



На правах рукописи

ОПАЛЕВ МАКСИМ АЛЕКСАНДРОВИЧ

**КРИТЕРИИ ОТБОРА И СПОРТИВНОЙ ОРИЕНТАЦИИ
ЮНЫХ ГРЕБЦОВ-КАНОИСТОВ**

13 00 04 - теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ

**диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

Волгоград - 2004

Работа выполнена на кафедре теории и методики водных видов спорта
Волгоградской государственной академии физической культуры

Научный руководитель - кандидат педагогических наук, доцент,

Заслуженный тренер СССР

Корнилов Юрий Павлович

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор

Мандриков Виктор Борисович;

кандидат педагогических наук, доцент

Косяченко Владимир Иванович

Ведущая организация - **Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма**

Защита диссертации состоится 16 декабря 2004 г. в 10.00 часов на заседании диссертационного совета Д 311.011.01 при Волгоградской государственной академии физической культуры по адресу: 400005, г. Волгоград, проспект Ленина, 78, ауд. 52.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Волгоградской государственной академии физической культуры.

Автореферат разослан «15» ноября 2004 г.

Ученый секретарь

диссертационного совета

профессор



МОСКВИЧЕВ Ю.Н.

2005-4
19567

911094
3

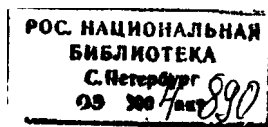
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В настоящее время тренеры при отборе перспективных гребцов в основном опираются на педагогические критерии, ориентируются на быстроту овладения техникой гребли, учитывают интенсивность прогрессирования спортивных результатов и уровни сформированности специфических физических качеств и способностей (А.К. Чупрун, 1987; В.Б. Иссурин, 1998). Исследования В.Ю. Давыдова (2002) показали что, данные качества, характеристики и способности имеют временный характер и не могут существенно влиять на перспективность гребцов в их дальнейшей спортивной деятельности.

По мнению Н.Ж. Булгаковой (1977), В.М. Волкова, В.П. Филина (1983), В.Н. Платонова (1998), на начальном этапе спортивного отбора нужно в первую очередь ориентироваться на стабильные (мало изменяемые в ходе развития и в меньшей степени зависимые от тренировочных воздействий) признаки. В большей мере этим требованиям отвечают морфологические характеристики.

В последнее время в подготовке юных гребцов-каноистов просматривается тенденция к «омоложению» данного контингента занимающихся. Тренеры стремятся, чтобы гребцы как можно раньше достигли высоких спортивных результатов. Однако спортивная практика убедительно свидетельствует о том, что такой подход часто приводит к нарушению принципиальных закономерностей отбора и многолетнего спортивного совершенствования (В.П. Губа, В.Т. Никитушкин, П.В. Квашук, 1997).

Несоответствие показателей морфологического развития должным характеристикам вынуждает гребцов-каноистов этот недостаток компенсировать форсированием работы других систем организма. В условиях соревновательной деятельности, когда их организм находится в состоянии предельного напряжения всех функциональных систем, такая компенсация вы-



зывает дополнительную трату энергии, что, в свою очередь, приводит к снижению резервных возможностей спортсмена.

Успешное решение проблемы управления процессом подготовки спортивного резерва в гребном спорте зависит от определения объективных критериев оценки перспективности спортсменов в этой специфической деятельности. Отбор и спортивная ориентация требуют учета конкретных условий учебно-тренировочного процесса и особенностей формирования спортивного мастерства на различных этапах многолетней подготовки.

Необходимость решения этих задач для комплексной оценки перспективности юных гребцов-каноистов и определения параметров модельных характеристик морфофункционального состояния, уровней здоровья, сформированности физических способностей, психологических и личностно-характерологических качеств и способностей определило актуальность темы настоящего исследования.

Объект исследования: процесс отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов на начальном, предварительно базовом и специализированно базовом этапах многолетней подготовки.

Предмет исследования: критерии, средства, методы и формы отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов, обеспечивающие их максимальную спортивную результативность.

Цель исследования - разработать и научно обосновать основные критерии отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов на основе комплексных (морфологических, функциональных, физических и психофизиологических) показателей и прогностических моделей оценки перспективности двигательных возможностей.

Гипотеза исследования. Критерии отбора и спортивной ориентации детей и подростков для занятий греблей на каноэ будут педагогически целесообразными и эффективными, если в основу их разработки положить учет:

- конституциональной детерминированности и стабильности морфологических показателей и двигательных характеристик, функциональных возможностей системы энергообеспечения организма и особенности специфического двигательного потенциала;

- преемственности и иерархии критериев отбора на различных этапах многолетней подготовки;

- закономерностей становления спортивного мастерства сильнейших гребцов-каноистов мира;

- состояния здоровья и темпов биологического развития занимающихся.

Задачи исследования

1. Выявить основные критерии отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов, определить их значимость, стабильность и преемственность изменения, иерархическую структуру компонентов в процессе многолетней специфической двигательной деятельности.

2. Определить возрастную изменчивость показателей морфофункционального состояния и характеристик специальных двигательных способностей, выявить особенности их взаимосвязи и оценить информативность данных показателей на различных соревновательных дистанциях. Разработать шкалы оценки уровней морфофункционального состояния и специальных двигательных возможностей у 13-18-летних гребцов-каноистов.

