

2. Лебединский В.Ю. Физическая культура и физическое воспитание студентов в техническом вузе: учебное пособие / под редакцией проф. В.Ю. Лебединского, – Иркутск: Изд-во: ИрГТУ. 2013. – 302 с.

Дурас Е.Е., Сосуновский В.С., Шаврина А.В.
Национальный исследовательский Томский
государственный университет, Томск, Россия

ОТБОР В ВИДЫ СПОРТА НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КЛАССИФИКАЦИИ

Спортивный отбор – это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта) [1].

Для осуществления качественного спортивного отбора существует система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта. В результате рассмотрения вышеизложенной информации нами было принято решение провести исследование по сравнению морфофункциональных показателей спортсменов высшей спортивной квалификации в разных видах спорта.

В процессе исследования использовались следующие методы: анализ литературных источников, сравнительный анализ морфофункциональных показателей и физических качеств спортсменов.

Способности - это совокупность качеств личности, соответствующая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение [1]. Различные виды спорта предъявляют различные требования к способности человека в том или ином виде спорта. Способности в значительной степени обусловлены морфофункциональными особенностями организма. Определить уровень и перспективы развития способностей возможно по анализу морфофункциональных показателей, что позволит достичь высокого уровня результативности в определенном виде спорта.

Ягелло Владислав и др. в своих исследованиях опубликовали данные о среднем росте и массы тела, а также средних показателях компонентов массы тела высококлассифицированных спортсменов разных видов спорта [2].

Из этих данных можно сделать вывод, что самым высоким средним ростом обладают спортсмены занимающиеся баскетболом в роли нападающих, как женщин (180 см) так и мужчин (200 см). Также, высоким средним ростом отличаются мужчины спринтеры в легкой атлетике (193 см), чего нельзя сказать о женщинах, выступающих в этом виде спорта (165 см).

В таком виде спорта, как одиночное фигурное катание для выполнения сложно координационных элементов требуется небольшая масса тела и невысокий рост спортсмена. Мышечный компонент у фигуристов относительно меньше половины общей массы тела, абсолютная масса жировой ткани мала. Также небольшим ростом и небольшой массой тела спортсменов характеризуются прыжки в воду. Например, средний рост у мужчин, занимающихся этим видом спорта, равен 167 см, а у женщин - 158 см. средняя масса тела равна 64 кг у мужчин и 54 кг у женщин. Для этих двух видов спорта характерны следующие физические качества: гибкость, ловкость, координация.

Однако, виды спорта, включающие в себя различные виды состязаний (например, триатлон, многоборье в легкой атлетике), характеризуются развитием основных

физических качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости. Для таких видов спорта характерны следующие показатели: средний рост у мужчин - 180 см, у женщин - 170 см; средний вес у мужчин составляет 70 кг, у женщин - 62 кг; пропорциональное развитие всех компонентов массы тела (мышечный, костный, жировой).

В заключении можно отметить, что любая физическая нагрузка оказывает воздействие на морфофункциональные показатели организма человека.

В настоящее время наблюдается тенденция того, что современный спорт начинает «молодеть» - все чаще победителями Олимпийских игр и соревнований высокого ранга становятся юные спортсмены, поэтому отбор происходит в раннем возрасте. Но зачастую невозможно предугадать, каким будет ребенок в более старшем возрасте, к моменту пика его физических возможностей, поэтому нужно учитывать, что морфофункциональные показатели организма являются наследственным признаком, отличающиеся стабильностью и консервативностью. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей следует обращать внимание, прежде всего на те относительно мало изменчивые признаки, которые обуславливают успешность будущей спортивной деятельности.

Именно поэтому в процессе профессиональной педагогической подготовки специалистов по физической культуре и спорту необходимо осуществлять целенаправленное развитие как медико-биологических, так и педагогических знаний для спортивного отбора.

Библиографический список

1. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - Киев: Олимпийская литература, 1999. – 80 с.
2. Ягелло В., Ткачук В., Блах В. Взаимосвязь антропометрических показателей с уровнем спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Сб. науч. тр. под ред. Ермакова С.С. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2004, № 2, с. 36-45.

Дутова Л.Э.

Челябинский государственный педагогический университет, Челябинск, Россия

ЗДОРОВЬЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ЧЕЛОВЕКА КАК ПОКАЗАТЕЛЬ БЛАГОПОЛУЧИЯ ОБЩЕСТВА

По данным Министерства здравоохранения и социального развития РФ, состояние здоровья детей дошкольного возраста резко ухудшается. На сегодняшний день в нашем ДОУ практически здоровые дети составляют 5%. А поскольку состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим показателем благополучия общества, который отражает не только ситуацию нынешнего дня, но и прогноз на будущее. Забота о здоровье детей и взрослого человека стали занимать во всём мире приоритетные позиции. В ДОУ до сих пор остается актуальной проблема. Это слабое физическое развитие детей. Общая картина такова: дети испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, проводимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы, задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

Дети имеют излишний вес, нарушения осанки. Одной из основных причин таких результатов является неосведомлённость родителей в вопросах здоровьесберегающих технологий и их внедрение в воспитательный процесс. Ребенку свойственно много двигаться. Но для взрослого комфортнее тихий малыш. Они часто требуют от него «взрослого» поведения, взрослой сдержанности, не понимания, что это должно насторожить, ведь такое поведение противоестественно и вредно.