

Значения показателей асимметрии в контрольной и экспериментальной группах до и после эксперимента

Исследуемая группа мышц	Мышцы разгибатели голени				Отводящие мышцы бедра			
	контрольная (n = 8)		экспериментальная (n = 8)		контрольная (n = 8)		экспериментальная (n = 8)	
Группа								
Этап эксперимента	до	после	до	после	до	после	до	после
Показатели асимметрии (%)	15,6	14,4	16,6	3,9	12,3	12,2	11,4	8

По итогам эксперимента показатели асимметрии по всем исследуемым параметрам значительно снизились в экспериментальной группе. В таблице 3 приведены значения показателей асимметрии в контрольной и экспериментальной группах до и после эксперимента.

Из данной таблицы видно, что произошло существенное уменьшение показателей асимметрии, особенно это четко определяется в отводящих мышцах бедра, которые определяют качество сагиттальных перемещений в технике отталкивания конькобежцев.

#### Заключение

Предложенная методика оценки показателей контралатеральной асимметрии и ее реализация в процессе коррекции асимметрии дает возможность уменьшению вариативности, цикличности и ацикличности в исследуемом двигательном действии. Уменьшение показателей асимметрии в проведенном исследовании дало возможность увеличить скорость бега по прямой в спринтерских дисциплинах конькобежного спорта.

\* \* \*

УДК 796.012.1

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-161

## ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ ОРИЕНТАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Журавлева Анастасия Сергеевна*

*Сургутский государственный университет, Сургут, Россия*

**Аннотация.** В статье представлен анализ опыта организации спортивной ориентации детей в рамках дошкольного образования. Раскрывается понятийный аппарат спортивной ориентации и её отличительные особенности. Проведенный анализ позволил автору наметить основные направления при организации спортивной ориентации детей в дошкольном учреждении.

**Ключевые слова:** спортивная ориентация, дети дошкольного возраста, физическое воспитание, ранняя спортивная специализация.

## FEATURES OF SPORTS ORIENTATION OF PRESCHOOL CHILDREN

*Zhuravleva Anastasia Sergeevna*

*Surgut State University, Surgut, Russia*

**Abstract.** The article presents an analysis of the experience of organizing sports orientation of children in the framework of preschool education. The conceptual apparatus of sports orientation and its distinctive features are revealed. The analysis allowed the author to outline the main directions in the organization of sports orientation of children in preschool.

**Keywords:** sports orientation, preschool children, physical education, early sports specialization.

#### Введение

В настоящее время наблюдается изменение общественного сознания вследствие эпохи цифрового образования. Данное изменение требует реновации

#### Литература

1. Дьяченко Н. А. Количественные критерии оценки уровня специальной силовой подготовки гребцов-байдарочников высокой квалификации / Н. А. Дьяченко, Т. М. Замогин // Культура физическая и здоровье. – 2013. – № 5(47). – С. 38–40. – EDN RUIRON.
2. Дьяченко Н. А. Соотношение управляющих и реализационных компонентов в процессе специальной силовой подготовки в локальных упражнениях на тренажерах / Н. А. Дьяченко, А. И. Кузнецов, А. Е. Озеркин // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 7(197). – С. 104–108. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p104-108. – EDN URTPVR.
3. Дьяченко Н. А. Анализ кинематической структуры движений высококвалифицированных конькобежцев в процессе прохождения дистанции 500 метров / Н. А. Дьяченко, А. И. Кузнецов, Е. А. Морозова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2022. – № 5(207). – С. 145–148. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.5.p145-148. – EDN MLNAWX.

образовательной деятельности в целом. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации ставит одну из приоритетных задач образования – модернизацию институтов

системы образования как инструментов социального развития, в том числе: создание системы выявления и поддержки одарённых детей и талантливой молодежи. В Федеральном государственном образовательном стандарте отображена модель успешного современного человека. Он должен стать творческой, активной личностью, способной проявить себя в нестандартных условиях, который может гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания и умения в разнообразных жизненных ситуациях. В условиях реализации ФГОС ДО всё больше возрастает актуальность и значимость проблемы раннего выявления и развития спортивной одарённости.