3. Установить основные закономерности и типы становления спортивного мастерства у сильнейших гребцов-каноистов мира.

4. Разработать и экспериментально обосновать методику отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов на основе поэтапных прогностических моделей оценки перспективности их двигательных возможностей.

Методологическую базу исследования составили: теория функциональных систем (П.К. Анохин); деятельностный подход и концепция функционального анализа (А.Н. Леонтьев); теория физической культуры и спорта (Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов); концепция индивидуализации спортивной тренировки (В.П. Филин, М.Я. Набатникова, В.Г. Никитушкин, В.Б. Иссурин, А.К. Чупрун), теория спортивного отбора и проектирования подготовки юных спортсменов (В.П. Филин, В.Н. Платонов, В.М. Волков).

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников; педагогическое наблюдение; хронометрирование; обобщение передового практического опыта; анкетирование и экспертный опрос; антропометрические измерения; спирометрия; методы определения половой зрелости; оценка функционального состояния нервно-мышечного аппарата; педагогические контрольные испытания; оценка технических характеристик гребли; динамометрия; эргометрия; методы исследования психомоторных процессов и диагностика психических состояний; медико-биологические методы исследования; педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечена надежностью методологической базы, логической непротиворечивостью исходных теоретических положений; разнообразием и адекватностью использованных методов, цели и задачам исследования; достаточным объемом выборки и репрезентативностью эмпирического материала, корректной статистической обработкой экспериментальных данных с применением ЭВМ.

Организация исследования. Исследования проводились поэтапно в период 1999-2004 годы на контингенте гребцов национальной и молодежной сборных команд России, СДЮШОР «Спартак» города Волгограда. Всего обследовано 655 человек.

Научная новизна диссертации состоит в разработке и научном обосновании методики отбора и спортивной ориентации гребцов-каноистов на начальных этапах многолетней спортивной тренировки.

Впервые теоретически обоснованы и количественно представлены комплексы поэтапных прогностических моделей, учитывающих современные требования данного вида спорта, адекватно характеризующие морфофункциональное состояние, общую физическую и специальную двигательную подготовленность юных гребцов-каноистов. На основе интегральных показателей разработаны критерии оценки перспективности юных гребцов-каноистов в специфической двигательной деятельности. Определена прогностическая значимость показателей морфофункционального развития, общей и специальной физической подготовленности, психофизиологических характеристик, состояния здоровья и темпов биологического созревания организма.

Теоретическая значимость диссертации заключается в дополнении теории и методики спортивной тренировки положениями и выводами диссертации, в которых:

- конкретизированы пути и средства отбора и спортивной ориентации юных гребцов на основе поэтапных комплексных прогностических моделей;
- уточнено определение понятия «Специфические двигательные способности» относительно юных гребцов-каноистов;
- определены и научно обоснованы основные критерии отбора и спортивной ориентации подростков, занимающихся греблей на каноэ.

Практическая значимость исследования заключается в значительном повышении продуктивности тренировочного процесса в условиях применения разработанной автором методики отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Отбор и спортивная ориентация юных гребцов-каноистов - это системный многоступенчатый, иерархический процесс выявления перспективных спортсменов, который требует научно обоснованной методики, обеспечивающей поэтапную оценку их перспективности для состязания на разных дистанциях и в различных классах судов.

2. Комплексный показатель, характеризующий морфофункциональное состояние, специфическую двигательную деятельность, развития общих и специальных физических способностей, состояние здоровья и уровни созревания организма, психофизиологические характеристики и социально-педагогические условия, обеспечивает надежный прогноз потенциальных двигательных возможностей юных гребцов-каноистов. По мере повышения спортивного мастерства критерии отбора перспективных юных спортсменов меняются от гомогенных к более сложным интегральным показателям.

3 Спортивный результат - ключевой показатель специальной физической подготовленности юных гребцов-каноистов является системообразующим фактором спортивного отбора на начальных этапах многолетней спортивной тренировки.

4. Выработка моделей прогностической оценки моторной одаренности, выявление оптимальных морфофункциональных характеристик, выяснение психомоторного статуса, спецификация по видам гребли, выбор предпочтительной соревновательной дистанции, формирование индивидуального стиля соревновательной деятельности и рациональное комплектование экипажей позволяют более эффективно осуществлять отбор и спортивную ориентацию в гребном спорте.

Апробация результатов исследования. Основные научные материалы и результаты диссертационного исследования докладывались на международных, всероссийских и региональных научно-практических конфе-

ренциях; обсуждались на заседаниях кафедры теории и методики водных видов спорта Волгоградской государственной академии физической культуры, представлены в публикациях автора диссертации.

Результаты исследования внедрены в учебно-тренировочный процесс СДЮСШОР г. Волгограда, Волжского и Краснодара, использованы при подготовке студентов Волгоградской государственной академии физической культуры.

Структура и объем диссертации. Работа состоит из введения, четырех глав, выводов, списка литературы и приложений. Диссертация изложена на 165 страницах, иллюстрирована 17 рисунками и 24 таблицами. Список литературы состоит из 217 наименований, из которых 12 - на иностранном языке.

II. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность темы, определяется объект, предмет, цель и гипотеза исследования, характеризуется научная новизна, теоретическая и практическая значимость, выдвигаются задачи исследования, формулируются положения, выносимые на защиту.

В первой главе рассматривались проблемы отбора и спортивной ориентации в системе многолетней подготовки, изучались общетеоретические и методологические подходы разработки должных норм физической подготовленности в циклических видах спорта, характеризовалась специальная подготовка гребцов на байдарках и каноэ. Несмотря на наличие определенного количества научных и методических работ по данной проблеме, технология отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов изучена еще недостаточно полно. Имеющиеся данные разрознены, а иногда и противоречивы, что затрудняет их теоретическое обобщение и практическую реализацию.

Во второй главе дается описание методов исследования, раскрываются основные этапы организации диссертационного исследования.

В третьей главе диссертации характеризуются основные критерии отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов. Комплексное обследование характеристик морфологического и функционального состояния, специальной подготовленности спортсменов в возрасте 9-18 лет показало, что наиболее стабильными характеристиками являются длина тела, длина туловища, длина руки, ширина плеч и показатели размаха рук. Показатели подвижности в плечевых и лучезапястных суставах отличаются также высокой стабильностью развития, поэтому начинающие гребцы, имеющие преимущество в этом компоненте подготовленности, как правило, сохраняют его и в более старшем возрасте.

Оценка информативности показателей физического состояния и специальной подготовленности высококвалифицированных гребцов-каноистов свидетельствует о том, что спортивные достижения в этом виде двигательной деятельности во многом зависят от особенностей телосложения, показателей, характеризующих функциональные и силовые возможности спортсменов (табл. 1).

Важную роль в системе спортивного отбора играют оптимальные морфологические показатели юных гребцов-каноистов, уровни развития выносливости и подвижности в суставах применительно к конкретной соревновательной дистанции. Нами определена экономичность двигательных действий юных спортсменов, которая позволяет определить их перспективность в специфической двигательной деятельности.

Данные обследования 280 юных гребцов-каноистов в возрасте 9-18 лет позволили выявить возрастные закономерности изменения показателей их морфофункционального развития и физической подготовленности. У юных гребцов анализируемые характеристики изменяются с возрастом, носят неравномерный характер, многие показатели переменны и имеют асимметричность распределения результатов.

Таблица 1

Взаимосвязь характеристик морфофункционального состояния и специальной подготовленности с показателями соревновательной деятельности у высококвалифицированных гребцов-каноистов

№ п/п	Характеристики	Длина дистанции, м					
		100 (n-22)	200 (n-23)	250 (n-25)	500 (n= 24)	1000 (n= 23)	3000 (n=22)
Коэффициенты корреляции							
1.	Длина тела	-546		-474	-486		-537
2.	Длина руки		-564	-475	-678	-540	-453
3.	Длина туловища	-579	-492		-533	-510	
4.	Ширина плеч	-464	-537	-611			
5.	Ширина таза		-417				
6.	ОПС		-570	-494			-436
7.	Масса тела					-517	
8.	Ширина плеч						
	ширина таза		-475				
9.	Масса тела						
	длина тела					-430	-462
10.	ОПС						
11.	длина тела			-396			
11.	Размах рук			-466	-547	-570	-532
12.	Длина тела, сто* на коленях руки вытянуты вверх			-572	-614	-516	
13.	Относительная мышечная масса			-418	-472	-510	
14.	Относительная жировая масса •						-419
15.	ЖЕЛ						
	масса тела				-466	-574	-711
16.	МПК						
	масса тела				-497	-670	-703
17.	Подвижность в суставах;						
	* плечевой; • лучезапястный			-467	-511	-503	
18.	Становая с.идд						
	масса тела	-522	-470	-506			
19.	Сила тяги в воде			-472	-509	-495	
20.	Длина проката			-464	-511	-596	-570
21.	Темп гребли	-675	-534	-509			

Примечание. Представлены только достоверные взаимосвязи, коэффициенты корреляции умножены на 10^3 . Выделены показатели при однопроцентном уровне значимости.

Ведущим фактором изменчивости анализируемых показателей в возрасте 9-11 лет является паспортный возраст, в 12-15 лет - уровень созревания организма, в 16-18 лет - морфофункциональное состояние занимающихся (табл. 2).

Корреляционный анализ показал, что у юных гребцов-каноистов с разными уровнями развития морфофункционального состояния отчетливо прослеживается спецификация показателей, характеризующих их двигательные и функциональные возможности, морфологические особенности. По мере повышения возраста испытуемых и уровня развития спортивного мастерства спецификация анализируемых показателей и характеристик заметно усиливается.

При решении задач отбора перспективных гребцов-каноистов следует ориентироваться на данные, отражающие общие закономерности и индивидуальные особенности становления спортивного мастерства сильнейших гребцов мира: возраст, в котором достигаются наивысшие результаты; продолжительность занятий; темпы роста мастерства в процессе многолетней подготовки; возрастная динамика результатов сильнейших гребцов мира; продолжительность сохранения высоких спортивных результатов.

