

Спортивный отбор в многолетней подготовке юных футболистов

Похиленко Виталий Геннадьевич

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

студент

Изосимов Александр Николаевич

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Старший преподаватель кафедры ФКиТ

Аннотация

В статье представлен анализ проблем спортивного отбора в многолетней подготовке юных футболистов. Рассмотрены этапы спортивного отбора. Предложены подходы к совершенствованию средств спортивного отбора в многолетней подготовке юных футболистов.

Ключевые слова: спортивный отбор, многолетняя подготовка, юные футболисты, физическая подготовленность, технико-тактическая подготовленность.

Sports selection in long-term training of young football players

Pokhilenko Vitaly Gennadievich

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Izosimov Alexander Nikolaevich

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Senior teacher of FKIT department

Abstract

The analysis of problems of sports selection in long-term training of young football players is presented in article. Stages of sports selection are considered. Approaches to improvement of means of sports selection in long-term training of young football players are offered.

Keywords: sports selection, long-term preparation, young football players, physical fitness, technical and tactical readiness

Проблема спортивного отбора является одной из центральных в теории и методике спортивной подготовки и сопряжена с широким спектром вопросов, решаемых спортивной наукой.

Несмотря на то, что проблема спортивного отбора до настоящего времени получила большое развитие, ее актуальность не только не снижается, а возрастает с новой силой. Это связано с тем, что существующая

практика отбора в спорте пока не может быть оценена, как достаточно эффективная и соответствующая современным требованиям.

Проблема спортивного отбора является одной из центральных в области теории и методики спортивной подготовки и сопряжена с широким спектром вопросов, решаемых спортивной наукой и практикой. Отбор детей для занятий спортом приобретает значение важнейшей социально-педагогической задачи. Она заключается в рациональном планировании физического воспитания каждого юного спортсмена в соответствии с его индивидуальными склонностями и природными возможностями, проявляющимися в характеристиках одаренности к определенному виду спорта.

По мнению большинства авторов (А.М. Ахатов и А.С. Кузнецов [1], Н.Ж. Булгакова [3], В.М. Волков, В.П. Филин [4], В.П. Губа [5], В.Н. Платонов [6], В.Б. Шварц, С.В. Хрущев [7] и др.), отбор должен осуществляться в строгом соответствии с задачами подготовки спортсменов на различных этапах. В современной практике (В.Н. Платонов [6]) известно огромное множество методов и методик спортивного отбора, учитывающих физиологические, морфологические, биологически-медицинские, психологические и социальные параметры человека. Но независимо от многообразия этих методик спортивный отбор всегда проводится в пять основных этапов: 1) первичный этап отбора детей; 2) этап предварительного отбора детей; 3) промежуточный этап (этап углублённой проверки); 4) основной этап (этап спортивной ориентации); 5) заключительный этап (этап отбора в сборную команду).

Экспериментальное исследование было проведено на базе МБУДО «ДЮСШ» с юными футболистами 10-12 лет в количестве 20 человек.

На первом этапе начальной подготовки, с целью отбора детей для занятий футболом в МБУДО «ДЮСШ» был организован просмотр детей 10-12 лет. Всего было отобрано 20 мальчиков. Из вышеназванного количества юных спортсменов 10-12 лет были сформированы контрольная и экспериментальная группы. Контрольная группа состояла из детей занимающихся футболом в течение 2-х лет. Экспериментальная группа состояла из детей занимающихся футболом в течение 1 год. В обеих группах по 10 детей.

На втором этапе начальной подготовке, нами проведено тестирование по физической подготовленности юных футболистов. Первичное тестирование было проведено в сентябре 2016 г. На третьем этапе начальной подготовке мы провели повторное тестирование по физической подготовленности юных футболистов в мае 2017 г.

