

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ЛИТЕРАТУРНЫЙ ОБЗОР	6
1. 1 Особенности раннего спортивного отбора и ориентации	6
1.2 Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей детей 8-10 лет	10
1. 3 Генетические и морфофункциональные основы раннего спортивного отбора и ориентации	13
1.4 Роль развития и воспитания физических качеств в процессе раннего спортивного отбора и ориентации.	24
1. 5 Заключение	28
ГЛАВА II. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	30
2. 1 Задачи исследования	30
2. 2 Методы исследования	30
2. 3 Организация исследования	30
ГЛАВА III. ХАРАКТЕРИСТИКА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ И СПЕЦИАЛЬНЫХ ПАРАМЕТРОВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ	32
3.1 Морфофункциональные особенности юных футболистов на начальном этапе занятий в ДЮСШ	32
3.2 Показатели двигательной подготовленности юных футболистов на начальном этапе занятий в ДЮСШ	33
3.3 Оценка динамики специальных тестов у юных футболистов на начальном этапе занятий ДЮСШ	35
3.4 Модельные параметры юных футболистов с учетом их игрового амплуа	36
ГЛАВА IV. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ	44
ВЫВОДЫ	48
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	49

ВВЕДЕНИЕ

Достижение высоких спортивных результатов во многом зависит от степени развития физических и психических способностей человека, что предполагает возможность отбора лиц с наиболее высоким уровнем развития важных для данного вида спорта (В.П.Филин, 1980, В.К.Бальсевич, 1981, В.Г.Никитушкин, 1997 и др.). Для современного спорта характерно постоянное повышение требований к всесторонней подготовленности спортсменов. В этих условиях первостепенное значение приобретет глубокое изучение индивидуальных особенностей спортсменов и разработка эффективной методики отбора для занятий тем или иным видом спорта (В.П.Филин, 1980, В.К.Бальсевич, 1981). Особенно важно правильно определить способности к спортивной деятельности у детей 8-10 лет, поскольку именно в этом возрасте они обычно привлекаются к занятиям в большинстве видов спорта.

В современном спорте не может быть универсального подхода к определению перспективности занимающихся для занятий выбранным видом спорта.

Хотя нет сомнения в том, что соответствующим подбором средств, методов и тренировочных нагрузок можно стимулировать морфологические, физиологические и психологические возможности применительно к требованиям избранного вида спорта. Достижение наивысших спортивных результатов зависит также от одаренности и потенциальных способностей для занятий определенным видом спорта.

Основные положения теории способностей и методики спортивной ориентации и отбора позволяют считать, что способности детей могут быть исследованы более глубоко и результативно, если они будут изучаться одновременно с позиции отбора и теории обучения, вместе с тем, мероприятия по спортивной ориентации и отбору немыслимы в отрыве от организационно – методических основ многолетней спортивной подготовки, а их разработка должна вестись с применением эффективных форм и методов тренировки (Т.С.Тимакова, 1998, В. П. Филин, 1987).

Правда, естественный отбор не позволяет решить проблему подготовки, так как наряду с неспособными детьми отсеиваются и способные дети (недостаточно подготовленные по специальным качествам, но имеющие высокие потенциальные возможности), по отношению к которым иногда допускается неправильный методический подход.

Многие тренеры используют различные критерии для отбора наиболее способных детей, однако эти критерии в большинстве случаев носят односторонний или субъективный характер. Зачастую отбор производится вообще стихийно или в лучшем случае тренеры ориентируются на уже сформированный уровень технико-тактических умений и навыков, проявляемых детьми в контрольных играх. Потенциальные возможности детей в расчет, как правило, не принимаются.

Неуклонно повышающийся уровень развития футбола он требует столь же неуклонного поиска физически одаренных, талантливых молодых людей, которые оказались бы способными успешно играть в экстремальных условиях ответственных внутренних и международных соревнований (М. М. Шестаков, 1994, С. Ю. Тюленьков, 1996 и др.).

Вопросы отбора в футболе разнообразны, многоплановы и имеют свою специфику в зависимости от поставленных задач и конкретных этапов подготовки футболистов.

Способности чаще всего не проявляются сами по себе, их надо увидеть-определить, а увидев и определив - развить. В этом и заключается задача педагога-тренера.

Актуальность. Наличие изучаемой проблемы обусловлено существенными расхождениями между желаемым состоянием рассматриваемого дела и его реальным состоянием. В связи с этим, проблема раннего отбора во всенародно любимом виде спорта достаточно разнопланово представлена в литературных источниках, освещающих данный вопрос.

Накопленный большой материал в детско-юношеском футболе с одной стороны дает основание говорить о том, что явно недостаточно теоретических и

практических исследований, а с другой стороны - подтверждает необходимость продолжения данных исследований, о чем свидетельствуют неубедительные выступления национальных Российский сборных разного возраста.

Объект исследования: Система отбора юных футболистов в СДЮСШ.

Предмет исследования: Методика комплексной оценки и специальных параметров юных спортсменов, специализирующихся в футболе.

Цель исследования: Рассмотреть и обобщить методики раннего отбора футболистов в условиях ДЮСШ.

ГЛАВА I. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

1. 1 Особенности раннего спортивного отбора и ориентации

Отбор - это система организационно-методических мероприятий комплексного характера, включающих педагогические, социологические, психологические и медико-биологические методы исследования, на основе которых выявляются задатки и способности детей для специализации в том или ином виде спорта (В.П.Филин, Н.А.Фомин, Н. Ж.Булгакова, В.М.Волков, М.С.Бриль, В.Г.Никитушкин, В.П.Губа и др.).

В то же время отбор является важной и органической частью учебно-тренировочного процесса, так как способствует решению основной задачи спортивной подготовки - достижению высоких спортивных результатов (М.С.Бриль, 1980).

А.А.Гужаловский (1986) выделяет следующие основные разновидности спортивной ориентации и отбора:

1. Общая спортивная ориентация и отбор, направленные на вовлечение возможно большего числа детей в занятия спортом и отбор моторно-одаренных детей и подростков для занятий спортом в ДЮСШ. Этот вид ориентации и отбора - начальный элемент всей системы многолетней подготовки спортивных резервов.

2. Видовая ориентация и отбор, направленные на определение спортивной пригодности детей и подростков к занятиям в одном из конкретных видов спорта.

3. Специализированная ориентация и отбор, связанные с определением спортивной пригодности юных спортсменов к определенной, узкой специализации в избранном виде спорта. Проводятся на этапе начальной спортивной специализации многолетней тренировки.

4. Ролевая ориентация и отбор, нацеленные на определение конкретного и игрового или командного амплуа юных спортсменов, проводится на всех этапах многолетней тренировки, начиная с начальной спортивной специализации.

5. Соревновательная ориентация и отбор ставит своей целью выбрать из числа равноценных кандидатов лучших и сориентировать их на выступление в конкретном номере программы соревнований. Проводится на завершающих этапах многолетней тренировки - этапе углубленной тренировки в избранном виде спорта и этапе спортивного совершенствования.

Каждая из указанных разновидностей имеет свои специфические особенности: целевую направленность, систему нормативных показателей и требований, комплекс организационно-методических мероприятий по ориентации и отбору и т.п. (М.С.Бриль, 1974; В.М.Волков, В.П.Филин, 1983; В.Д.Сячин, 1996, В.Г.Никитушкин, 1988).

Методы проведения отбора подразделяются на педагогические (тестирование результатов в ряде специальных упражнений), медико-биологические (включая морфофункциональные) и психологические.

Идеальный вариант решения проблемы отбора - это модельные характеристики по всем аспектам физического развития и спортивно-педагогической деятельности от новичков 8-12 лет до высококвалифицированных спортсменов. Исследования в этом направлении в последнее время получают все более широкое распространение, в литературе имеются количественные характеристики взаимосвязи различных сторон подготовленности спортсменов (В. И. Филиппович, Н. М. Туревский, 1977, Н. Н. Мартынов, 1980, 1983; М. Я. Набатникова, 1982 В.Г.Никитушкин, 1984, И. М. Короткова, 1998 и др.). Разрабатываются должные нормы физической работоспособности юных спортсменов (М. Я. Набатникова, 1962; В. Г. Никитушкин, 1983; В. П. Губа, Я. С. Татаринов, 1985; В.А.Кабачков, Е.Я.Бондаревский и др., 1986), что позволяет управлять подготовкой юных спортсменов.