Заслуживает пристального внимания возраст начала занятий греблей на каноэ сильнейших спортсменов мира: большинство гребцов начали заниматься данным видом спорта в возрасте 11-13 лет. По мере повышения спортивного мастерства удлиняется период подготовки в рамках одной квалификационной группы (рис. 1). Большая часть мировой элиты по гребному спорту успешно соревнуется в возрасте 20-30 лет, а наибольшая результативность достигается в 23-26 лет. Выявлены три типа становления спортивного мастерства сильнейших гребцов-каноистов мира: ускоренный, усредненный и замедленный. Выбор этого варианта обусловлен возрастом начала занятий спортом, особенностями подготовки, типом биологического созревания и спецификой адаптации к физической нагрузке.

Таблица 2

Доля вкладов в изменчивость признаков функциональной и специальной физической подготовленности юных гребцов-каноистов в различные возрастные периоды

Факторы	Показатели							
	ЖЕЛ	Становая динамометрия	PWC_{170}	ЧСС в покое	Сила тяги в воде	Гребля 500 м	Длина проката	Темп гребли
Вклад факторов, %								
9-11 лет-								
Уровень биологического созревания организма	15,7	17,3	16,6	19,4	26,2	27,5	20,5	24,4
Уровень морфофункционального состояния	21,4	28,5	23,7	21,7	34,3	30,7	29,4	32,5
Паспортный возраст	25,4	29.0	25,2	26.1	19,3		15,0	16,6
12-15 лет								
Уровень биологического созревания организма	39,6	40,3	33,3	32,3	35,2	29,6	26,6	37,7
Уровень морфофункционального состояния	35,5	32,1	26,7	25,4	40,3	37,7	41,3	32,3
Паспортный возраст	12,4	15,3	17,0	15,3	14,0	12,3	11,7	15,2
16-18 лет								
Уровень биологического созревания организма	26,4	20,3	19,9	17,7	17,5	19,9	21,7	24,3
Уровень морфофункционального состояния	37,7	30,9	39,3	29,6	41.8			39,4
Паспортный возраст	20,7	26,6	24,5	15,3	12,0	15,3	13,6	15,7

Примечание. Выделены наиболее значимые компоненты.

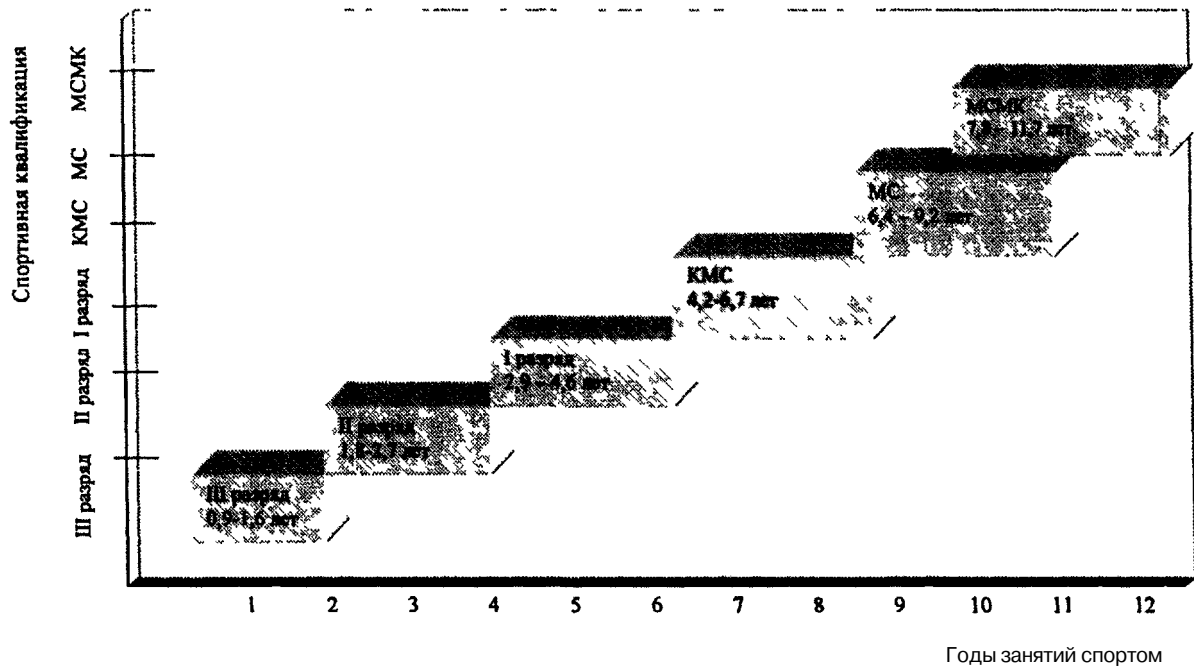


Рис 1. Сроки формирования спортивного мастерства высококвалифицированных гребцов-каноистов

У высококвалифицированных спортсменов скорость гребли на дистанции 200 м во многом обусловлена развитием показателей окружности грудной клетки, длины руки, ширины плеч и темпа гребли; на дистанции 500 м - длины руки, длины тела, стоя на коленях руки вытянуты вверх, размаха рук и длины туловища; на 1000 м - относительных характеристик максимального потребления кислорода и жизненной емкости легких, длины проката и размаха рук; на длинных дистанциях - относительных показателей жизненной емкости легких и максимального потребления кислорода, длины проката и длины руки.