Анализ выборки полученных среднегрупповых антропометрических измерений, характеризующие возрастные нормы развития детей 10-12 лет (рост, масса тела и длина стоп) в контрольной и экспериментальной группе юных спортсменов 10-12 лет представлен в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты антропометрических показателей юных спортсменов 10-12 лет

Показатели	КГ		ЭГ		t	P
	$x \pm m$	σ	$x \pm m$	σ		
Рост	152,1±3,64	10,91	149±2,29	6,86	0,736	>0,05
Масса тела	42,3±3,08	9,23	38,34±1,76	5,28	1,178	>0,05
Длина стоп	38,7±0,93	2,79	37,0±0,42	1,25	1,758	>0,05

Из таблицы 1 видно, что динамика результатов антропометрических показателей юных спортсменов 10-12 лет такова, что между контрольной и экспериментальной группы нет достоверных различий в росте, массе тела и длине стопы и вероятность ошибки не превышает 5%.

Анализ выборки полученных средне групповых результатов после проведенного тестирования физических качеств в контрольной и экспериментальной группе юных спортсменов 10-12 лет представлен в таблице 2.

Таблица 2 - Показателей развития физических качеств юных спортсменов 10-12 лет

Показатели	КГ		ЭГ		t	P
	$x \pm m$	σ	$x \pm m$	σ		
Бег 30 м, с	5,28±0,08	0,23	5,77±0,06	0,17	5,42	<0,001
Челночный бег 3x10 м, с	7,88±0,12	0,37	8,37±0,09	0,27	3,384	>0,001
Подтягивание на перекладине, кол-во раз	10,6±0,42	1,26	3,1±0,58	1,73	11,082	<0,001
Сгибание и разгибание рук, в упоре лежа, кол-во раз	32,7±1,32	3,95	52,3±2,5	7,5	7,312	<0,001
Прыжки в длину с места, см	175,1±3,73	11,2	151,5±3,8	11,41	4,668	<0,001

Из таблицы 2 видно, что анализ результатов тестирования физических качеств юных спортсменов 10-12 лет показал, что дети контрольной группы превзошли своих сверстников из экспериментальной группы по таким физическим качествам как сила (подтягивание на перекладине; сгибание и разгибание рук, в упоре лежа), скоростно-силовые (прыжок в длину с места), быстрота (бег 30 м) и координация (челночный бег 3x10 м).

Различия средне групповых результатов между двумя группами в быстроте, силе и скоростно-силовых качествах достоверны и вероятность ошибки превышает 0,1%. Различия средне групповых результатов между двумя группами в координации (челночный бег 3x10 м) не достигли

достоверных значений, что можно расценивать как равноценность используемой методики по развитию движений на координацию юных спортсменов 10-12 лет и вероятность ошибки не превышает 0,1%.

Анализ выборки полученных средне групповых результатов после проведенного тестирования технической подготовленности в контрольной и экспериментальной группе юных спортсменов 10-12 лет представлен в таблице 3.

Таблица 3 - Показателей технической подготовленности юных спортсменов 10-12 лет

Показатели	КГ		ЭГ		t	P
	$x \pm m$	σ	$x \pm m$	σ		
Техника владения мячом	$33 \pm 1,64$	4,83	$22 \pm 1,41$	4,22	5,424	<0,001
Техника передвижения	$47 \pm 1,61$	4,83	$24 \pm 1,72$	5,16	10,29	<0,001
Техника ударов по мячу	$55 \pm 1,76$	5,27	$27 \pm 1,61$	4,83	12,384	<0,001
Техника остановок, передач и отбора мяча	$46 \pm 1,72$	5,16	$25 \pm 1,76$	5,27	9,005	<0,001
Техника обманных движений (финтов)	$35 \pm 1,76$	5,25	$23 \pm 1,61$	4,83	5,319	<0,001

Из таблицы 3 видно, что анализ результатов тестирования технической подготовленности юных спортсменов 10-12 лет показал, что дети контрольной группы превзошли своих сверстников из экспериментальной группы по технике: владения мячом, передвижения, ударов по мячу, остановок, передач и отбора мяча, финтов.

Различия средне групповых результатов между двумя группами в технической подготовленности юных спортсменов 10-11 лет достоверны и вероятность ошибки превышает 0,1%.

Таким образом, анализ полученных результатов после проведенного тестирования по физической и технической подготовленности юных футболистов показал, что по всем тестам, характеризующих уровень физической подготовленности юных футболистов, видны достоверные значения.