Разработаны должные нормы физической подготовленности детей дошкольного и младшего школьного возраста (В.П.Губа, 1985), молодежи (учащихся ПТУ) (Е. Я. Бондаревский и др., 1986), а также юных спортсменов (В. Г. Никитушкин, В. П. Губа, 1998). Тестирование не занимающихся спортом

детей показывает, что у них иногда бывают уникальные спортивные качества. Известно, например, что результативность бега зависит от быстроты отталкивания. Оказывается, у одного из 100 детей быстрота отталкивания равна 0,09 с. (у известного спринтера Фигерола - 0,08 с.) (П. З. Сирис, П. М. Гайдарска, К. И. Рачев, 1983).

Показатели удельной силы мышц (абсолютной силы, отнесённой к единице площади сечения мышцы), характеризующие возможности в силовых видах спорта, у детей - не спортсменов также иногда достигают уровня, свойственного тренированным спортсменам (В. М. Зациорский, 1980, М.А.Годик, 1987 и др.). Подобные признаки выявляются закономерно, т.к. соответствуют характеру распределения признаков в популяции: левая часть кривой формального распределения включает варианты с малой, а правая - с более выраженной величиной признаков. Эти случаи (как те, так и другие) существуют реально, и можно даже рассчитать возможную частоту их встречаемости в популяции.

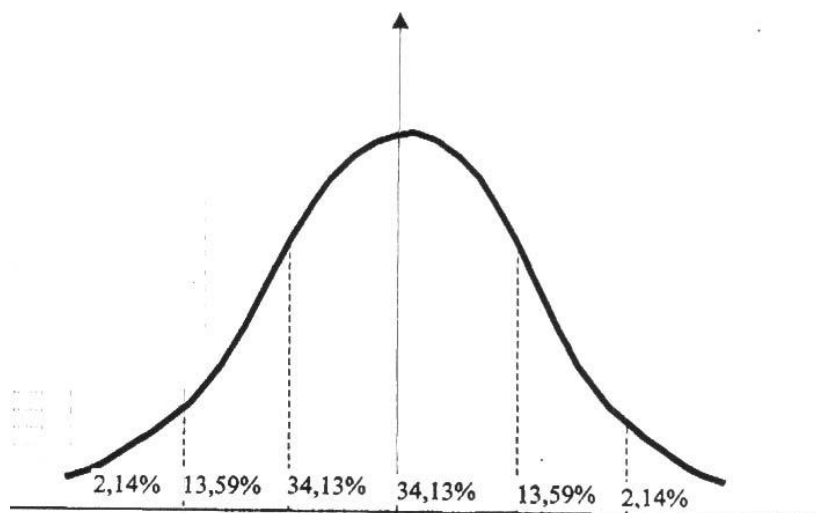


Рисунок 1 - Кривая нормального распределения (по Г.Ф.Лакину, 1980).

Если такие люди реально существуют, следует выработать способы их направленного поиска. Однако прямой поиск затрудняется биологической неоднородностью, казалось бы, достаточно хронологически однородной группы детей определенного пола. При индивидуальных различиях программы

роста и развития ребенка трудно, а порой и невозможно показать истинность предельной выраженности того или иного качества организма, а главное - установить ее смысл (Р. Н. Дорохов, В. П. Губа, 1981, 1997, Б. А. Никитюк, 1988; А. А. Гужаловский, 1984). Решение задач отбора предусматривает создание модели спортсмена данной специализации, т.е. набора признаков, достоверно определяющих спортивную результативность, ранжированных соответственно мере их влияния на спортивный результат.

Набор признаков и порядок их перечисления неодинаковы для разных спортивных специализаций. На необходимость построения "моделей" сильнейших спортсменов неоднократно указывали специалисты спортивной науки А. А. Новиков (1975), В. В. Кузнецов (1974), В. М. Зациорский (1980), Б. Н. Шустин, Г. П. Семенов и другие.

Так, В. И. Козловский, В. С. Левин, Г. Н. Шинкарев (1976) предложили следующую блок-схему модели футболиста из 3-х уровней (рис. 2), также блок-схему модели волейболиста на I уровне предложили Э. Е. Черный, В. А. Платонов, Х. Х. Стерин (1978) и юных баскетболистов - В. П. Губа, И. М. Короткова (1999).

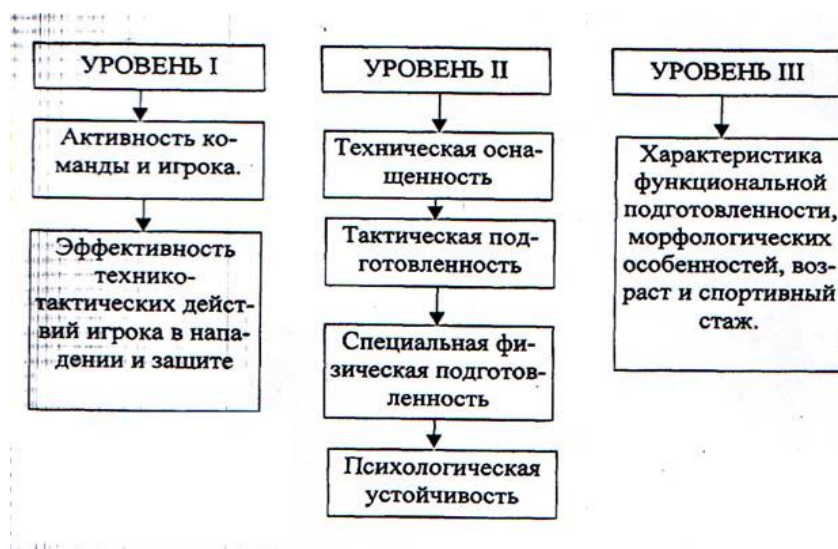


Рисунок 2 - Блок- схема модели футболиста

Таким образом, чтобы достичь высокой эффективности Спортивного отбора необходимо многогранное и всесторонне изучение таких характеристик и параметров занимающихся, которые полностью отражают его

морфофункциональные, биомеханические, медицинские и психологические особенности, а также их соответствие у юного спортсмена выбранному виду.

1.2 Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей детей 8-10 лет

Организм школьника по своим анатомо-физиологическим и функциональным возможностям отличается от организма взрослого человека. Дети более чувствительны к факторам внешней среды (перегревание, переохлаждение и др.) и хуже переносят физические перегрузки. Поэтому правильно спланированные занятия, дозированные по времени и сложности, способствуют гармоничному развитию школьника, и, напротив, ранняя специализация, достижение результатов любой ценой часто ведут к травматизму и серьезным заболеваниям, тормозят рост и развитие.

У детей младшего школьного возраста (7—11 лет) еще недостаточно твердая костная система, поэтому возможность нарушения их осанки наибольшая. В этом возрасте часто наблюдаются искривления позвоночника, плоскостопие, приостановка роста и другие нарушения.

Крупные мышцы развиваются быстрее малых, отчего дети затрудняются выполнять мелкие и точные движения, у них недостаточно развита координация. Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Отсюда — недостаточная устойчивость внимания и более быстрое наступление утомления. В связи с этим при занятиях спортом или на уроке физкультуры следует умело сочетать нагрузки и отдых.

В этом возрасте особенно важна профилактика утомления. Нужны правильный режим дня, закаливающие процедуры (душ, прогулки на улице в любую погоду), игры, утренняя гимнастика, в школе — гимнастика до занятий, уроки физкультуры, физкультурные минутки между уроками и т.п.

