

Социальная необходимость отбора девочек в спортивные секции и престижность высших спортивных достижений обеспечивает адекватность выбора вида спорта вне зависимости от потенциальных возможностей начинающих спортсменок, что создает предпосылки к систематическим и долговременным занятиям, а также позволяет оптимизировать процесс комплектования спортивных школ, готовящих резервы спорта высших достижений, перспективными спортсменками.

Проблема отбора девочек в секцию дзюдо при современном взгляде предстает двоякой. С одной стороны, единоборства требуют от занимающихся качественно новой всесторонней подготовленности, с другой – учитывая наличие разных весовых категорий, при грамотном подходе педагога требования всего два: состояние здоровья и желание заниматься.

Приведенные выше аргументы свидетельствуют о важности и необходимости исследования в этой области. Девочка в дзюдо, и в спорте вообще, представляет собой неповторимую индивидуальность. Работа педагога – это творческий процесс, основополагающая задача которого состоит в том, чтобы в рамках общих правил найти индивидуальные способы отбора, обучения и тренировки. В этих условиях совокупный подход тестирующих и игровых методик выступает как общепедагогическое требование индивидуально опосредованного отбора и физического совершенствования ребенка, учитывающего его индивидуально-типологические, возрастно-половые особенности и специфику спортивной деятельности.

1. Васильев, Р. Принцип спортивного отбора / Р. Васильев // Спортивная панорама. – 2009. – 9 янв. – С. 3.

2. Василькова, В.М. Индивидуализация подготовки юных дзюдоисток // Фундаментальные и прикладные основы теории физической культуры и теории спорта: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 10–11 апр. 2008 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (председатель) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2008. – 505 с.

3. Пархомович, Г.П. Основы классического дзюдо / Г.П. Пархомович. – Пермь: Урал Пресс, 1993. – 304 с.

4. Пилоян, Р.А. Индивидуализация подготовки спортсменов в видах единоборств: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04./ Р.А. Пилоян. – М.: ГЦОЛИФК, 1985. – 50 с.

5. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М: Академия, 2000. – 480 с.

СОВРЕМЕННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОТБОРА НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ В ДЗЮДО

Василькова В.М., Шахлай А.М., д-р пед. наук, доцент,

**Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь**

На современном этапе развития спорту высших достижений отводится особая роль, так как победы на международных соревнованиях не только демонстрируют силу, ловкость, быстроту и другие качества представителей тех или иных стран, но и показывают уровень прогрессивности и жизнеспособности народа и государства.

Анализ состояния и перспектив развития спорта высших достижений с учетом современной борьбы с допингом дает основания предположить, что превосходство над соперником будет зависеть от грамотного своевременного отбора перспективных спортсменов и от методики их подготовки на всех этапах [2].

Отбор и подготовка спортивного резерва продолжают оставаться центральной проблемой теории и методики юношеского спорта. В ряде спортивно развитых стран сложилась

практика многоэтапного спортивного отбора. Тем не менее само понятие «спортивный отбор» пока не получило единого толкования. Большинство специалистов, так или иначе, связывает его с заблаговременным распознаванием индивидуальной предрасположенности (задатки, способности, одаренность) к достижениям в каком-либо виде спорта, определением в зависимости от этого направленности спортивной специализации и выделением из числа занимающихся тех, кто более способен к высоким спортивным результатам, чтобы создать им предпочтительные условия для спортивного совершенствования.

Сегодня интерес к этой проблеме объясняется значительным «омоложением» и бурным ростом спортивных результатов в дзюдо в мире. Поэтому возникает необходимость поиска физически одаренных, талантливых детей, которые могли бы показывать высокие спортивные результаты в экстремальных ситуациях, являющихся характерной особенностью этого вида спорта [2].

Комплекс мероприятий, позволяющих определить степень предрасположенности или одаренности ребенка к тому или иному виду спорта, направленный на выявление спортсменов с высоким уровнем способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта, и есть, по сути, спортивный отбор [6]. В определении профессиональной или спортивной пригодности огромную роль играет выявление довольно устойчивых психологических свойств и качеств личности. На начальном и промежуточном этапах спортивного отбора первостепенное значение имеют психофизиологические качества спортсменов.

