

и повышения мгновенных порогов минимальной скорости скоростей внутри цикла.

### Литература

1. **Крылов А. И.** Нататометр – прибор для коррекции стиля плавания на основе определения внутрициклового скорости / А. И. Крылов, А. А. Бутов, Дж. Вент // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 7 (113). – С. 109–112.
2. **Colwin C.** Breakthrough swimming / C.M. Colwin // Human Kinetics, 2002. – 247 p.).
3. **Pai Y.-C, Hay J. G., & Wilson B. D.** (1984). Stroking techniques of elite swimmers. *Journal of Sports Science*, 2(3). 225-239).
4. **Craig A. B.** Relationships of stroke rate, distance perstroke and velocity in competitive swimming / Craig A. B., Jr., & Pendergast D. R. // *Medicine and Science in Sport*. – 1979. – V. 11. – P. 278–283).

\* \* \*

УДК 796.82

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-170

## НАЧАЛЬНЫЙ ОТБОР ПОДРОСТКОВ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ БОРЬБОЙ И ЕГО ЗАКОНОМЕРНОСТИ

**Куванов Виктор Анатольевич**

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

**Аннотация.** Настоящая работа посвящена исследованию методов начального отбора подростков для занятий спортивной борьбой. В результате проведённых исследований мы вывели наиболее адекватный метод отбора с учётом антропометрических и генетических данных. Результаты работы могут быть использованы тренерами при отборе для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

**Ключевые слова:** спортивная борьба, вольная борьба, начальный отбор.

## INITIAL SELECTION OF TEENAGERS FOR WRESTLING AND ITS REGULARITIES

**Kuvanov Viktor Anatolyevich**

*Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, Saint Petersburg, Russia*

**Abstract.** This work is devoted to the study of methods of initial selection of adolescents for wrestling. As a result of the research, we have derived the most adequate selection method, taking into account anthropometric and genetic data. The results of the work can be used by coaches in the selection for the training of highly qualified athletes.

**Keywords:** wrestling, freestyle wrestling, initial selection.

### Введение

Актуальность работы определяется: потребностью практики спорта в прогнозировании с достаточной точностью будущих спортивных результатов, а также выбора наиболее оптимального вида спортивной борьбы для каждого новичка; осложнением искажений, а также акселерацией и ретардацией физического развития, накладываемых на точность прогнозирования достижений подростков в период пубертатного скачка; недостаточностью в теории физической культуры достоверных знаний и факторов по проблеме начального отбора и, в связи с этим, необходимостью изложения косвенных научных фактов; необходимостью организации начального отбора в секции спортивной борьбы.

**Объект исследования** – процесс выявления одарённых детей на этапе начального отбора в секции спортивных видов борьбы.

**Предмет исследования** – особенности применения тестов при классифицировании новичков на одарённых и неодарённых.

Гипотезой нашего исследования послужило предположение о том, что на этапе начального отбора

посредством определённых тестов, характеризующих уровень физического развития, выявления мотивации, а также изучения антропометрических и биологических данных можно с определённой вероятностью прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами спортивной борьбы.

### Цель исследования

Цель исследования – разработать комплекс, с учётом частых изменений мотиваций подростков, возникающих под воздействием новых биологических, духовных и социальных факторов для наиболее точного определения одарённости новичков, поступающих в секцию.

### Методы и организация исследования

Методы исследования: анализ литературных источников, метод обобщения и систематизации полученной информации, анкетирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Исследование проводилось в КШВСМ г. Санкт-Петербурга на новичках 12-13 лет, набранных в секцию

борьбы. В начале исследовательской работы мы подвергли тестированию 12 новичков, изъявивших желание заниматься в секции вольной борьбы, обратившихся к нам в числе первых. Основными показателями вступительных первичных испытаний были: антропометрические данные (вес, рост, окружность грудной клетки, динамометрия кисти и спины); физические качества (сила, выносливость, быстрота, гибкость, координационные способности); анкетирование (мотивация, информативность, отдалённость от зала, родословная, личностные качества).