Для контроля за двигательной активностью используют хронометраж (определение ее продолжительности и вида, одновременно учитывая длительность перерыва, отдыха и пр.), шагомерию (подсчитывают движения с

помощью специальных приборов — шагомеров) и др. Шагомер прикрепляют к поясу и по показанию счетчика определяют количество километров, пройденных за день. За рубежом разработаны электрошагомеры, которые вмонтированы в подошву обуви. При каждом касании земли в специальном устройстве возникают электрические сигналы, по которым миниатюрный счетчик подсчитывает число шагов и энергию, затраченную при ходьбе (беге). По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) суммарная величина двигательной активности представлена таким образом: занятия в школе (4-6 ч), легкая активность (4-7 ч), умеренная (2,5-6,5 ч), высокая (0,5 ч). К этому показателю прибавляют величину энергозатрат на суточный рост (ее максимум приходится на возраст 14,5 лет).

У юных спортсменов суточная величина энерготрат может быть значительно выше, в зависимости от вида спорта, которым они занимаются.

Следует отметить, что и недостаток движений (гиподинамия), и их избыток (гиперкинезия) отрицательно влияют на здоровье школьников.

Летом, для обеспечения школьникам условий для достаточной двигательной активности, следует шире использовать подвижные игры, плавание, корригирующие упражнения для нормализации осанки и свода стоп.

Врачебный контроль за юными спортсменами. Стрессовое воздействие физических нагрузок на юного спортсмена, если специализация начинается в юном возрасте без достаточной разносторонней подготовки, ведет к снижению иммунитета, задержке роста и развития, к частым заболеваниям и травмам. Ранняя специализация девочек, особенно в гимнастике, прыжках в воду, акробатике и других видах спорта влияет на половую функцию. У них, как правило, позднее начинается менструация, иногда она сопряжена с нарушениями (аменорея и др.). Прием фармакологических препаратов в таких случаях пагубно действует на здоровье и детородную функцию.

Врачебный контроль (ВК) при занятиях физкультурой и спортом предусматривает:

диспансерное обследование — 2—4 раза в год;

дополнительные медицинские осмотры с включением тестирования физической работоспособности перед участием в соревнованиях и после перенесенной болезни или травмы;

врачебно-педагогические наблюдения с применением и дополнительных повторных нагрузок после тренировок;

санитарно-гигиенический контроль за местами тренировок, соревнований, инвентарем, одеждой, обувью и др.;

контроль за средствами восстановления (по возможности — исключать фармакологические препараты, баню и другие сильно действующие средства);

строгое выполнение тренером рекомендаций врача по объему, интенсивности, режиму и методике тренировок, срокам допуска к тренировкам (особенно к соревнованиям) после перенесенных травм и инфекционных заболеваний.

Физическая (спортивная) подготовка детей и подростков имеет следующие задачи: оздоровительную, воспитательную и физического совершенствования. Средства и методы их решения должны соответствовать возрастным особенностям организма школьника.

Спортивная специализация — это планомерная разносторонняя физическая подготовка детей и подростков к достижению высоких спортивных результатов в избранном ими виде спорта в наиболее благоприятном для этого возрасте.

Тренеру (преподавателю физкультуры) следует помнить, что возраст, позволяющий допускать школьника к высшим тренировочным нагрузкам, зависит от вида спорта.

Институт возрастной физиологии РФ рекомендует начинать занятия тем или иным видом спорта в следующем возрасте:

- акробатика — с 8—10 лет;
- баскетбол, волейбол — 10—13;
- бокс — 12-15;
- борьба — 10-13;

- водное поло — 10—13;
- гребля академическая — 10—12;
- легкая атлетика — 11-13;
- лыжный спорт — 9—12;
- плавание — 7-10;
- тяжелая атлетика — 13—14;
- фигурное катание — 7-9;
- футбол, хоккей — 10-12;
- гимнастика спортивная — 8-10 лет (мальчики),
- 7-9 лет (девочки).

Недооценка тренером возрастных и индивидуальных морфо-функциональных особенностей юных спортсменов нередко является причиной прекращения роста спортивных результатов, возникновения предпатологических и патологических состояний, а иногда приводит и к индивидуализации.

К тренировкам следует допускать абсолютно здоровых детей. Если у них наблюдаются какие-либо отклонения, то их переводят в подготовительную или специальную медицинскую группу.

1.3 Генетические и морфофункциональные основы раннего спортивного отбора и ориентации

Наиболее часто учитываемой морфологической характеристикой является длина тела - признак интегрального значения, определяющий остальные размеры тела. Так, большая длина тела обычно сопровождается длиннорукостью и длинноногостью. При небольшой длине тела конечности обычно несколько укорочены, а туловище относительно длинное (Э.Г.Мартиросов, Р. Н. Дорохов, Б. А. Никитюк, В. П. Губа).

Предсказания дифинитивной длины юного спортсмена важны, например, для игровых видов спорта (баскетбол, волейбол, гандбол), где

предпочтительней быть высокорослым, или для спортивной гимнастики, где лучше быть средне - или низкорослым. Индивидуализирующий метод наблюдения за ростом детей показал, что длина тела каждого из них изменяется с возрастом соответственно генетической программе. Это позволяет с помощью регрессионного анализа определить дифинитивную длину тела с учетом её значения на год обследования (И. И. Бахрах, Р. Н. Дорохов, 1984, В. М. Волков, В.П.Филин, 1983, Р.Н.Дорохов, В.П.Губа, 1994, 1995). Для этого применяются следующие уравнения регрессии:

до 10 лет

$$М: Y_T = 121,0 + 5,6X$$

$$Д: Y_T = 121,7 + 5,7X$$

От 11 до 20 лет:

$$М: \log Y_T = 2,16 + 0,06 \log X$$

$$Д: \log Y_T = 2,08 + 0,2 \log X$$

В.П.Губа., Я.С.Татаринов, (1988), давая оценку физического [развития детей по морфологическим наблюдениям и, приводя уравнения регрессии, установили, что имеются закономерности в развитии отдельных сегментов тела детей в возрасте 2-9 лет, также эти авторы указывают на то, что очевидно и в более старшем возрасте имеются свои закономерности.

Перечень признаков, достоверно влияющих на результаты, достигнутые в определенном виде спорта, достаточно велик. Чтобы сделать модель спортсмена менее громоздкой, необходимо подразделить эти признаки на группы:

Первая - это признаки, совершенствование которых до уровня эталонных значений достижимо в ходе спортивной тренировки, и вторая - признаки, неподвластные роли тренера и желаниям спортсмена.

Признаки 1-ой группы зависят в большей степени от среды, а признаки 2-ой группы - от генетической программы. Так, масса тела определяется наследственностью меньше, она больше зависит от внешних воздействий.

А. М. Пидорц, А. Н. Казаченков (1988) изучили данные, свидетельствующие о том, что показатели веса тела спортсменов не оказывают существенного влияния на качество управления параметрами технических действий, делая вывод, что можно осуществить единую методологическую направленность без учета принадлежности к определенной весовой категории при совершенствовании у них специальных координационных способностей.

В более старшем возрасте и высоком уровне подготовленности, возможны два варианта модели спортсмена:

1. Модель, содержащая в перспективе на будущее высоко-диагностические признаки, мало изменяющиеся под влиянием тренировочных воздействий и позволяющие судить о наследственной одаренности спортсмена.

2. Модель, которая констатирует состояние на сегодняшний день, которая используется при отборе к участию в соревнованиях.

Первая модель может быть признана отбором по генотипу. Используя генетические характеристики при прогностическом отборе, следует исходить из понимания сути отмеченных морфофункциональных состояний организма (И. И. Бахрах, Р. Н. Дорохов, Р. Х. Мартиросов, Б. А. Никитюк, В. П. Губа). Для этого следует изучить композицию отдельных двигательных качеств человека. Такие из них, как, например, качество силы и скорости, определяются нейродинамическими свойствами - силой процесса возбуждения и скоростью проведения нервных импульсов. Эти качества называют однопрофильными, так как материальным субстратом этих качеств являются двигательные нервные клетки и мышечные волокна, которые вместе образуют двигательные единицы.

