МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Кафедра теории и методики спортивных единоборств

Заведующий кафедрой
__________________ Павлов А.И.

«____» ________________ 2018 г.

ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА ЮНЫХ БОКСЕРОВ

Магистерская диссертация
по направлению 49.04.03 «Спорт»
(профиль – «Подготовка квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта»)

Магистрант _____________________ Ларионов Н.Г.

Научный руководитель: _____________________ Палецкий Д.Ф.
к.п.н., доцент
Оценка за работу _____________________
(прописью)
Председатель ГЭК _____________________ Довженко В.И.
директор СДЮСШОР №3 г. Смоленска

Смоленск 2018

ŋqdqɏeɎ bɆ dedɆbɎзə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqdd Ɏqɏè

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение ……………………………………………………….………..……4

Глава 1. Теоретико-методические основы совершенствования спортивной ориентации и отбора……………………..…………………......10

1.1. Спортивный отбор и прогнозирование способностей в спорте…………………………………………………………………......10

1.2. Особенности отбора в условиях ДЮСШ, СДЮСШОР, УОР, спортивных клубов…………………………………………………………17

1.3. Факторы, влияющие на спортивный результат в единоборствах и их использование в процессе отбора……………………………………...28

1.4. Организационно-методические особенности совершенствования отбора для занятий единоборствами……………………………………..33

Глава 2. Задачи, методы и организация исследования ………………...39

2.1. Задачи исследования………………………………………………39

2.2. Методы исследования……………………………………………..39

2.3. Организация исследования………………………………………..44

Глава 3. Обоснование средств и методов отбора юных боксеров……………………………………………………………….……46

Глава 4. Экспериментальная проверка эффективности методики отбора юных боксеров……………………………………….……………......58

Выводы………………………………………………………….…...63

Практические рекомендации…………………………..…………….....65

Литература…………………………..………..………………….....66

Приложения…………………………………..……….……………..77

ŋqdqɏeɎ bɆ dedɆbɎзə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqdd Ɏqɏè

ŋqddqɐeɤ bɆ dədɆbɤɜə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɤqɐè

СПИСОК УСЛОВНЫХ ОБОЗНОЧЕНИЙ

S_T- площадь поверхности тела

ДД - диастолическое давление

ЖЕЛ - жизненная емкость легких

КГ - контрольная группа

КЭА - коэффициент эффективности атак

КЭБД - коэффициент эффективности боевых действий

КЭЗ - коэффициент эффективности защит

ОГК - окружность грудной клетки

СД - систолическое давление

УТГ - учебно-тренировочные группы

ЧСС - частота сердечных сокращений

ЭГ - экспериментальная группа

ЭГК - экскурсия грудной клетки

ŋqddqɐeɤ bɆ dədɆbɤɜə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɤqɐè

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Бокс в нашей стране культивируется в строгом соответствии с международными правилами любительского бокса и, ведя свое развитие от самобытных форм кулачного боя, с каждым годом становится менее агрессивным. Наряду с другими видами спорта он служит высоким целям всестороннего физического воспитания молодежи. Правила бокса постоянно совершенствуются и оказывают положительное влияние на его содержание (Э.М. Кураков, В.Н. Клещев, 2008). Все эти обстоятельства делают особенно актуальными исследование проблемы отбора юных боксеров и выявление организационно-методических особенностей бокса на этапе начальной подготовки детей, занимающихся в учреждениях дополнительного образования и специализированных школах по боксу.

На современном этапе развития спорта происходит процесс критического осмысления многих теоретических и практических положений в подготовке спортивного резерва. В сложившейся ситуации, возникает необходимость в тщательном изучении всех составляющих спортивной подготовки спортсменов, где главное место отводится эффективному отбору и своевременному определению спортивной пригодности.

Проблема определения спортивной пригодности существует как в нашей стране, так и за рубежом. Многие ее теоретические и методические аспекты рассмотрены целым рядом авторов (М.С. Бриль, В.П. Филин 1982; Е.Б. Сологуб и др., 2000; С.Д. Неверкович, 2003; Е.Б. Таймазов, С.Е. Бакулев, 2005; В.П. Губа, 2008; Л.К. Серова, 2011; В.П. Строшков, Н.Т. Строшкова, 2011).