Спортивный отбор продолжается в течение всей спортивной деятельности. Если новичок зачисляется в спортивную группу, то затем работа с ним продолжается до тех пор, пока по каким-либо причинам не принимается решения о прекращении занятий. Отрезок времени, в течение которого осуществляется спортивный отбор, может иметь различную величину – от нескольких минут до нескольких лет. Начальный отбор юных спортсменов проводится в расчете на последующую многолетнюю спортивную деятельность.

Проходят отбор все участники спортивной деятельности: спортсмены, тренеры, судьи, спортивные врачи и т. д. Назначение тренера команды может оказывать значительно большее влияние на спортивные достижения, чем включение в нее самого сильного спортсмена. Для каждого кандидата отбор в итоге сводится к положительному или отрицательному результату. Положительный результат отбора может, например, заключаться в зачислении в группу или команду, назначении тренера, а отрицательный реализуется в виде отчисления, исключения, дисквалификации, перевода основного спортсмена в число запасных и т. д.

Сегодня в дзюдо отбор происходит, как правило, на этапе спортивного совершенствования, где критерием в большинстве случаев является конкретный спортивный результат. Главная цель начального этапа подготовки – не отбор талантливых детей, а то, как тренер заинтересует их, удержит детей в секции, сможет ли он «влюбить» учеников в дзюдо. Проблема заключается в значительном отсеке юных дзюдоистов на этапе начальной специализации [3]. Часто работа тренера базируется на внутренней субъективной оценке с использованием накопленного за спортивную и тренерскую деятельность опыта и устаревших рекомендаций, без четко обозначенных критериев оценки эффективности проводимого учебно-тренировочного процесса, не учитывая, что успешность спортивной тренировки существенно зависит от своевременного и правильного контроля над подготовленностью занимающихся.

Отсутствие единых взглядов на начальный отбор в подготовке дзюдоистов делает решение этой проблемы особенно актуальным. Сегодня за основу в единоборствах принята «Программа по видам спорта для ДЮСШ», имеющая одинаковые требования для борьбы дзюдо и самбо и частично повторяющаяся другие виды борьбы. Предлагаемые в ней тестирующие упражнения для групп начальной подготовки характеризуют только уровень общефизической подготовки и, частично, специальной физической подготовки, что является недостаточным для отбора и определения пригодности будущего спортсмена или спортсменки

к дзюдо. Существующие тестирующие упражнения не выявляют такие важные для дзюдо личностные качества, как воля, терпение, целеустремленность и т. д. Методики начального отбора в дзюдо основываются на ежегодном проведении тестирующих упражнений, без учета особенностей мотивационно-психологических реакций ребенка на стрессовую ситуацию экзаменационных заданий, что препятствует полноценной демонстрации ребенком своих способностей.

Стресс, вызванный необходимостью демонстрировать свои возможности незнакомым людям, в условиях резких ограничений, в присутствии экзаменатора, конкурентов, непонимания конечной цели, не позволяют в полной мере начинающему спортсмену показать все свои способности с лучшей стороны. Здесь положительную роль может взять на себя игра. Подвижные игры, включенные в учебно-тренировочный процесс, способствуют приобретению и совершенствованию знаний, умений и навыков, развитию двигательных и морально-волевых качеств, независимо от сбивающих факторов.

Особенность организма ребенка – постоянный рост органов. Следовательно, развиваются интенсивнее те мышцы, к которым направлен более сильный приток крови, т. е. органы, находящиеся в движении. Ограниченное движение (ребенок болеет или только выздоровел, и ему нужен покой) негативно сказывается не только на органах, но и на нервной, эндокринной и медиаторной системах в целом, влияет на нарушение осанки, ослабление функций дыхания, кровообращения. Снижение естественной двигательной активности детей ведет к уменьшению раздражений, возникающих во время движения и воспринимающихся нервными окончаниями кожи, мышц, суставов, в зрительных и слуховых анализаторах, идущих к коре больших полушарий головного мозга [1].

Психика ребенка устроена так, что его практически невозможно заставить целенаправленно выполнять какие-либо, даже самые полезные упражнения. Ему должно быть интересно заниматься. Во время игры часто возникают неожиданные, смешные ситуации. Это вызывает искреннюю радость и у детей и у тренера. Непринужденная веселая атмосфера позволяет проявить к начинающему спортсмену больше внимания и увеличивает совместное общение с ним в атмосфере обоюдной заинтересованности.