Качества выносливости и равновесия - многопрофильные. В реализации задействованы различные системы организма. Первые маркировать легче, но и вторые можно маркировать, если стремиться к выделению ведущего звена, механизма главенствующего значения (В.Б.Шварц, Никитюк Б.А., Мартиросов Э.Г., Филиппова В.И., Соколик И.Д.). К числу используемых на практике форм отбора по генотипу относится учет фактора соматотипа при отборе в некоторые виды спорта (гимнастика, плавание) детей 5-6 лет с поздними сроками

полового созревания (Р.П.Губа, Р.Н.Дорохов, 1983, Губа, Тюленьков, Прохоров, 1997).

Из морфологических признаков при спортивном отборе учитываются, как правило, тотальные размеры тела (в первую очередь, длина), пропорции тела, состав массы тела. О соотносительной роли наследственных и средовых воздействий на некоторые морфологические признаки помогает судить таблица 1, основанная на результатах близнецовых исследований (Б.А.Никитюк, 1985).

Для понимания взаимодействия генетических и средовых факторов, для построения теории спортивной ориентации и селекции немаловажное значение имеет проблема так называемых чувствительных (сенситивных) периодов развития. Это периоды, характеризующиеся наибольшей чувствительностью к действиям тех или иных как благоприятных, так и неблагоприятных факторов внешней среды. В это время слияние генетических и средовых факторов будет наиболее полным.

Установлено, что на различных возрастных этапах динамика прироста двигательных качеств неодинакова. Так, развитие различных проявлений быстроты наиболее успешно происходит в 10-13 лет (В.П.Филин, 1968, Г.И.Вербицкий, В.М.Волков, 1971; В. Н. Влдасов, В.П.Филин, 1971; В.К.Бальсевич, М.Н.Королева, Л. Т. Майорова, 1986).

Таблица 1 - Роль наследственных и средовых воздействий на морфологические признаки

№	Морфологический признак	Форма воздействия
1	Длина тела	Наследствен.
2	Обхват груди	Наследствен.
3	Длина руки	Наследствен.
4	Длина туловища	Наследствен.
5	Длина ноги	Наследствен.
6	Ширина таза	Наследств.-средов.
7	Длина сегментов верхних и нижних конечностей	Наследствен.

8	Масса тела	Наследств.-средов.
9	Обхват плеча	Наследств.-средов.
10	Ширина эпифизов труб, кости	Наследствен.
11	Ширина диафизов	Наследств.-средов.
12	Толщина компактного слоя труб, кости	Средовая
13	Ширина костно-мозговой полости труб, кости	Средовая

В то же время, в работе В.П.Губа (1997) указываются другие сенситивные периоды развития физических качеств, начиная с 4-летнего возраста (рис.3).

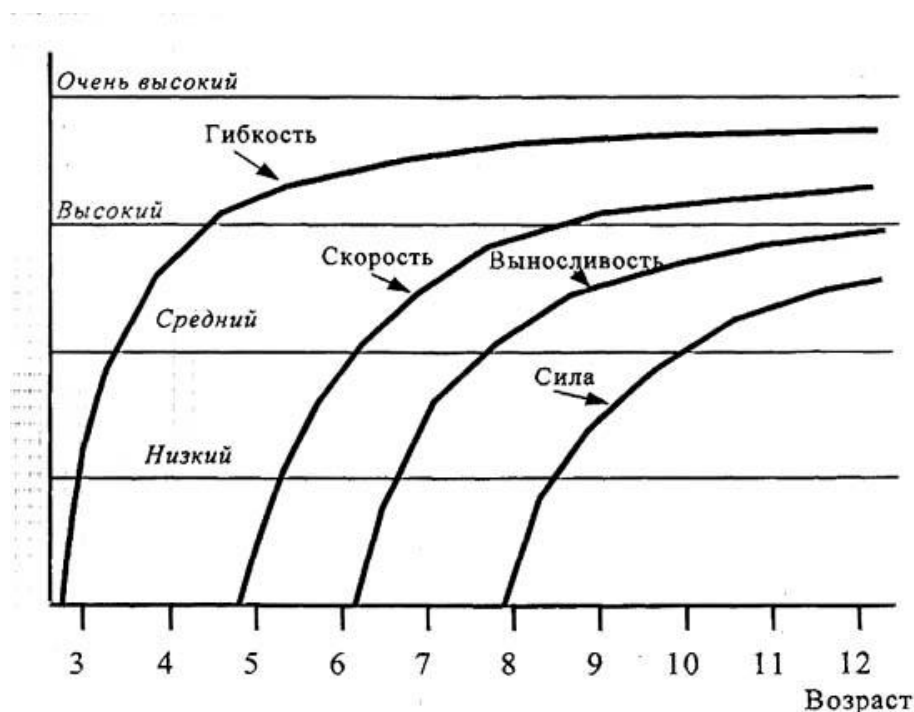


Рисунок 3 - Сенситивные периоды развития двигательных (физических) качеств. Стрелками обозначены возрастные максимумы сенситивных периодов

Сходная закономерность проявляется и при возрастном анализе динамики развития силы мышц. Показано, что наибольшей степени сила различных групп мышц развивается с 13 до 17 лет (А.В. Коробков, 1958 Ф.Г. Казарян, 1965; В.М.Волков, 1971, Р.Н.Дорохов, 1980).

Р.И.Шапошникова (1973), Р.Н.Дорохов, В. П. Губа (1995), В. П. Губа, В. Г. Никитушкин, П. В. Квашук (1997) и др. приводят данные о том, что наиболее

значительные изменения в проявлении качества выносливости обнаруживаются в 10, 13, 16 лет. Аналогичный неодинаковый прирост в различные возрастные периоды. Р.И.Шапошникова (1983) отмечает и по данным некоторых соматических признаков (длина тела, нижних конечностей, плеч и т.д.).

Рассматривая динамику спортивных результатов, В. И. Шапошникова (1973) определяет 3 группы спортсменов. В 1-ой группе наибольший прирост результатов установлен в 16, 19, 22 года, во 2-ой - 15, 18, 21 год, в 3-ей - 14, 17, 20 лет.

Б.А.Сироткина, Т. С. Лисицкая (1973), изучая физическую работоспособность подростков-спортсменов и их сверстников, не занимающихся спортом, выявили, что уровень физической работоспособности - врожденное, наследуемое свойство человека и рекомендуют при отборе в ДЮСШ и ДЮСШОР обращать на этот показатель серьезное внимание.

Таким образом, отмечается наиболее результативные возрастные периоды развития (сенситивные периоды) отдельных двигательных качеств, роста спортивных показателей. С этих позиций, очевидно, можно объяснить неодинаковую эффективность обучения и тренировки в различные возрастные периоды. В связи с акселерацией современной молодежи и увеличением диапазона различий между акселерантами и ретардантами при спортивном отборе, а также при определении сенситивных этапов развития важно ориентироваться не на паспортный, а на биологический возраст. Подростки, опережающие сверстников в темпах полового созревания, имеют более высокие показатели абсолютной силы, быстроты, прыгучести, аэробной производительности. Так, исследованиями сектора спортивной медицины ВНИИФК установлено, что при наличии акселерированной биологической зрелости у девочек 12 лет в 18% случаев имеются результаты КМС, у 12% девочек - результаты МС; в 13 лет в 36% случаев результаты КМС и в 26% - МС; в 14 лет в 33% - результаты КМС, в 41% - результаты МС М. С. Гориневская (1971). 21 Неодинаковые темпы развития юных спортсменов

одного и того же паспортного возраста могут ввести в заблуждение тренера в отношении истинных способностей занимающихся.

Акцент при спортивном отборе на юных спортсменов-акселерантов не всегда целесообразен. Нередко подростки с замедленными темпами развития (ретарданты) потенциально более способны, но их одаренность проявляется позже. Не является ли причиной этого факт, что большинство тренеров при отборе отдают предпочтение более способным и перспективным акселерированным детям, так как они физически более развиты, чем их сверстники, легче переносят нагрузки (кстати, это позволяет нередко форсировать их подготовку), их результаты прогрессируют значительно быстрее, и это служит хорошей оценкой работы тренера.