Но, несмотря, на разработанность отдельных положений проблемы, какой-либо целостной системы определения спортивной пригодности детей до сих пор не существует. Дети и подростки записываются в спортивные секции в зависимости от места жительства, под влиянием друзей и по желанию родителей Следствием этого становится то, что многие из детей занимаются «не своим» видом спорта, тратят годы иногда впустую.

Несмотря на это, за последние годы в ДЮСШ произошло значительное снижение возраста детей, допускаемых к занятиям по ударным единоборствам, что, по-видимому, объясняется стремлением детей защитить себя в опасных жизненных ситуациях. Учебно-тренировочные занятия в боксе начинаются нередко с 6-7 летнего возраста. В связи с отсутствием соответствующих методических разработок занятия имеют слишком специализированный характер, не способствуют общему физическому развитию детей и подростков, приводят к различным травмам, и не позволяют определить одаренных ребят, которые могли бы с успехом продолжить спортивную карьеру в ударных единоборствах. Это усугубляется отсутствием научно обоснованных критериев отбора для юных боксеров.

Все эти обстоятельства делают актуальным исследование проблемы отбора юных боксеров, определения его организационно-методических особенностей на этапе начальной подготовки детей.

Столь же важную роль в отборе играют закономерности формирования двигательной функции детей школьного возраста. Ряд специалистов считает, что в процессе отбора существенное значение имеет диагностика задатков и способностей, а не двигательных навыков и умений индивида, в связи с чем необходимо использовать высокий исходный уровень прогностически значимых характеристик, а также темпы прироста физических качеств и двигательных способностей (М.С.Бриль, В.П. Филин, 1982; П.З. Сирис,1983; В.И. Шапошникова, 1984; Н.Ж. Булгакова, 1986; А.А. Гужаловский, 1986; Б.А. Никитюк, Б.И. Коган, 1989; Р.А. Пилоян, А.Д. Суханов, 1999; Е.Б. Сологуб, 2000; В.Б. Зелеченок, В.Г. Никитушкин, В.П. Губа, 2000; Ю.В. Высочин, Ю.П. Денисенко, 2001)

Исследования предпринятые за последние десятилетия, позволили разработать методики отбора, сыгравшие положительную роль в деле подготовки спортивных резервов во многих видах спорта (М.С. Бриль, 1980; Г.С. Туманян, 1984; Н.Ж. Булгакова, 1986; Д.В. Соболев, 1998; И.Т. Вяльшин, 2010; В.П. Строшков, 2011.)

Большой интерес к данной проблеме объясняется бурным ростом спортивных результатов и настолько высоким их уровнем, что приблизиться к ним и превысить этот уровень может далеко не каждый. Отсюда возникает проблема поиска физически одаренных детей, которые могли бы показывать высокие спортивные результаты в условиях жесткой конкурентной борьбы, являющихся характерной особенностью современного спорта.

Анализ современного состояния проблемы спортивного отбора показывает, что в углубленном изучении нуждаются следующие аспекты: разработка надежных критериев оценки перспективности юных спортсменов на ранних этапах подготовки, своевременное распознавание индивидуальной одаренности возраста спортивной специализации в избранном виде спорта, выявление структуры специальных способностей и совершенствование методики отбора юных спортсменов с учетом наиболее значимых показателей профиля высококвалифицированного боксера.

Научные исследования показывают, что эффективность отбора повышается после предварительной подготовки в избранном виде спорта. Например. Б.И. Таймазов и С.Е. Бакулев (2005) отмечают, что большинство ошибок в процессе отбора в боксе возникает в связи с неправильным прогнозированием. Прогнозирование соревновательной деятельности в единоборствах будет успешным, если в комплексе изучены врачебно-физиологические, анатомо-антропологические, педагогические и психологические показатели боксеров (Г.В. Кургузов, 1989; Н.Д. Граевская, 1996; Б.А. Никитюк, 1997; Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2004; А.В. Гаськов с соавт., 2010).

Представление об актуальности темы, степени ее разработанности в научной литературе по теме диссертационного исследования свидетельствует о существовании объективного противоречия между необходимостью повышения эффективности спортивного отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы, с одной стороны, и недостаточной организационно-методической обеспеченностью данного вопроса с другой.

С учетом содержания этого противоречия нами была сформулирована

ŋqdqɐeɎ bɆ dəqɆbɎзə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɏqɐè

проблема исследования: Каковы организационно-методические особенности методики, повышения эффективности отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы ДЮСШ и спортивные клубы.

