

Спортивный отбор в греко-римской борьбе

авторы: Бахтанов С.А, Шевченко А.И.

Спортивный отбор - это комплекс мероприятий, позволяющий определить высокую степень предрасположенности (одарённость) ребёнка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта).

Наиболее актуальным вопросом в развитии греко-римской борьбы и современного спорта является необходимость спортивного отбора, начиная с детского возраста и заканчивая институтами физической культуры и спорта.

Отбор спортсменов как раздел работы тренера по борьбе подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части:

1) **Спортивная ориентация** (начальный отбор детей) с целью обнаружения их потенциальных способностей к определенным видам спорта (в частности, к конкретному виду борьбы).

2) **Спортивный отбор** (отбор кандидатов в сборные команды).

3) **Комплектование сборных команд.**

Сложность проблемы отбора состоит в ее многогранности. Она имеет педагогический, экономический, этический, метрологический и другие аспекты. Ниже будут рассмотрены только метрологические аспекты проблемы отбора, т.е. будет сделана попытка ответить на вопрос: что нужно учитывать тренеру при отборе спортсменов?

Научная разработка проблем спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учеными и тренерами четыре задачи:

1) Определение идеального типа борца (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики, к достижению которых

следует стремиться);

2) Прогнозирование темпов роста спортивных достижений (это центральная задача отбора спортсменов);

3) Классификация отбираемых спортсменов на одаренных и неодаренных;

4) Определение формы организации процесса отбора спортсменов (например, что выгоднее: просмотреть 1000 детей очень тщательно или 10000 менее тщательно?).

Учитывая относительную самостоятельность перечисленных выше задач, рассмотрим каждую из них в отдельности. Для этого приведем основные положения теории спортивного отбора и обобщим передовой опыт практики.

1. С учетом сочетания факторов, обуславливающих возможность воспитания выдающихся спортсменов, ученые должны представить модельные характеристики, или, иначе, составить профиограммы борцов каждой весовой категории классического стиля. Это и есть не что иное, как разработка идеального типа борца – МСМК России.

Деятельность тренера при начальном отборе для занятий борьбой сводится к поиску таких детей, которые в перспективе, т.е. после нескольких лет занятий, будут близки к идеалу.

2. Решение второй, центральной задачи отбора борцов, т.е. прогнозирование темпов роста их спортивных достижений, даст ответ на вопрос: можно ли распознать в детях степень спортивной одаренности борца?

Научной основой такой задачи является поиск тестов (контрольных упражнений), которые позволяют с высокой вероятностью прогнозировать степень одаренности детей для занятий различными видами спортивной борьбы. Этот поиск тестов реально может быть осуществлен с помощью двух подходов

-изучение стабильности характеристик человека;

-изучение наследственных влияний.

3. Отбор детей может быть организован для занятий конкретным видом борьбы или для занятий группой видов борьбы. Центральным моментом в организации отбора является решение вопросов: сколько детей следует просмотреть? Насколько тщательно это следует делать? Что эффективнее: просмотреть тысячу детей очень тщательно или десять тысяч менее тщательно?

Идеалом является путь изучения не феноменологических показателей (т.е. тех, которые проявляются внешне, например мышечная сила, быстрота и т.п.), а реальных морфологических, физиологических, биохимических, биофизических и прочих характеристик и механизмов, определяющих индивидуальное различие и двигательные возможности.

При отборе следует учитывать :

1. Наличие обостренного чувства чести и самолюбия (только дети, обладающие этими качествами, выдерживают трудности спортивной деятельности и способны постоянно ставить и решать все более трудные задачи).

2. Близость расположения места жительства от основной тренировочной базы. Это позволяет тратить меньше времени и энергии на поездки и соответственно чаще, продолжительней и эффективней тренироваться.

3. Высокий уровень выносливости. Для высоких спортивных достижений необходима выносливость. Это качество трудно тренируемо, т.к. во многом обусловлено наследственностью. При наличии достаточной выносливости экономичнее выполняются тренировочные задания, выдерживаются большие нагрузки, быстрее происходит восстановление. Все это способствует выполнению большего объема тренировочной работы и достижению высокого результата в соревнованиях.

4. Координационная одаренность. Борец в схватке выполняет множество разнообразных движений в различных условиях опоры и различных плоскостях (фронтальной, сагитальной, патеральной). Это требует хорошей координации. Успешность совершенствования этого качества находится в зависимости от координационной одаренности.

5. Высокорослость. Есть основания считать, что высокий рост способствует высоким спортивным достижениям. По данным исследований, показатели длины тела представителей классической (греко-римской) и вольной борьбы тем выше, чем выше их квалификация.

6. Принадлежность к спортивной семье. Отечественные и зарубежные специалисты установили, что у 50% детей выдающихся спортсменов можно ожидать наличие выраженных способностей.

Морфологический профиль борца

Наилегчайший вес – относительная коротконогость и узкие плечи;

легчайший и полuleгкий вес – относительная коротконогость и средней ширины плечи; *легкий и полусредний вес* – средней длины ноги и средней ширины плечи;

средний вес – длинноногость и узкие плечи;

полутяжелый и тяжелый вес – длинноногость и средней ширины плечи.

Генетические аспекты спортивного отбора

Исследования отечественных авторов свидетельствуют о том, что такие морфологические параметры спортсменов, как длина тела,

верхних и нижних конечностей, длина туловища, бедра, голени, масса тела, ширина таза и бедер на 80-90% наследуется от родителей. (Шварц В.Б., Хрущев С.В.)

Педагогические критерии отбора борцов

Сила – оцениваются силовые показатели рук, ног, становая сила.

Быстрота – быстрота ответных и атакующих действий.

Гибкость – оценивается подвижность позвоночного столба и суставов.

Координация – согласованность атакующих и защитных действий при активном сопротивлении соперника, способность выйти из захватов, увернуться от бросков.

Трудность поиска талантливых детей усугубляется необходимостью учета продолжительности превращения ребенка во взрослого. Важно знать при этом, что темпы этого процесса неравномерны: кривая биологического развития резко возвышается во время полового созревания (пубертатного скачка), причем у одних детей пубертатный скачок возникает в 12-13 лет, а у других значительно позже – в 14-16 лет.

Спортивный талант найти крайне трудно. Это сложно еще и потому, что быстрый рост спортивных достижений на начальных этапах тренировки не гарантирует высоких результатов на этапе демонстрации наивысших достижений. Факторная теория развития предполагает, что начальные и последующие успехи в спорте могут определяться различными факторами.

Таким образом, проблема начального отбора детей в секции борьбы до сих пор не решена окончательно. Поэтому, учитывая сложность решения данной задачи, целесообразно использовать косвенные научные факты и передовой опыт практики.