Поэтому на начальном этапе отбора целесообразно использовать стандартные тренировочные программы. В это время должны быть одинаковыми для всех детей количество занятий, состав тренировочных упражнений, интенсивность и последовательность их выполнения. Оценка темпов прироста должна проводиться с учетом объема и интенсивности нагрузки, выполненной каждым ребенком (М.Г.Годик, 1968).

Особая роль в отборе принадлежит соматотипу, как результирующей морфологической характеристике человека (Р.Н.Дорохов, В.П.Губа).

Футболисты в большинстве своем не отличаются высоким ростом. Самые большие размеры тела имеют вратари и центральные защитники, самые малые - крайние защитники, полузащитники и нападающие. Среди футболистов встречаются представители всех конституциональных типов, то есть мезоморфные с некоторой эндоморфностью (связана с жиротложением) и эктоморфностью (с линейностью пропорции тела), то есть, в основном, футболисты имеют хорошее развитие мышечно-костного компонента при низком жиротложении и брахиморфных пропорциях тела.

По тотальным размерам тела футболисты мало отличаются от людей, не занимающихся спортом. Содержание мышечного компонента в массе тела футболистов 48,7%, жировой компонент - 11,7% (Б.А.Никитюк, 1965).

При отборе необходимо учитывать не столько размеры тела, сколько показатели скоростно-силовой подготовки, ловкости, показатели выносливости.

С. Н. Андреев, В. Л. Герлицин (1986), анализируя выступления юных футболистов отмечают многочисленные недостатки в деле подготовки учащихся ДЮСШ, в частности, недостаточный уровень (развитых скоростно-силовых качеств, скоростной выносливости. Одновременно выявлен и недостаточный уровень специальной физической подготовленности учащихся ДЮСШ. Процент выполнения нормативов в беге на 30 м с ведением мяча колеблется от 47-70%; в ударах на дальность от 44-79%, в беге 5 х 30 м с ведением мяча от 44- 60%. Выявлены слабые места в ОФП юных футболистов. Так в беге на 400 м процент выполнения нормативов для 13 -летних учащихся не превышает 35%, для 14-летних - 51%, для 16-летних 50%, для 17 - летних - 44%. Невысок процент выполнения учащимися 12-13 лет и 14-18 лет теста в 12 - минутном беге. Все это наводит на мысль о малой эффективности отбора, в целях определения эффективной пригодности футболистов и необходимо проведение ряда дополнительных исследований.

Для достижения высоких спортивных результатов в футболе большое значение имеет уровень развития физических качеств футболистов различного возраста и квалификации. В работе В. Г. Макаренко и В. А. Выжлина (1985) представлены модельные характеристики физической подготовленности юных футболистов, на которые рекомендуется ориентироваться при отборе на разных его этапах.

Для выявления более широкого комплекса модальных характеристик футболистов требуется всесторонне и достаточно глубокое обследование, включающее не только двигательные тесты, но и физиологические, биохимические, психологические, педагогические и другие исследования, ибо успех, как правило, определяется комплексом способностей (В.П.Губа, С. Ю. Тюленьков, А. В. Прохоров, 1997).

Прогноз конечных значений на основании начальных данных не всегда является возможным. Так, например, результаты, полученные в плавании,

говорят о том, что предсказывать достижения юных спортсменов по результатам курсовок после начального обучения невозможно. Согласно исследованиям, самые слабые оказались через год занятий среди сильных и наоборот (Н. Ж. Булгакова, 1986). Очень часто это имеет место и в футболе. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей рекомендуется ориентироваться не только на исходный уровень развития Стабильных показателей - природные предпосылки, но и на темпы прироста спортивного результата.

Известный венгерский специалист Э. Табак при отборе юных футболистов рекомендует оценивать способность детей к игровой деятельности, не ориентируя их на победу.

В. В. Варюшин, А. А. Гукасян (1968), В. Л. Акрамов (1976), В. П. Губа, С. Ю. Тюленьков, А. В. Прохоров, (1997) предлагают при отборе ориентироваться на результаты в специальных тестах, на проведение поэтапного отбора посредством контрольных нормативов.

В то же время, Э. Б. Вертоградов, Ф. Корчек считают, что при отборе не обязательно проводить контрольные испытания, предусмотренные официальной учебной программой, и следует больше обращать на выявление эмпирической "идеальной модели» футболиста, на его способность к игровой деятельности.

Актуальной, но слабо разработанной проблемой является отбор на основе наиболее информативных параметров (А. Зенглер, 1977; Г. Смирнов, М. Бриль 1978, А. Чанади, 1978). Часто спортивный отбор проводят только на основе физического развития, не учитывая антропометрические особенности тела спортсмена, так как именно они позволяют наблюдать, а затем и анализировать прямую зависимость спортсмена от рода спортивной деятельности.

А. Адов и Ю. И. Портных (1976) считают, что при отборе футболистов надо обращать внимание на двигательную одаренность ребенка, которая должна опираться на изучение комплекса двигательных и психофизиологических качеств, доминирующих в игровой деятельности.

Б.Ф.Бойченко (1984, 1987) в своих работах указывает, что при отборе надо учитывать силовые качества и координацию, т.е. способность управлять своими движениями, а также оперативность мышления, так как каждая игра для футболистов состоит из множества постоянно меняющихся ситуаций, что требует проявления максимальных физических и психических качеств.

Анкетный опрос среди специалистов и тренеров, занимающихся с детьми, показал, что более 90% опрошенных чаще всего при отборе используют субъективные оценки подготовленности начинающих футболистов. Надо учитывать и тот факт, что 98% мальчиков школьного возраста любимым видом спорта считает футбол (летом), хоккей (зимой). Из-за большого количества желающих заниматься футболом тренерам не под силу проводить систематические контрольные испытания. Поэтому тренеры вынуждены часто ограничиваться субъективной оценкой подготовленности детей.

Таким образом, среди специалистов нет единого мнения о методике отбора юных футболистов, отсутствует достаточно разработанная система количественных оценок отдельных сторон их подготовленности на начальном этапе спортивной подготовленности.

Эффективная система отбора и спортивной ориентации обуславливает необходимость в объективной оценке состояния подготовленности юного спортсмена, в выявлении взаимосвязи между различными её показателями.

Одним из важнейших качеств футболиста является быстрота - способность человека совершать двигательное действие в минимальный для данных условий отрезок времени. Как показали исследования, к элементарным формам проявления быстроты (В. М. Зациорский, М.А.Годик, 1966) относятся: время двигательной реакции, способность к максимально быстрому выполнению одиночного движения, способность выполнять движения с максимальной частотой, способность к быстрому началу движения.

Большое значение имеет скорость выполнения целостного двигательного акта (В. М. Зациорский, 1966). В ряде работ показано, что в детском и подростковом возрасте имеются благоприятные предпосылки для воспитания

быстроты движений (В. С. Фарфель, 1959,1960; Л.Н.Жданов, 1967). Многие исследователи выявили возрастную динамику развития этого физического качества. В.Н.Власов, В.П.Филин (1971) определили возрастную динамику развития быстроты в различных нормах её проявления, экспериментально обосновали методики воспитания этого качества у детей школьного возраста. Было определено, что быстрота движения заметно возрастает в диапазонах 8 - 11 и 12-15 лет. У школьников 8-12 лет особенно увеличивается частота выполнения движений и сокращается время зрительно-двигательной реакции. У школьников 12-15 лет увеличение темпов развития скоростных качеств связано преимущественно с повышением уровня скоростно-силовых и силовых качеств, а не с ростом частоты движений, которая заметно повышается с 7 до 11-12 лет (в дальнейшем ее рост незначителен). Исследования В.П.Филина (1975) показали, что в возрасте 8-11 лет целесообразно приступить к воспитанию быстроты путем преимущественного использования средств физического воспитания, направленных на повышение частоты движений.