Нами анализировалась возрастная динамика показателей собственной соревновательной деятельности. Наибольшие годовые приросты скорости гребли на дистанции 200 м и 1000 м выявлены у М. Опалева в возрасте 19 лет, на 500 м - в 16 лет. В гребле на дистанции 50 м лучший показатель достигнут в возрасте 21 года, на 100 м - в 23 года, на 250 м и 500 м - в 24 года, на 1000 м - в 20 лет.

Заслуживает внимания и возрастная динамика распределения различных критериев скорости и эргометрических критериев. Выявлена специфическая закономерность изменения показателя скорости гребли на уровне порога анаэробного обмена: в 15-18 лет наблюдается стабилизация данного показателя, в 19 лет отмечен скачкообразный прирост, а в 20 лет он достигает наибольшей величины. К сожалению, в возрасте 21-24 года этот важный показатель заметно снизился и даже в олимпийском 2000 году он составил только 3,98 м/с.

Таким образом, в нашей тренировке достаточно эффективно развивались в основном скоростные способности, а изменения показателей специальной выносливости менее выражены. Такая стратегия подготовки обеспечивает в первую очередь успехи на спринтерской дистанции, поэтому мы сконцентрировали свои усилия в подготовке к Олимпийским играм в Афинах только на дистанции 500 м.

Результаты нашего исследования свидетельствуют о том, что в процессе становления спортивного мастерства существенно возрастает важность критериев отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов на начальных этапах многолетней подготовки.

Необходимым условием спортивного отбора юных гребцов является разработка модельных характеристик нормативных требований к морфологическому развитию, общей и специальной физической подготовленности, уровню развития технического мастерства, психофизиологических способностей и мотивационно-потребностным характеристикам. Сопоставление данных показателей юных спортсменов с возрастными модельными характеристиками позволяет оценить их спортивную пригодность и спрогнозировать успешность соревновательной деятельности в гребном спорте.

В четвертой главе диссертации разрабатывалась технология поэтапного отбора юных гребцов, экспериментально обосновывалась методика определения их перспективности в специфической двигательной деятельности. Наиболее важными для занятий гребным спортом следует считать следующие признаки: состояние здоровья; темп биологического развития; особенности телосложения; специфические двигательные способности; относительные показатели физической работоспособности; подвижность в плечевых суставах, психофизиологические критерии и лично-характерологические качества.

Основной целью второй стадии спортивного отбора является выявление способных юных гребцов и определение их возможностей к дальнейшему спортивному совершенствованию в гребле на байдарке и гребле на каноэ. Собственный опыт тренировочной деятельности и результаты наших исследований убеждают в целесообразности выбора вида гребли в возрасте 11-12 лет.

Предрасположенность юных спортсменов к занятиям греблей на байдарках и греблей на каноэ определялась на основе сопоставления их морфофункциональных показателей и характеристик соревновательной деятельности.

Для выбора дальнейшей специализации в гребле на каноэ необходимо использовать следующие характеристики: тотальные размеры тела; пропорции тела; состав тела; показатели энергообеспечения; психофизиологические характеристики; уровни развития специальных физических способностей; показатели соревновательной деятельности (табл. 3). На этом этапе отбора возрастающее значение приобретает оценка психофизиологических качеств юных гребцов-каноистов.

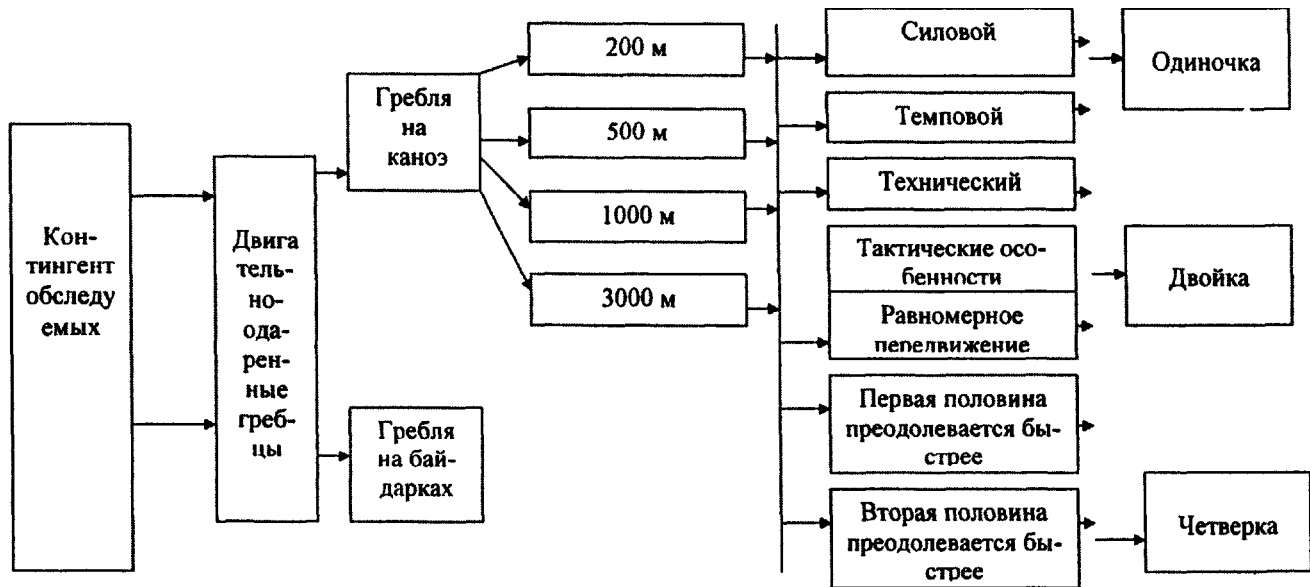
Предпочтение отдавалось настойчивым, уверенным в своих силах подросткам, охотно соревнующимся с сильными соперниками. Относительно высокорослых подростков с длинными конечностями и широкими плечами, с высоким уровнем развития скоростно-силовых качеств мы ориентировали в гребле на короткие дистанции, а юных спортсменов с большей подвижностью в плечевых и лучезапястных суставах, высоким уровнем развития показателей энергообеспечения - на длинные дистанции.