Антропометрические данные фиксировались нами для просмотра в перспективе динамики уровня состояния здоровья под влиянием занятий вольной борьбой. Анализ физических качеств новичков проводился с помощью следующих упражнений: прыжок в длину с места (см); сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (раз); подтягивание на перекладине (раз); борьба за мяч (победы); бег 30 м (сек); наклон вперёд (бал); фиксация гимнастического моста (бал); шпагат (бал); кувырок вперёд и назад (бал); непрерывные круговые движения головой (бал). С целью выявления биографических, генетических и моти-

вационных данных нами была разработана анкета, состоящая из 10 вопросов. Анкета также содержала графы, позволяющие делать записи о заключении и рекомендациях.

Для выявления степени успешности овладения основными специальными упражнениями и подтверждения правильности сделанного отбора мы планировали провести среди испытуемых соревнования по пятиборью, состоящее из 3-х забеганий вокруг головы в упоре головой в ковёр в обе стороны (сек); 5-ти переворотов через голову (сек); бега по прямой с низкого старта на 30 м (сек); выполнение перевода вращением захватом руки снизу в стойке (балл); броска чучела через спину захватом руки и шеи (балл).

### Результаты и их обсуждение

Проведённые контрольные испытания показали, что при небольших отклонениях антропометрических данных, испытуемые № 1, 3, 7, 8, 11 в демонстрации физических качеств (силы, быстроты, силовой выносливости, гибкости, координации) показали более высокие результаты, чем испытуемые № 2, 4, 5, 6, 9, 10, 12.

Таблица 1

Усреднённые данные антропометрических показателей испытуемых

Группы испытуемых	вес	рост	пауза	ЖЕЛ	динамометрия	
					кисти	спина
Группа А (экспериментальная)	44,24	148,2	60,4	2420	26,4	68,8
Группа Б (контрольная)	43,12	144,8	60,0	2260	26,6	58,2
Разница в показателях	+1,12	+3,4	+0,4	+160	-0,2	+10,6

Таблица 2

Усреднённые данные показателей физической подготовленности испытуемых

Группы испытуемых	Прыжки в длину с места	Отжимание	Подтягивание	Бег 30 м	Угол	Гимнастика	Вращение головой
Группа А (экспериментальная)	161,0	25,4	5,4	5,52	2,6	4,16	15,0
Группа Б (контрольная)	149,4	20,6	1,4	5,72	0,2	3,86	15,0
Разница в показателях	+11,6	+4,8	+4,0	+0,2	+2,4	+0,3	0

Анкетирование испытуемых позволило получить дополнительную информацию о наборе в секцию (со слов товарища узнали – 58,3 %, через объявление – 33,3 %, от учителя физкультуры – 8,3 %); о мотивации новичков (желание стать сильными атлетами – 25 %, проявление интереса к борьбе – 16,6 %, другие мотивации – 8,3 %); о наследственных тенденциях (просматриваемые в 20% случаев, в 16,6 % отец раньше занимался борьбой); о близости проживания к месту занятий (непосредственно от зала 83,3 %, на расстоянии 500 и 1000 м – 16,6 %).

На основании полученной информации, результатов единоборства и педагогических наблюдений мы скомплектовали группу перспективных (одарённых) борцов № 1, 3, 7, 8, 11 (экспериментальная) и группу, в состав которой вошли новички

№ 2, 4, 6, 9, 10, имеющие средние и низкие данные (контрольная).

В течении последующих 4-х месяцев обе группы выполнили один и тот же объём учебно-тренировочной работы, в соответствии с требованиями программы для ДЮСШ, утверждённой управлением научно-исследовательской работы и учебных заведений.

В декабре 2022 года, согласно плана исследований, в целях выявления уровня достижения результатов в специальных упражнениях, мы провели для испытуемых соревнования по пятиборью.