В литературе по вопросам юношеского спорта большое место отводится проблеме воспитания общей выносливости.

Многие авторы отмечают оздоравливающее влияние упражнений, направленных на развитие этого качества, на организм детей (В.П.Филин, 1967; Р. Е. Мотылянская, 1978; В.П.Губа, 1987, Р.Н.Дорохов, В.П.Губа, 1985). В отдельных работах говорится о доступности для дошкольников и младших школьников упражнений, развивающих общую выносливость (Б. П. Тишина, 1970; Ц. Какабадзе, 1970). При этом нередко в основе методического подхода лежит концепция о наличии линейной связи между показателями физического развития и двигательной подготовленностью (Уваров Б.А., Парнас Е.П., Бондаревский Е.Я., 1976), что весьма гипотетично (З.И.Кузнецова, 1975). Делаются попытки судить о степени функциональной готовности организма школьника к сдаче норм ГТО по данным проб с физической нагрузкой (С. В. Хрущев, 1974; Х.А.Мелиев,1963).

Г. Л. Апанасенко, А. Д. Дубочай и др. (1981) разработали формулу, проведя множественную регрессию с дополнительным введением показателей функций организма в покое, отражающую влияние физической тренировки и результатов простейших педагогических тестов, имеющих достоверный для выбранных упражнений коэффициент корреляции с МПК. Авторы рекомендуют следующие формулы:

Мальчики:
$$МПК_{л} = \frac{X_1}{20} + \frac{X_2}{100} + \frac{X_3}{20} - 1,1$$

X_1 - масса тела, кг.;

X_2 - динамометрия сильнейшей кисти, кг;

X_3 - ЖЕЛ, мл.

Девочки:
$$МПК_{л} = \frac{X_1}{20} + \frac{X_2}{250} + \frac{X_3}{20} - 0,7$$

Мальчики:
$$МПК_{л} = \frac{X_1}{14} + \frac{X_2}{200} + \frac{X_3}{250} - 1,1$$

X_1 - масса тела, кг;

X_2 - результат в прыжке в длину с места, см;

X_3 - частота сердечных сокращений за 1 минуту в покое.

1. 4 Роль развития и воспитания физических качеств в процессе раннего спортивного отбора и ориентации

Важнейшими физическими качествами, способствующими росту мастерства спортсменов, являются скоростно-силовые. Целенаправленная скоростно-силовая подготовка в дошкольном и школьном возрасте создает благоприятные предпосылки для овладения рациональной спортивной техникой, а также способствует всестороннему гармоническому развитию детей и подростков (В. П. Филин, 1964; Т.А.Зельдович, В.С.Топчиян, П.Н.Сирис; В. М. Дьячков, 1963, 1970; Н.Г.Озолин, 1970; Ю.В.Менхин, 1986, В. П. Губа, 1997).

Многие авторы (Н.С.Насильников, 1974; В.П.Губа, 1986, 1989 и др.) обращают внимание, что освоению детьми рациональной техники способствует акцентирование внимания на скоростно-силовой подготовке.

В практике спорта для развития скоростно-силовых качеств применяют самые разнообразные упражнения. Результаты, как правило, оказываются неоднозначными. В исследованиях ряда авторов (А.А.Гужаловский, 1976, 1977; В. П. Филин, 1970, 1974; А.Н.Хрипкова, 1976, 1978, В.П.Губа, 1983 -1997) показано, что развитие двигательных качеств, в частности скоростных и скоростно-силовых, у детей в школьные годы происходит неравномерно. Периоды, в которые развитие указанных качеств идет особенно быстро, получили название сенситивных (чувствительных). У мальчиков этот период приходится на 6-12 лет.

Н. А. Масальчик, С. И. Мануйков (1966) изучали особенности динамики показателей взрывной силы у мальчиков-школьников. В эксперименте участвовали мальчики-школьники, распределенные на три группы. В группе 1а - мальчики 9 лет, уроки физической культуры для них проводились по обычной методике, 1б – мальчики 9 лет и IIа - мальчики 12 лет. В этих 2-х группах на уроках физкультуры в течение 5-8 мин. использовался дополнительный комплекс скоростных упражнений, состоящий преимущественно из максимально быстрых движений. В IIб - мальчики 12 лет. В этой группе на уроках в течение 5-8 мин. давался комплекс скоростно-силовых упражнений, преимущественно прыжкового характера. Было показано, что включение дополнительно в уроки физкультуры мальчиков 9-12 лет комплексов скоростных и скоростно-силовых упражнений в течение 5-8 минут, повышает эффективность взрывной силы. Механизм повышения взрывной силы в этом возрасте различный, в 9 лет градиент силы повышается за счет укорочения времени достижения максимума силы, в 12 лет - за счет повышения максимальной величины усилий.

В.П.Губа, И.В.Строева (1999) указывают, что, проводя первичный отбор детей в спортивные секции и ДЮСШ, тренеры ориентируются на результаты тестирования и морфологические показатели, порой только визуально оценивая их. Однако для надежного прогнозирования необходимо учитывать не только указанные желательные иметь комплексную методику оценки способностей

ребенка к конкретному виду спорта. Статистический анализ цифрового материала показал высокую вариативность скорости достижения максимума силы и скорости расслабления, при этом были выделены дети с различной скоростью напряжения и расслабления различных групп мышц.

Р.А.Стальников, А.К.Дементьев (1966) изучали взаимосвязь динамики изменения физических качеств и морфологических признаков у пловцов 11 лет.

Уровень развития физических качеств морфологических показателей изучали В.И.Козлов, А.А.Гладышева, (1977); Э. Г. Мартиросов, 1962; А.В.Чоговадзе, М.М.Круглый, (1977), Р. Н. Дорохов, В.П.Губа особенности нейродинамики - Г.П.Ильин, (1972); А.А.Копытова, (1964); В.Д. Небылицин). Установлено, что скоростно-силовые показатели выше у подростков с функциональной подвижностью. Динамика весо-ростового индекса положительно связана с силой нервной системы по возбуждению и внутренним балансом. Жизненный индекс отрицательно коррелирует с внутренним балансом, подвижностью возбуждения и торможения. ЖЕЛ отрицательно связана с подвижностью возбуждения, а % подкожного жира - положительно с силой нервной системы, отрицательно с подвижностью возбуждения. Авторы приходят к выводу, что одним из важнейших моментов в прогнозировании перспективности юных спортсменов является необходимость ориентирования не столько на исходные результаты уровня развития различных качеств и способностей, сколько на темпы их прироста и особенности взаимосвязи с индивидуальными признаками. М. С. Бриль, Сильвио Наварро (1983) рекомендуют при отборе волейболистов ориентироваться на рост, ловкость, прыгучесть и быстроту, а также на те психофизиологические и личностные характеристики, которые определяют способности к решению оперативных задач, уровень овладения сложной техникой и способствуют Повышению надежности соревновательной деятельности (С.Бриль, 1980; Н.Ж.Булгакова, 1978; В.П.Филин, В.Н.Фомин, В.Г.Никитушкин, В.П.Губа, 1998).

Из морфологии и сравнительной физиологии мышечной деятельности известно, что различные мышечные группы развиваются не одновременно и не

параллельно, это в конечном итоге находит своё отражение в характере двигательных проявлений: силе, скорости, выносливости (А.В.Коробков, 1954, 1962). Ю.А.Попов (1986) изучал силовую выносливость различных мышечных групп у детей-спортсменов в циклических видах спорта и у не занимающихся спортом. Применялась методика полиэргографии. Под влиянием разнообразных физических упражнений, направленных на равностороннюю и специализированную подготовку, в возрастных группах 11-14 лет у мальчиков и 11-15 лет у девочек постепенно формируются силовая выносливость мышечных групп. Наиболее развитые мышечные группы - разгибатели туловища, бедра и плеча. В старшем школьном возрасте (с 15 лет у мальчиков и 16 лет у девочек) под влиянием занятий спортом выявлена характерная структура силовой выносливости мышечных групп, как у взрослых. При воспитании силовой выносливости необходимо исходить из возрастных особенностей, специфики избранного вида спорта.