Нами предлагается принципиальная схема поэтапного отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов, которая включает отбор перспективных спортсменов, спецификацию по видам гребли, выбор предпочтительной соревновательной дистанции, формирование индивидуального стиля соревновательной деятельности, комплектование экипажей (рис. 2). На первом этапе было проведено комплексное тестирование юных спортсменов, характеризую уровни их физической подготовленности, морфологического и функционального состояния. Всего было обследовано 265 человек в возрасте 9-10 лет. Данный контингент был распределен на две группы: контрольная - 132 человека, экспериментальная - 133 занимающихся. В обеих группах было проведено по 20 занятий начального обучения гребному спорту.

Таблица 3

Морфофункциональное состояние, специальная физическая и техническая подготовленность 13-14-летних гребцов-каноистов для определения их предрасположенности к дальнейшей специализации

Длина дистанции, м	Тотальные размеры тела					Пропорции тела					Состав тела
	Возраст, лет	Длина тела, см	Масса тела, кг	ОГК, см	Относит, поверхность тела, см ² /кг	Длина руки, см	Длина туловища, см	Ширина плеч, см	Ширина таза, см	Размах рук, см	Жировая масса, %
200	13	163,1-171,4	54,3-65,4	77,1-86,2	290-320	73,4-80,2	61,0-65,3	39,2-41,3	24,1-27,3	166,2-177,0	15,8-16,7
	14	169,2-178,2	60,7-76,3	84,0-91,1	300-330	76,2-83,3	64,2-68,3	40,0-42,6	25,2-28,5	172,4-185,3	14,5-15,1
500	13	161,1-169,3	51,7-63,3	76,0-83,3	288-300	72,1-79,6	60,2-64,7	38,2-40,7	24,0-26,6	164,1-175,2	15,4-16,0
	14	167,0-175,6	57,3-70,1	80,4-88,5	290-325	75,3-82,7	63,1-67,5	39,3-41,4	25,0-28,1	170,4-182,5	14,0-14,5
1000	13	159,0-167,1	50,5-60,6	75,5-81,6	285-300	71,0-77,4	59,2-62,3	37,2-39,4	24,0-26,2	162,4-173,3	14,3-15,3
	14	165,4-173,9	55,6-67,0	78,4-86,2	295-320	74,3-81,2	61,0-66,4	38,1-40,2	24,8-27,0	168,2-180,0	13,5-13,9
3000	13	155,1-166,2	46,1-56,0	74,0-79,2	280-300	70,1-75,8	58,2-62,4	36,2-38,4	23,4-25,6	158,2-172,0	13,0-13,8
	14	163,0-170,4	52,4-60,2	77,3-85,4	290-315	73,0-80,2	60,4-65,0	38,2-40,6	24,2-25,6	166,1-177,0	12,3-13,4
Возраст, лет	Состав тела	* Показатели энергообеспечения			Психофизиологические показатели		Показатели специальной подготовленности				
	Мышечная масса, %	PWC ₁₇₀ , кг/мин	MПК, мл/кг	Теплотест, кол-во раз	Время двигательной реакции, мс	Прыжок вверх с места, см	Максимальная скорость гребли, м/с	Длина проката, м	Темп гребли, гр/мин	Гребля 500 м, с	
200	13	44,1-47,0	965-1055	41,2-47,7	74-80	145-160	48-53	3,50-3,65	2,9-3,1	68-72	143,6-147,4
	14	45,8-48,1	1020-1180	44,0-52,7	77-85	137-151	51-56	3,804,00	3,2-3,4	70-73	137,6-141,5
500	13	43,3-46,0	980-1100	44,2-51,7	65-72	162-188	41-47	3,30-3,50	2,9-3,0	66-70	1402-144,3
	14	45,0-47,1	1165-1240	48,0-55,0	70-75	151-172	44-50	3,55-3,75	3,1-3,2	67-71	133,0-138,5
1000	13	42,0-44,4	1060-1185	53,3-67,1	56-62	178-192	37-41	3,20-3,35	2,8-2,9	65-68	142,2-150,4
	14	43,3-45,7	1170-1390	56,6-74,0	63-70	171-185	40-46	3,40-3,60	3,0-3,2	67-70	136,6-143,0
3000	13	41,6-44,0	1070-1190	60,4-80,3	51-57	217-235	33-36	2,80-3,00	2,7-2,8	62-64	148,0-154,4
	14	42,2-44,5	1230-1465	76,1-90,5	55-62	205-217	36-40	3,05-3,30	2,8-3,0	64-66	141,2-149,3



Отбор перспективных юных гребцов

9-10 лет

Спецификация по видам гребли

11-12 лет

Выбор предпочтительной соревновательной дистанции

13-14 лет

Формирование индивидуального стиля соревновательной деятельности

15-16 лет

Комплектование экипажей

17-18 лет

Рис. 2. Принципиальная схема отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов

Затем в экспериментальной группе проводилась оценка показателей морфофункционального состояния и двигательных возможностей, характеризовались уровни мотивации к занятиям спортом и показатели двигательной активности, определялась предрасположенность подростков к занятиям гребным спортом.