Борцы экспериментальной группы успешно справились со специальными упражнениями на укрепление мышц шеи и борцовском мосту, в среднем показав результат 15 сек (4,4 балла) в первом упражнении и 11,8 сек (4,6 балла) – во втором. В то же время

Таблица 3

## Усреднённые данные результатов соревнований по пятиборью

Группа испытуемых	Забегания на мосту		Перевороты на мосту		Перевод вращением		Бросок через спину		Бег 30 м	
	Рез	Оц	Рез	Оц	Рез	Оц	Рез	Оц	Рез	Оц
Группа А (экспериментальная)	15	4,4	11,8	4,6	-	5	-	4,6	5,16	4,2
Группа Б (контрольная)	17,4	4	15,4	3,2	-	4,4	-	3,8	5,4	3,0
Разница в показаниях	+2,4	+0,4	+3,6	+1,4	-	+0,6	-	+0,8	+0,24	+1,2

Таблица 4

## Результаты проведения соревнований по пятиборью между ЭГ и КГ

	ЭГ (n = 5)		КГ (n = 5)	
	x ± m	%	x ± m	%
Забегания на мосту	15 ± 1,6	11	17,4 ± 2,4	14
Перевороты на мосту	11,8 ± 1,7	14	15,4 ± 0,75	4,9
Бег 30 м	5,16 ± 0,15	2,8	5,4 ± 0,18	3,2

испытуемые контрольной группы справились с первым упражнением в среднем за 17,4 сек (4 балла) и со вторым – за 15,4 сек (3,2 балла).

При выполнении изученных приёмов, испытуемые экспериментальной группы получили в среднем 5 и 4,6 балла, а контрольной 4,4 и 3,8 балла, что свидетельствует об успешности овладения специфическими для борьбы специальными упражнениями и двигательными действиями.

В целях выявления способности к соревновательной деятельности, респонденты обеих групп подверглись тесту, в котором по методике Подскоцкого Е. Б., 1988 г. оценивались (по степени их проявления) следующие физические качества: выносливость, сила, реакция, равновесие, ориентация и оценка ситуации, быстрота.

Спортсмены обеих групп участвовали в серии поединков (8 схваток) с другими соперниками в прямоугольнике 6 × 10 м, пытаясь вытолкнуть противника через стороны прямоугольника. За выталкивание через стороны 1, 2 борец получает 2 балла, 3,4 – 4 балла. Борец, набравший наибольшее количество баллов, считается победителем, а при равенстве баллов объявляется ничья. Продолжительность поединка – 2 минуты.

После поединка определялась стабильность поведения спортсмена, выражающее степень проявления и надёжность функционирования всех оцениваемых качеств при постоянном изменении сбивающих факторов.

Коэффициент общей стабильности, состоит из суммы коэффициента стабильности и коэффициента дополнительной стабильности. Коэффициент стабильности – отношение числа выигранных поединков к общему числу поединков. Коэффициент дополнительной стабильности – отношение числа ничейных поединков к удвоенному числу поединков.

\* \* \*

Таким образом, показатель коэффициента стабильности явился определяющим вычисление коэффициента общей стабильности и борец, имеющий наибольшее количество побед, выражает оптимальную готовность к предстоящей спортивной деятельности.

На основании выше изложенного, мы получили данные, подтвердившие правильность нашей гипотезы, и примененной в начальном отборе в секцию вольной борьбы методики классификации, направленной на выявление степени одарённости детей к конкретному виду борьбы.

**Заключение**

Основываясь на результатах проведённого исследования, мы придерживаемся мнения, что при отборе следует отдавать предпочтение бескорыстности, координационным способностям, ловкости, умению вести элементарное единоборство, с учётом антропометрических и генетических данных.

**Литература**

1. **Петров А. Б.** Особенности сердечного ритма квалифицированных борцов при возрастающей физической нагрузке. / Петров А. Б., Фираго А. М., Денисенко А. Н., Неробеев Н. Ю., Неробеева Л. В. // Теория и практика физической культуры. 2022. №4. – С. 26–29.
2. **Скорин С. С.** Влияние предельных физических нагрузок на сердечный ритм борцов самбо, дзюдо, универсального боя. / Скорин С. С., Обухов Д. В., Ершов М. А., Денисенко А. Н., Неробеев Н. Ю., Неробеева Л. В. // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2022. – № 6 (208). – С. 353–357 с.
3. **Тараканов Б. И.** Совершенствование системы контроля и оценки спортивно-технических показателей женщин-борцов высокой квалификации. / Тараканов Б. И., Апойко Р. Н., Петров С. И., Воробьёва Н. В. // Теория и практика физической культуры. 2020. №9. С. 3–5.