Установлено, что в физической подготовке детей и подростков в первую очередь нужно уделять внимание развитию быстроты на фоне постепенного развития силы мышц, а затем скоростной и силовой выносливости.

Авторы ряда работ подчеркивают, что развивать скоростно-силовые качества целесообразно именно в детском возрасте. В. С. Фарфель, В.П.Филин, В.С.Топчийн, К. Г. Гомберадзе, Е.А.Масловский, В.П.Губа и др. показали, что воспитание скоростно-силовых качеств на начальном этапе спортивной тренировки служат надежной базой для успешного овладения двигательными навыками.

В. С. Насильников (1974), изучая развитие скоростно-силовых качеств у студентов средних специальных учебных заведений (15-17 лет), установил, что включение комплексов скоростно-силовых упражнений общеразвивающего и специального характера на занятиях учащихся техникумов способствует более эффективному приросту результатов во всех скоростно-силовых упражнениях. Следовательно, в занятиях с учащимися техникума целесообразно включать

упражнения скоростно-силового характера, подобранные с учетом специфики программных упражнений.

Г. И. Гапон, Г. К. Гомберадзе, (1971) исследовали наиболее эффективные средства воспитания физических качеств и формирование спортивных навыков на более ранних этапах подготовки детей. В качестве модели двигательного навыка было выбрано наиболее простое упражнение, доступное детям 7-9 летнего возраста, - прыжок в длину с разбега. Рассматривалось три варианта начальной подготовки детей (три группы мальчиков 7-9 лет), приступивших к систематическим занятиям в школьном кружке легкой атлетики. Авторы пришли к выводу: занятия физическими упражнениями на начальном этапе подготовки следует строить на основе обучения детей широкому кругу навыков и умений, с включением упражнений скоростно-силового характера, что положительно сказывается на уровне развития мышц и скоростных показателей.

1. 5 Заключение

Таким образом, анализ изученной нами литературы показал, что воспитание физических качеств, проведение занятий тренирующей направленности на начальном этапе спортивной тренировки служат надежной базой для успешного овладения двигательными навыками. Однако в основном все рекомендации о рациональном сочетании средств и методов развития физических качеств касаются детей 9-12 лет, т.е. возраста, с которого их принимают в отделения ДЮСШ.

В своей работе мы поставили цель исследовать наиболее эффективные средства воспитания физических качеств и формирование спортивных навыков на более ранних этапах подготовки. Актуальность этой проблемы подтверждается в работах многочисленных авторов:

- занятия в объеме программы по физической культуре не способствуют эффективному воспитанию основных двигательных качеств;

- структура, содержание и методика проведения занятий, традиционно сложившаяся в системе дошкольного физического воспитания, направлена, главным образом, на освоение конкретного объема двигательных действий и практически не уделяет должного внимания воспитанию двигательных качеств.

Всё это говорит о том, что необходимо совершенствовать содержание и методику занятий с детьми дошкольного возраста.

ГЛАВА II. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Задачи исследования

Система отбора и спортивной ориентации обуславливает необходимость в объективной оценке состояния подготовленности юного спортсмена, в выявлении взаимосвязи между различными её показателями. Перед настоящей работой были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать имеющуюся научно-методическую литературу касающуюся вопроса отбора детей для занятий в спортивных секциях и ДЮСШ с учетом их игровых амплуа в футболе.
2. Описать взаимосвязь между показателями морфофункциональной и специальной подготовленности юных футболистов.
3. Описать методику раннего отбора юных футболистов, основанную на морфофункциональных и специальных характеристиках.

2.2 Методы исследования

Для решения поставленных задач были применены следующие методы исследования:

1. Анализ и обобщение данных научной и научно-методической литературы по теме исследования.
2. Метод педагогических наблюдений.
3. Метод опроса (методы квалитетрии).

2.3 Организация исследования

Исследования по выбранной теме проводились в два этапа с сентября 2017 года по май 2018 года.

На первом этапе был проведен анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, На данном этапе разрабатывалась научная гипотеза, формировались цели и задачи, определялись объект и

предмет исследования. Производился выбор научных методов исследования. Осуществлялось педагогическое наблюдение за организацией и проведением отбора в группы занятием футболом детей 8-10 лет в ведущих клубах Пензенской области и ДЮСШ.

На втором этапе, на основании полученных результатов были осуществлены теоретико-методическое обоснование роли, места и значения проведения отбора и распределение по учебным группам юных футболистов в ДЮСШ и секциях по футболу.

На третьем этапе проводилось обобщение полученных результатов их описание и оформление бакалаврской работы.

ГЛАВА III. ХАРАКТЕРИСТИКА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ И СПЕЦИАЛЬНЫХ ПАРАМЕТРОВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

3. 1 Морфофункциональные особенности юных футболистов на начальном этапе занятий в ДЮСШ

Исследование морфофункционального развития юных футболистов, отобранных ДЮСШ, осуществляется с помощью общепринятых тестовых процедур, используемых в практике детско-юношеского спорта. Анализ морфологических характеристик и функциональных показателей позволяет установить, что физическое развитие занимающихся находится на должном уровне, о чем свидетельствуют полученные результаты проведенных исследований.

Так, морфологические характеристики мальчиков, занимающихся футболом (табл. 2) существенно не отличаются от данных, экспериментов полученными различными специалистами А.А.Сучилина, С. Ю. Тюленьков).

Показатели длины тела, веса тела, жизненной емкости легких и окружности грудной клетки (три измерения) увеличиваются в допустимых для данного возраста пределах, несколько опережая сверстников, не занимающихся спортом и физическими упражнениями, о чем свидетельствуют сравнительные данные (И. И. Бахрах, Р. Н. Дорохов, В.А.Кабачков).

Частота пульса и показатели артериального давления еще не достигли оптимальных (взрослых) показателей (75 - 80 - минимальное значение), (115-120 - максимальное) и находятся в грани - 63 - минимальное значение), (89-93 - максимальное), что само по себе допустимо в описываемом возрастном периоде (младший школьный возраст).

Показатели пульса в покое составляют 84-77 уд/мин, данный результат соответствует нормам функционального состояния мальчиков 8-10 лет как занимающихся спортом или физическими упражнениями дополнительно, так и не получающими никакой дополнительной физической нагрузки.

Таблица 2 - Показатели морфофункциональной подготовки юных футболистов

Показатели		Возраст		
		8 лет	9 лет	10 лет
Рост, см	M	134,8	135,3	140,3
	σ	3,8	5,6	4,69
	V	2,8	4,1	3,34
Вес, кг	M	26,8	28,2	31,4
	σ	4,7	3,3	3,7
	V	17,5	11,7	11,59
ЖЕЛ, см ³	M	1954,7	2067,4	2181,2
	σ	287,4	301,7	318,7
	V	14,7	17,9	14,62
Окружность грудной клетки в покое, см	M	64,3	65,7	67,2
	σ	4,8	3,9	3,36
	V	7,5	5,9	5,00
Окружность грудной клетки при вдохе, см	M	65,9	68,3	71,81
	σ	2,9	3,6	2,87
	V	4,4	5,3	3,98
Окружность грудной при выдохе, см	M	62,6	64,8	65,28
	σ	3,6	2,9	3,21
	V	5,7	3,1	4,91
АД _{МАХ}	M	89,5	91,5	93,12
	σ	7,4	6,5	6,68
	V	8,3	7,1	7,17
АД _{МИН}	M	61,7	62,3	62,70
	σ	5,6	5,9	4,83
	V	9,1	9,4	7,70
Пульс	M	84,5	82,7	77,3
	σ	6,1	8,4	10,02
	V	7,2	10,2	14,26

3. 2 Показатели двигательной подготовленности юных футболистов на начальном этапе занятий в ДЮСШ

Одним из важнейших показателей начального этапа подготовки юных футболистов является двигательная подготовка, отражающая показатели воспитания в процессе тренировки и развития в технике времени физических (двигательных) качеств (табл. 3).