В последнее десятилетие наблюдается высокий процент детей, занимающихся спортом с самых ранних лет. Начиная с 3–4-х лет родители в погоне за спортивным успехом ребенка в большинстве случаев забывают о его интересах и не зная о его физиологических задатках приводят детей в спортивные секции, ориентируясь только на свой интерес.

В этих условиях возрастает роль спортивной ориентации, позволяющей подобрать для каждого ребенка, подходящий вид спортивной деятельности для углубленных занятий в соответствии с его физиологическими, психологическими и морфологическими задатками. Спортивная ориентация является определенным переходом от антигуманного «отбор для спорта» к гуманному «выбору спорта для каждого человека» [1, с. 24].

В первую очередь, это осуществляется через определение с последующей оценкой индивидуальных задатков каждого ребенка и как результат подбирается конкретный вид спорта. При этом каждому должны быть предоставлены равные возможности для удовлетворения своих спортивных интересов.

Связи с этим, целью нашего исследования является проведение анализа научно-методической литературы и выявления основных направлений в работе с детьми при организации спортивной ориентации в дошкольных учреждениях.

### **Методы исследования**

В своем исследовании мы использовали метод анализа научно-методической литературы.

### **Результаты исследований и их анализ**

Понятие «спортивная ориентация» и ее значение в спортивной практике не находят должного отражения в научно-методической литературе, при этом понятийный аппарат спортивной ориентации рассматривается с разных точек зрения.

С. Н. Кучкин, В. М. Ченегин (2001) «значение физкультурно-спортивной ориентации определяют в предварительной оценке физических возможностей детей и в ориентации наиболее подготовленных в тренировочные группы по видам спортивной подготовки». Согласно представлениям В. Д. Фискалова (2010), «физкультурно-спортивная ориентация –

это система организационно-методических мероприятий, включающих педагогические, психологические, социологические и медико-биологические методы исследования спортивной предрасположенности, позволяющих наметить, с одной стороны, наиболее предпочтительное направление специализации приобщаемого к спорту человека (подбор вида спорта для человека), а с другой – оптимальную для него степень напряженности занятий, исходя из реальности достижения в спорте тех или иных целей». Многие авторы определяют спортивную ориентацию как процесс, результатом которого является выбор каждым ребенком вида спорта, который соответствует его физиологическим и психологическим задаткам. [2, с. 22, 4, с. 57]. Также спортивную ориентацию могут рассматривать как результат, а именно изучение личностного аспекта спортивной ориентации.

Некоторые исследователи осуществляли попытки внедрения ранней спортивной ориентации в систему дошкольного образования. Например, Л. А. Иванова, О.А. Казакова разработали и внедрили методики по физкультурно-спортивной ориентации детей и ранней спортивной специализации с направленностью на степ-аэробiku и черлидинг. Разработанные методики позволили улучшить у детей уровень здоровья, а также содействовали их всестороннему и гармоничному физическому развитию. По окончании эксперимента авторам удалось дать рекомендации родителям для выбора вида спорта, тех детей у которых не оказалось предрасположенности к видам, спорта которые реализовались в детском саду [7, с. 259].

В своем исследовании Драндров Г. Л., Хворонова Г. В., Бурцев В. А. путем анализа научной литературы и опыта отечественных авторов, разработали теоретическую модель спортивной ориентации как интегральной личностной характеристики [6, с. 1838]. В своей модели они выделили: компоненты (мотивационный, когнитивный и двигательный), содержание, критерии и уровни развития. Авторы утверждают, что ориентация именно на показатели развития структурных компонентов спортивной ориентации позволяет повысить эффективность управления процессом ее развития у детей и подростков.

### **Заключение**

Многие тренеры и педагоги в погоне за спортивными результатами начинают значительно увеличивать тренировочные нагрузки, преувеличивающие возрастные особенности детей. Высокоинтенсивные физические и психические нагрузки в детском возрасте могут обеспечить лишь кратковременный тренировочный эффект, спортсмен может до определённого возраста показывать результаты в виде спорта к которому у него даже нет физиологической предрасположенности. Поэтому необходимо с дошкольного периода начинать мероприятия по спортивной

ориентации. При организации процесса спортивной ориентации детей дошкольного возраста, необходимо первоначально уделять работе с родителями и воспитателями групп. При выборе вида спорта родитель в основном располагает следующими критериями выбора: удаленность от дома или детского сада, удобное расписание «для родителя», стоимость, возможно личная заинтересованность в выбранном виде спорта.

