8 % основывают свои предпочте-

ния в отборе перспективных юных спортсменов на этом критерии. Учитывают как дополнительный информативный, но не решающий критерий отбора 56 % тренеров. Не принимают во внимание вариант развития ребенка, как критерий отбора 36 % проанкетированных специалистов. При этом 88 % тренеров первой категории и 100 % тренеров высшей категории не считают вариант развития ребенка решающим критерием спортивного отбора.

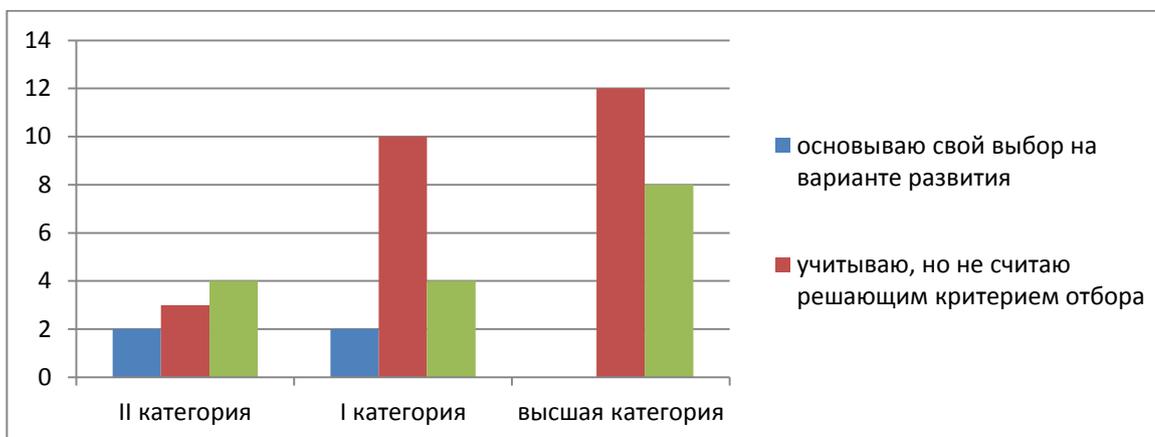


Рисунок 5 – Учет тренерами варианта развития юных дзюдоистов при отборе

Важным педагогическим средством спортивного отбора являются тесты общей и специальной физической подготовленности. По результатам анкетирования, однозначного мнения у специалистов по вопросу определения конкретных тестов при приеме в тренировочные группы и определении перспективности в ходе работы с уже набранными детьми выявлено не было.

При приеме в тренировочные группы по дзюдо, тренеры используют кроме предусмотренных программой вступительных испытаний, следующие тесты: подтягивание из положения виса на перекладине, различные способы лазания, отжимания в упоре лежа, подъем корпуса из положения лежа на животе, прыжок в длину с места, прыжок в высоту через палку на высоту 0,5 м., бег на скорость на 30 метров, челночный бег, бег на 100 метров, бег на выносливость на 1 км, тесты на гибкость, акробатические упражнения, борьба на коленях, спортивные игры.

В ходе учебно-тренировочной работы с набранными детьми для определения одаренности юных дзюдоистов, тренеры, кроме предусмотренных программой переводных испытаний и выше-названных тестов, используют тесты на выполнение изученных технических действий, борьбу в стойке и в партере, результаты выступлений на соревнованиях, психологические тесты.

На основании результатов проведенного нами анкетирования тренеров-преподавателей по дзюдо можно сделать следующие **выводы**:

1. Большинство специалистов (68%), признавая важность спортивного отбора, как структурного компонента спортивной тренировки, тем не менее, принимают в тренировочные группы всех желающих, вне зависимости от их перспективности в спорте, что связано с низким притоком занимающихся в секции.

2. Допустимым возрастом начала систематических занятий дзюдо 91 % тренеров считают возраст 6–7 лет. Это связано как с низким притоком занимающихся, так и с недостаточным физическим развитием детей, которые занимались общеразвивающими упражнениями только в условиях государственного дошкольного и школьного образования [1]. Так, ребенок 10–11 лет, который приходит заниматься дзюдо, не имеет достаточной двигательной базы, и упущены некоторые чувствительные периоды развития двигательных способностей, что существенно лимитирует его дальнейшие успехи в спорте. Тренер, который начинает работать с ребенком более раннего возраста, сможет, в полной мере используя периоды чувствительности развития двигательных способностей, создать необходимую для борца-дзюдоиста всестороннюю двигательную базу.

3. Наиболее важными критериями отбора на начальных этапах спортивной тренировки в дзюдо, тренеры-преподаватели считают психологические качества юных спортсменов, их наследственные особенности, функциональные показатели. Менее важным критерием был отмечен уровень физической подготовленности. Таким образом, предпочтения специалистов были отданы наиболее консервативным признакам.

4. Вариант развития, хотя и учитывается тренерами при проведении селекции юных дзюдоистов, но не является ее решающим фактором – такое мнение поддержали 91 % проанкетированных специалистов. При этом, практически единогласно это мнение поддержали, наиболее квалифицированные тренеры–преподаватели первой и высшей категорий: 88 % и 100 % соответственно.

5. У принявших участие в анкетировании тренеров–преподавателей по дзюдо нет единой системы тестирования для приема детей в секции дзюдо и дальнейшей их селекции в процессе спортивной тренировки на начальных этапах спортивной тренировки.

### **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. Губа В.П. Основы распознавания раннего спортивного таланта. – М.: Терра–спорт, 2003 – 208 с.
3. Мелихова Т. М. Анализ технологий спортивного отбора и ориентации / Т. М. Мелихова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2000. № 2. С. 7–10.
4. Михеева Т. М. Анализ состояния проблемы начального отбора и спортивной ориентации / Т. М. Михеева// Вестник Оренбургского государственного педагогического университета. 2006. № 4. С. 157–161.