Поступление в секцию борьбы ребенка вовсе не уменьшает его потребности в играх. Роль игры в жизни юного спортсмена или спортсменки уменьшается, но не исчезает совсем. А.С. Макаренко писал: «Игра имеет важное значение в жизни ребенка... Каков ребенок в игре, таким во многом он будет в работе, когда вырастет. Поэтому воспитание будущего деятеля происходит, прежде всего, в игре...» [5]. В игре формируются и проявляются многие особенности личности ребенка. Игра – это своеобразная школа подготовки к труду и, одновременно, школа общения для ребенка.

Спортивные способности во многом зависят от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью и консервативностью. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей следует обращать внимание на малоизменчивые признаки, способствующие успешности будущей спортивной деятельности. Роль наследственно обусловленных признаков ярко раскрывается при предъявлении к организму занимающегося высоких требований, при оценке деятельности юного спортсмена необходимо ориентироваться на уровень высших достижений.

Прогноз спортивных способностей требует также выявления показателей, которые могут существенно изменяться под влиянием тренировки. Для повышения точности прогноза необходимо рассматривать темпы роста показателей и их исходный уровень. В связи с гетерохронностью развития отдельных функций и качественных особенностей имеют место некоторые различия в проявлении способностей спортсменов в разные возрастные периоды [4].

Использование игровых методик – это залог успешного формирования гуманистической атмосферы в коллективе, так как во время игры никто не помнит о неудачах ребенка, его

поведении и прилежании. Одной из важных задач тренера является сплочение спортивной группы. Применение игровых методик может непосредственным образом помочь реализовать эту задачу. В игре ребенок предстает таким, каким он будет и в жизни, в труде. Если он бросается от одной игры к другой, не доводя ни одного дела до конца, если в игре он не проявляет самостоятельности, пассивен, творчески однообразен, быстро подчиняется партнеру, если он равнодушен к успеху, к борьбе – все это должно обратить на себя внимание.

Дети очень тонко и точно улавливают разницу: когда с ними «играют» в игру, сюсюкают и подстраиваются, и когда с ними играют по-настоящему, искренне и увлеченно. Только так можно рассчитывать на эмоциональный и духовный контакт и эффективно оказывать на ребенка и моральное, и нравственное, и развивающее влияние, которого нельзя добиться никак иначе.

Игра сильнее любых нотаций. Самые глубокие словесные нравоучения вследствие физиологической недоразвитости у детей второй сигнальной системы, по сути дела, бессмысленны и бесполезны. Подвижная игра, которая держится на интересе, в основе которой лежат положительные эмоции и непосредственные чувствования, намного быстрее и надежнее позволит достигнуть намеченной цели.

Подвижные игры или ее элементы могут быть использованы тренером на занятии на этапах проверки домашнего задания, уровня физической подготовленности, развития морально-волевых качеств, подготовки к восприятию нового материала, в закреплении изученного и т. д.

Вся информация о ребенке, полученная в процессе отбора или игры, должна быть использована не только для заключения о пригодности к занятиям дзюдо, но и для дальнейшего воспитания спортсмена, так как процессы диагностики спортивных способностей и обучаемости тесно связаны с процессом спортивной подготовки. Любой результат тестирования должен быть гуманным по отношению ко всем участникам отбора.

На наш взгляд, специалист должен не только определять степень пригодности занимающегося для дальнейшей специализации, но и управлять полученными данными для совершенствования подготовки начинающего спортсмена.

1. Арнаутова, Е.П. Если ребенок не умеет проигрывать / Е.П. Арнаутова // Игра и дети. – 2008. – № 2. – С. 6–8.

2. Васильев, Р. Принцип спортивного отбора / Р. Васильев // Спортивная панорама. – 2009. – 9 янв. – С. 3.

3. Василькова, В.М. Индивидуализация подготовки юных дзюдоисток // Фундаментальные и прикладные основы теории физической культуры и теории спорта: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 10–11 апр. 2008 г / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (председатель) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2008. – 505 с.

4. Глебик, И.И. Направленность программ начального обучения дзюдоистов с учетом их моторного развития / И.И. Глебик, В.И. Стадник, О.В. Хижевский // Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья: материалы Республиканской науч.-практ. конф. 22–23 дек. 1998 г. – Минск: ANALITIK-BOOK, 2000. – С. 38–39.

5. Никитин, Б.П. Развивающие игры / Б.П. Никитин. – М: Педагогика, 1981. – 62 с.

6. Теория и методики физического воспитания учеб. для студентов факультетов физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физическая культура» / Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др; под ред. Б.А. Ашмарина. – М. Просвещение, 1990. – 287 с.