Задача инструктора по физической культуре в детском саду работать в трех направлениях:

1) определение физиологических, психологических и морфологических задатков ребенка и определение предпочтительного вида спорта;

2) мастер-классы, совместные спортивные мероприятия с родителями и детьми, консультации и беседы, рекомендации к виду спорта, по полученной оценке, задатков ребенка.

По нашему мнению, при организации спортивной ориентации в дошкольном учреждении необходимо внедрять ее не только как процесс для подбора вида спорта, но и как результат для определения личностного аспекта ориентации.

#### Литература

1. Бальсевич В. К. Спортивно ориентированное физическое воспитание учащихся общеобразовательных школ / В. К. Бальсевич. — СПб.: СПбНИИФК, 2006. — 70 с.
2. Булгакова Н. Ж. Спортивная ориентация и отбор как научная проблема / Н. Ж. Булгакова, В. А. Румянцев // Теория и практика физической культуры. — 1995. — № 4. — С. 21–24.
3. Бриль М. С. Перспективы совершенствования системы отбора юных спортсменов / М. С. Бриль, В. П. Филин // Теория и практика физической культуры. — 2005. — № 8. — С. 30–32.
4. Губа В. П. Основы распознавания раннего спортивного таланта: учеб. пособие для вузов физической культуры / В. П. Губа. — М.: Терра-Спорт, 2003. — 208 с.
5. Гужаловский А. А. Проблемы теории спортивного отбора / А. А. Гужаловский // Теория и практика физической культуры. — 2006. — № 8. — С. 24–25.
6. Драндров Г. Л., Хворонова Г. В., Бурцев В. А. Сущность и содержание спортивной ориентации как личностной характеристики юных спортсменов // Фундаментальные исследования. — 2014. — № 9-8. — С. 1836–1839.
7. Иванова Л. А. Применение методики ранней спортивной специализации в дошкольных учреждениях / Л. А. Иванова, О. А. Казакова // Интернет-журнал «Мир науки». — 2015. — №3. — С. 256–260.

\* \* \*

УДК 796.386

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-162

### СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВРЕМЕННОЙ СТРУКТУРЫ ПРЫЖКОВ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

*Иванова Галина Павловна, Биленко Александр Григорьевич, Лосин Борис Ефимович, Бородин Дмитрий Александрович*

*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. Экспериментально показано различие во временной структуре тестового прыжка вверх от измерительной динамометрической платформы квалифицированных спортсменов пяти игровых видов спорта: баскетболистов, волейболистов, гандболистов, теннисистов и игроков настольного тенниса. Найдена обобщенная ритмическая структура прыжка, как соотношение времен фаз движения, выраженная в процентах к общему времени прыжка: **37:22:41**, которая свойственна всем изученным игровым специализациям.

Ключевые слова: спортивные игры, временная структура прыжков, ритм, вариативность.

### COMPARATIVE ANALYSIS OF TEMPORAL STRUCTURE OF PROFESSIONAL ATHLETES' JUMPS IN SPORTS GAMES

*Ivanova Galina Pavlovna, Bilenko Aleksandr Grigorevich, Losin Boris Efimovich, Borodin Dmitriy Aleksandrovich*

*Lesgaft Nation State University of Physical Education, Sports and Health, Saint Petersburg, Russia*

**Abstract.** The difference in the temporal structure of the test vertical jump from the measuring dynamometric platform of professional athletes is experimentally shown for five playing sports: basketball, volleyball, handball, tennis and table tennis. The generalized rhythmic structure of the jump was found as the ratio of the three movement phases duration, expressed as a percentage of the total time of the jump: **37:22:41**, which is common to all studied sports.

**Keywords:** sports games, jump structure, rhythm, variability.

#### Введение

В зарубежной и отечественной литературе по изучаемому вопросу описана процедура стандартизации анализа динамометрических кривых и расчета харак-

теристик прыжкового действия [1, 3, 4]. Это связано с тем, что только динамическая характеристика прыжка позволяет получить полноценную временную структуру движения. В данной работе была сделана