В возрасте 11-12 лет был проведен второй этап отбора в экспериментальную группу. Выявлено 32 юных спортсменов, у которых показатели морфологического развития, функционального состояния, уровни развития двигательных возможностей и психофизиологических характеристик соответствовали должным критериям. 15 человек из этой группы было отобрано для дальнейших тренировочных занятий греблей на байдарках, а 17 подростков - для занятий греблей на каноэ.

Заметное преимущество юных гребцов-каноистов экспериментальной группы проявлялось по показателям уровней морфологического и функционального состояния, времени простой двигательной реакции, силы тяги гребли, частоты сердечных сокращений в покое.

Через четыре года занятий отмечается более высокий уровень специальной физической подготовленности гребцов-каноистов экспериментальной группы и соответственно, более высокий уровень их спортивной квалификации. Спортивные достижения каноистов контрольной группы были более скромными.

Таким образом, поэтапное использование комплекса критериев оценки перспективности юных гребцов-каноистов позволило целенаправленно отбирать контингент, обладающий устойчивой мотивацией к достижению высокого спортивного мастерства и способностью к адаптации функциональных систем к выполнению больших физических нагрузок.

Результаты исследования доказывают высокую эффективность предлагаемой методики отбора юных гребцов-каноистов. Разработанная нами поэтапная технология выявления перспективности юных спортсменов позволила отобрать необходимый контингент для занятий гребным спортом.

В заключении дается анализ проведенных научных исследований, уточняются концептуальные положения диссертационного исследования, намечаются основные направления дальнейших исследований по данной проблеме, из которых приоритетными следует считать: уточнение оптимального возрастного периода для отбора юных гребцов-каноистов в зависимости от их индивидуальных особенностей; определение информативных критериев отбора юных гребцов для различных соревновательных дистанций; разработка организационных основ отбора в процессе многолетней тренировки; выявление комплексной структуры способностей, характерной для занятий гребным спортом; определение наследственных факторов в проявлении спортивных способностей в данном виде спорта.

ВЫВОДЫ

1. При отборе детей и подростков для занятий греблей на каноэ необходимо использовать следующие основные критерии: 1) возраст, благоприятный для начала занятий греблей; 2) состояние здоровья и темпы биологического развития организма; 3) соответствие морфотипа (длина тела, длина туловища, длина руки, ширина плеч, размах рук, состав тела) требованиям данного вида спорта; 4) развитие специальных физических способностей и специфических качеств («чувство воды», «чувство весла», тяговые усилия в воде); 5) характеристики энергообеспечения; 6) сформированность потребностно-мотивационных характеристик и достаточные уровни двигательной активности; 7) социально-педагогические условия и психофизиологические компоненты; 8) экспертная оценка.

2. По степени достоверности прогноза развития показателей выделяются морфологические особенности (длина тела, длина туловища, длина руки, ширина плеч, размах рук) занимающихся и характеристики подвижности в плечевых суставах, имеющие высокую стабильность тенденции индивидуального развития и ценность в прогностическом плане.

Перспективность юных гребцов-каноистов во многом зависит как от начальных результатов, выражающих состояние комплексной характери-

стики, так и от темпов изменения специальных показателей в процессе многолетней специфической двигательной деятельности.

3. У юных гребцов показатели морфофункционального состояния и специальной физической подготовленности изменяются с возрастом, носят гетерохронный и неравномерный характер, многие показатели вариабельны и имеют асимметричность распределения результатов. Ведущим фактором изменчивости данных характеристик в возрасте 9-11 лет является паспортный возраст, в 12-15-лет - биологический возраст, в 16-18 лет - морфофункциональное состояние занимающихся.

4. Большинство (82,7 %) высококвалифицированных гребцов-каноистов начали заниматься спортом без широких предварительных обследований, а 9,4 % респондентов отмечали, что они даже после первого года тренировочных занятий не сдавали контрольных испытаний. Всего 26,8 % обследуемых в учебно-тренировочные занятия вовлекли тренеры и только 3,9 % контингента пришли в гребной спорт, чтобы стать ведущими спортсменами страны. До начала занятий греблей на каноэ около половины (48,8 %) респондентов имели предварительную подготовку в других видах спорта (плавание, гимнастика, легкая атлетика, борьба и спортивные игры).