Данные по физической и технической подготовки на этапе начальной подготовки являются основанием для отбора тех юных футболистов, которые по своим исходным характеристикам отвечают особенностями игровой деятельности и могут быть отобраны в команды для участия в играх и соревнованиях по футболу.

Нами были предложены подходы к совершенствованию средств спортивного отбора по средствам изучения функциональных, морфологических, психических, возрастных и других признаков.

На этапе начальной подготовки следует уделить особое внимание развитию физических качеств с помощью разработанного корректирующего комплекса упражнений или увеличения объемов нагрузки, обращая внимание

на физиологические способности детей.

Условно различают три уровня развития способностей (Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина [2] и др.):

1) самые общие способности. К ним можно отнести хорошее здоровье, нормальное физическое развитие, трудолюбие, настойчивость, работоспособность, интересы, склонности и т.д.;

2) общие элементы спортивных способностей: быстрое освоение спортивной техники, умение адаптироваться к значительным мышечным напряжениям, высокий уровень функциональной подготовки, способность преодолевать утомление, успешное восстановление после тренировочных нагрузок и т.д.;

3) специальные элементы спортивных способностей: быстрый прирост спортивных результатов, высокий уровень развития специальных качеств, высокая мобилизация, готовность и устойчивость в условиях противоборства с противником и т.д.

Педагогические критерии спортивного отбора:

1) уровни развития физических качеств;

2) технико-тактическую подготовленность;

3) спортивно-техническое мастерство;

4) темпы роста спортивных достижений;

5) моторную обучаемость;

6) координационные возможности;

7) способность юных спортсменов к эффективному решению двигательных задач в условиях напряжённой борьбы.

Медико-биологические критерии спортивного отбора:

1) состояние здоровья;

2) биологический возраст;

3) морфофункциональные признаки;

4) состояние функциональных и сенсорных систем организма;

5) индивидуальные особенности высшей нервной деятельности.

Психологические критерии спортивного отбора:

1) особенности темперамента;

2) особенности характера;

3) степень развития волевых качеств.

Социологические критерии спортивного отбора включают характеристику мотивов, интересов и запросов детей: показатели, характеризующие формирующее влияние спорта, семьи, коллектива. Эффективность отбора во многом зависит от своевременного и объективного выявления интереса детей и подростков к занятиям тем или иным видом спорта. Важное значение имеет всесторонний анализ причин отсева юных спортсменов, проявивших задатки для успешного спортивного совершенствования на первых этапах многолетней тренировки (Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина [2] и др.).

Спортивный отбор продолжается постоянно в процессе спортивной деятельности.

Процедура спортивного отбора включает в себя три этапа: 1) определение специфики требований, которые предъявит будущая деятельность; 2) прогнозирование возможностей конкретных кандидатов; 3) принятие положительного или отрицательного решения с его последующей реализацией.

Таким образом, при выполнении этих методических рекомендаций при отборе юных футболистов можно быть уверенным, что отбор пройдет успешно.

Библиографический список

1. Ахатов А.М., Кузнецов А.С. Основные направления отбора и ориентации используемые в детско-юношеском спорте. Набережные Челны: КамГАФКСиТ, 2015. 100 с.
2. Ашмарин Б.А., Виноградов Ю.А., Вяткина З.Н. и др. Теория и методики физического воспитания: учебник / под ред. Б.А. Ашмарина. М.: Просвещение, 1990. 287 с.
3. Булгакова Н.Ж. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки (на материале плавания): автореф. дис. док-ра пед. наук. М.: ГЦОЛИФК, 1977. 65 с.
4. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. М.: Физкультура и спорт, 1983. 176 с.
5. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография. М.: Советский спорт, 2014. 304 с.
6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. К.: Олимпийская литература, 2014. 808 с.
7. Шварц В.Б., Хрущев С.В. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора. М.: Физкультура и спорт, 1984. 150 с.
8. Футбол / Сост. С. А. Савин, А. С. Соловьев; редкол.: К.И. Бесков [и др.]. - М.: Физкультура и спорт, 1986. 79 с.
9. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. М.: Советский спорт, 2011. 160 с.