Цель исследования:теоретически и экспериментальнообосновать структуру и содержание комплексного отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы на основе учета физического развития и физической подготовленности.

Объект исследования: процесс спортивного отбора юных боксеров.

Предмет исследования: структура и содержание комплексного отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы.

Гипотезой исследованияпослужило предположение о том, что эффективность спортивного отбора в учебно-тренировочные группы по боксу повысится, если разработать и реализовать методику, основанную на построении профилей физического развития и физической подготовленности юных боксеров.

В работе были поставлены следующие задачи исследования:

1. Выявить уровень разработанности проблемы спортивного отбора в боксе на основе анализа и обобщения научно-методической литературы.

2. Определить особенности физического развития и физической подготовленности боксеров 10-14 лет.

3. Разработать и экспериментально обосновать методику отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы.

Научная новизна исследования:

- получены новые данные о физическом развитии и физической подготовленности боксеров 10-14 лет;

- разработана методика комплексного отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы;

- экспериментально обоснована целесообразность построения моделей физического развития и физической подготовленности при отборе юных боксеров в учебно-тренировочные группы;

ŋqdqɐeɎ bɆ dəqɆbɎзə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɏqɐè

ŋqdqɏeɎ bɆ dədɆbɎзə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqddɏqɏè

- установлено, что эффективность отбора существенно повышается при использовании информативных критериев, к которым могут быть отнесены показатели общей и специальной физической подготовленности и «Киктеста»;

- установлено, что применение предложенной и апробированной методики позволяет более оперативно осуществлять комплексную оценку различных сторон подготовленности боксеров 13-14 лет при отборе в учебно-тренировочные группы.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что разработанная и научно обоснованная методика отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы, основанная на построении моделей физического развития и физической подготовленности, что способствует дальнейшему совершенствованию системы спортивного отбора.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что основные научные положения и выводы диссертации позволяют оптимизировать процесс отбора юных боксеров; разработанная методика комплексного отбора способствует совершенствованию процесса выявления более одаренных спортсменов; разработанные практические рекомендации позволяют тренерскому составу более рационально планировать отбор детей в учебно-тренировочные группы.

Результаты исследования могут использоваться в учебно-тренировочном процессе юных боксеров, в учреждениях дополнительного образования детей, осуществляющих подготовку спортивного резерва по боксу (ДЮСШ,УОР,СДЮСШОР, спортивные клубы).

Обоснованность и достоверность результатов исследования обеспечивается исходными теоретическими положениями, применением современных методов исследования, адекватных предмету, цели, задачам; всесторонним анализом проблемы, логикой построения и продолжительностью эксперимента, а так же возможностью его повторения; репрезентативностью выборки испытуемых; корректной математико-статической обработкой экспери-

ŋqdqɏeɎ bɆ dədɆbɎзə d ɕɔɑbɔɏ Ɉqddɏqɏè

ŋqdqɐeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɏqɐè

ментальных данных.

Основные положения, выносимые на защиту:

1.Отбор в учебно-тренировочные группы по боксу целесообразно проводить с 13-14 лет на основе комплексного анализа показателей физического развития и физической подготовленности.

2. К числу информативных критериев проверки эффективности методики комплексного отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы, относятся показатели общей и специальной физической подготовленности и «Киктеста».

3. Организационно-методическими особенностями методики комплексного отбора юных боксеров в учебно-тренировочные группы являются: обеспечение спортивного отбора с учетом комплекса информативных для бокса показателей; единство общих принципов спортивного отбора, дидактических принципов и принципов спортивной тренировки; уровень компетентности тренера; техническая оснащенность спортивного зала и его насыщенного современным оборудованием и инвентарем.

Апробация работы и публикации. Основные результаты магистерской диссертации отражены в двух публикациях автора.

Внедрение результатов исследования. Основные результаты исследования прошли апробацию в процессе внедрения в учебно-тренировочный процесс отбора и подготовки юных боксеров в спортивный клуб «Кожаная перчатка» г. Смоленска (акт внедрения представлен в приложении).

Структура работы. Магистерская диссертация состоит из оглавления, списка сокращенных слов, введения, четырех глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы, состоящего из 120 наименований, из них 5-зарубежных авторов. Материал диссертации изложен на 83 страницах, в ней содержится 8 таблиц, 4 рисунка и 2 приложения.

ŋqdqɐeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɐ Ɉqddɏqɐè