5. В возрасте 11-13 лет начали заниматься большинство (63,6 %) сильнейших спортсменов мира. Средний возраст выполнения третьего разряда составил 12,8 лет, второго - 14,6 лет, первого - 16,3 лет, кандидата в мастера спорта - 17,8 лет, мастера спорта - 18,9 лет, мастера спорта международного класса - 21,3 лет. По мере повышения спортивного мастерства удлиняется период подготовки в рамках одной квалификационной группы. Большая часть мировой элиты по гребному спорту успешно соревнуется в возрасте 20-30 лет, а наибольшая результативность достигается в 23-26 лет. Свои лучшие результаты сильнейшие гребцы-каноисты мира достигают индивидуально в промежутке 7-12 лет интенсивной тренировочной деятельности.

Выявлены три типа становления спортивного мастерства сильнейших гребцов-каноистов мира: ускоренный, усредненный и замедленный. Выбор данных вариантов обусловлен возрастом начала занятий спортом, особенностями подготовки и, прежде всего, типом биологического созревания организма и спецификой адаптации к физической нагрузке.

6. У высококвалифицированных каноистов скорость гребли на дистанции 200 м во многом обусловлена развитием показателей ОГК ($r = 0,570$), длины руки ($r = 0,564$), ширины плеч ($r = 0,537$) и темпа гребли ($r = 0,534$); на дистанции 500 м - длины руки ($r = 0,678$), длины тела, стоя на коленях руки вытянуты вверх ($r = 0,614$), размаха рук ($r = 0,547$) и длины туловища ($r = 0,533$); на 1000 м - относительных характеристик МПК ($r = 0,670$) и ЖЕЛ ($r = 0,574$), длины проката ($r = 0,596$), размаха рук ($r = 0,570$) и длины руки ($r = 0,540$); на длинных дистанциях — относительных показателей ЖЕЛ ($r = 0,711$) и МПК ($r = 0,703$), длины проката ($r = 0,570$), длины руки ($r = 0,537$) и размаха рук ($r = 0,532$).

7. Уровни развития скоростных способностей и специальной выносливости — важные компоненты подготовки юных гребцов-каноистов. Их значимость на различных дистанциях с возрастом существенно меняется: на 200 м проявляется доминирование значимости скоростных способностей; на 500 м прослеживается паритет данных компонентов; а на 1000 м определяющим фактором результативности гребцов-каноистов является скоростная выносливость. С возрастом отчетливо прослеживается тенденция повышения взаимосвязи показателей специальной подготовленности, а также отмечается рост суммарного влияния выявленных ведущих компонентов.

8. Поэтапное использование комплекса критериев оценки перспективности юных гребцов-каноистов существенно улучшает качество отбора и спортивной ориентации, значительно повышает эффективность спортивного совершенствования, снижает финансовые затраты на подготовку высококвалифицированных спортсменов. Данный подход позволяет целенаправленно отбирать контингент, обладающий устойчивой мотивацией к

достижению высоких спортивных результатов в гребном спорте, психологической и функциональной готовностью к перенесению больших физических нагрузок, достаточными резервами адаптации к специфике соревновательной деятельности в данном виде спорта.

III. СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Влияние выбора тактического варианта прохождения дистанции на спортивный результат в гребле на каноэ // Иновационно-педагогические подходы в подготовке специалистов (менеджеров) для сферы физической культуры и спорта: Материалы международной научно-методической конференции. - Часть II. - Волгоград: ВГАФК, 2003. - С. 151-155. (в соавт., авт. - 70 %).

2. Управление соревновательной деятельностью гребцов на основе критериев оценки их перспективности // Современное профессиональное образование: Актуальные проблемы и перспективы развития: Материалы Всероссийской научно-методической конференции. - Часть II. - Волгоград: ВГАФК, 2004. - С. 58-62. (в соавт., авт. - 90 %).

3. Критерии отбора юных гребцов на начальных этапах подготовки // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в XXI веке: Сборник научных трудов. - Выпуск 2. - Волгоград: ВолГУ, 2004. - С. 155-158. (в соавт., авт. - 50 %).

4. Физическая работоспособность и аэробная производительность - как критерий отбора юных гребцов // Российский физиологический журнал им. И.М. Сеченова. - Том 90. - № 8. - 2004. - С. 420-421. (в соавт., авт. - 50%).

5. Информативность показателей морфофункционального состояния и специальной подготовленности высококвалифицированных гребцов // Научные и методические проблемы физического воспитания спорта и оздоровительной физической культуры. Выпуск 10: Материалы итоговой научной конференции преподавателей и сотрудников. - Волгоград: ВГАФК, 2004. - С. 20-22. (в соавт., авт. - 75 %).

6. Оценка потенциальных способностей юных гребцов-каноистов по показателям соревновательной деятельности // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. Выпуск 10 : Материалы итоговой научной конференции студентов и молодых ученых. - Волгоград: ВГАФК, 2004. - С. 41 -44. (в соавт., авт. - 50 %).

Научное издание

Опалев Максим Александрович

Критерии отбора и спортивной ориентации юных гребцов-каноистов: Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности **13.00.04** - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. - Волгоград: **ВГАФК**, **2004. - 24с**

Подписано в печать

Формат 60x84 1/16. Усл. печ. л. 1,0

Тираж 100 экз. Заказ № 100

Издательство Волгоградской государственной
академии физической культуры,
400005, Волгоград, пр. Ленина, 78

№22249

РНБ Русский фонд

2005-4

19567