Так, скоростные способности, оценивались при помощи беговых тестов 30 и 60 м, полученных авторами (С.Ю.Тюленьков, В.П.Губа).

Однако динамика указывает на то, что в процессе после тренировочных занятий результаты могут быть улучшены и показатели быстроты возрастут.

Тест "бег на 400 метров" отражает скоростную выносливость, но в данном возрасте он больше характеризует показатель чистой выносливости. У мальчиков, занимающихся футболом результат бега на 400 метров значительно превышает все другие показатели физических качеств, приведенные в таблице в сравнении с юношами, не занимающимися спортом.

Так, если спринтерский бег 30 и 60 метров, прыжок в длину с места и тройной прыжок можно выполнить с высоким результатом.

Счет, морфологических показателей - длина ноги и стопы, то отжимание и метание набивного мяча - за счет мышечных усилий, а морфологических показателей (длины руки), то результат в беге на 400 метров полностью зависит от сочетания проделанной на выносливость работы в тренировочном процессе и генетических предпосылок, обуславливающих выполнение данного теста.

Средние показатели тестирования физической подготовленности находятся на уровне нормативов, показывающих детьми, занимающихся футболом и существенно не отличаются от других игровых ситуаций (В.К.Бальсевич, Ю. Д. Железняк, И. М. Короткова).

Таблица 3 - Показатели двигательной подготовленности юных футболистов

Показатели		Возраст		
		8 лет	9 лет	10 лет
Бег 30 м, с	М	6,23	5,93	5,82
	σ	1,2	0,95	0,71
	V	19,3	16,0	12,15
Бег 60 м, с	М	11,2	10,2	9,8
	σ	1,3	1,5	1,3
	V	11,6	14,7	13,3
Бег 400 м, с	М	92,6	90,3	87,3
	σ	7,5	12,2	8,6
	V	7,1	13,5	9,9
Прыжок в длину с места, м	М	1,56	1,67	1,84
	σ	0,09	0,12	0,08
	V	5,92	7,6	4,3
Тройной прыжок с места, м	М	3,81	4,15	4,99
	σ	0,31	0,29	0,26
	V	8,1	7,0	5,16
Отжимание, кол-во раз	М	9,4	14,6	16,03
	σ	2,8	3,1	3,90
	V	29,8	21,2	24,34

Бросок набивного мяча 2 кг	М	4,68	5,10	5,46
	σ	0,8	0,8	0,6
	V	17,1	15,7	10,9

3. 3 Оценка динамики специальных тестов у юных футболистов на начальном этапе занятий ДЮСШ

Рассматривая показатели выполненных юными футболистами специальных упражнений, можно заметить, что тесты, отражающие в большей степени физические качества такие, как ведение на 30 метров, вбрасывание мяча и удары на дальность в большей степени улучшают свои показатели, по мнению тренеров и специалистов за счет систематического развития физических качеств (табл. 4).

Наблюдая же за динамикой более сложных в техническом оснащении тестов - ведение мяча и обводка стоек, остановкой мяча, различными видами жонглирования, напрашивается вывод о непосредственном участии тренера и его методики проведения учебно-тренировочных занятий.

Анализируя выполнение сложно-координационных упражнений, можно заключить, что выполнение тестов, требующих специального обучения и отражающих необходимые только в футболе технические действия у юных спортсменов достаточно быстро прогрессирует.

Сравнивая динамику тестов, основанную на физических качествах и специальном обучении следует сказать, что упражнения, в которых основная роль отводится технике владения мячом в исследуемом возрасте гораздо лучше увеличивают свои первоначальные показатели.

Таким образом, проведенные исследования специальных тестов у юных футболистов 8-10 лет указывают на необходимость увеличения в тренировочном процессе количества упражнений, направленных на воспитание физических качеств.

Таблица 4 - Показатели специальной подготовленности юных футболистов

Показатели		Возраст		
		8 лет	9 лет	10 лет
Ведение мяча на 30 м, с	М	10,2	8,4	6,96
	σ	1,6	1,2	0,68
	V	15,7	14,3	9,74
Ведение мяча на 30 м с обводкой	М	12,9	11,3	8,31
	σ	1,5	1,6	0,70
	V	11,6	14,2	8,40
Вбрасывание мяча из-за головы	М	7,4	10,33	13,4
	σ	2,1	1,85	1,6
	V	28,4	17,94	9,7
Остановка мяча, балл	М	3,1	3,5	3,9
	σ	1,2	0,78	0,67
	V	38,7	22,13	17,2
Жонглирование правой ногой, кол-во раз	М	7,25	18,4	24,8
	σ	4,26	3,2	4,3
	V	58,7	17,4	17,4
Жонглирование левой ногой, кол-во раз		5,84	15,8	21,3
		4,98	3,8	2,9
		85,2	18,9	13,6
Жонглирование правой и левой ногой, кол-во раз	М	7,28	19,3	24,2
	σ	2,93	5,1	5,9
	V	40,3	26,4	24,3
Удары на дальность сильной ногой	М	16,8	19,2	26,9
	σ	2,4	2,6	1,9
	V	14,3	13,5	7,9
Удары на дальность слабой ногой	М	12,5	13,9	18,5
	σ	1,2	1,6	4,9
	V	9,6	11,5	26,5

3. 4 Модельные параметры юных футболистов с учетом их игрового амплуа

Во всех спортивных играх, в том числе, в футболе, игроки делятся по своему амплуа. В современном футболе игроки разделяются по следующим игровым функциям: вратари, центральные защитники, крайние защитники, полузащитники и нападающие, Опорные полузащитники и центральные нападающие.

Эффективность процесса подготовки юных футболистов осуществляться на основе учета факторов, характеризующих двигательную и психическую

функции занимающегося, в наибольшей мере обуславливающих успех в избранной спортивной деятельности. Спортсмен должен обладать всеми качествами, необходимыми для успешного их проявления в конкретной двигательной деятельности. В этом случае можно рассчитывать на их дальнейшее развитие в процессе становления спортивного мастерства. Отдельные показатели, характеризующие морфофункциональные и специальные особенности индивида, могут иметь важное значение при разработке методов прогноза его спортивной пригодности (М.С.Бриль, А.А.Гужаловский, В.П.Осташев, А.А.Федоров).

Совершенствование футбола как игры миллионов, идет по линии двух, на первый взгляд, взаимоисключающих процессов - универсализации и специализации. Универсализация предусматривает расширение диапазона действий и вместе с тем обогащение технических и тактических средств, а также энергетических возможностей. Однако универсализация, о которой в течение многих лет говорят ведущие специалисты (О.П.Базилевич, В. В. Лобановский, А.М.Зеленцов, 1974), ни в коей мере не исключает совершенствование в выполнении отдельных игровых функций, наоборот, она предусматривает такое совершенствование, ибо невозможно даже теоретически представить себе спортсмена, одинаково выполняющего любые из этих функций: природа не так щедра, чтобы одновременно и в одинаковой степени одарить и быстротой, и выносливостью, и интеллектом, и боевитостью.

Поэтому одному спортсмену всегда более удаются созидательные действия, другому - разрушительные, один больше организатор, второй - планировщик, третий - реализатор, то есть каждый игрок, видимо, предрасположен к отдельным амплуа. Предрасположенность к амплуа в определенной мере подвержена изменению в процессе подготовки. Таким образом, теоретически и практически возможна переквалификация амплуа. И все же комплекс качеств и свойств личности, определяющий пригодность к амплуа, имеет довольно стойкий характер. Поэтому следует говорить о необходимости диагностики амплуа уже на первом этапе учебно-

тренировочного процесса и проводить его не в целом к выбранному виду - футболу, а сразу же к отдельным амплуа.

В раннем возрасте закладываются основы техники, тот фундамент, на котором строится вся будущая работа по воспитанию классного игрока. В начальной стадии становления юного футболиста, изучая его морфологические и физиологические особенности, координацию движений, свойства психики и мышления, тренер должен определить, за счет каких технических приемов и развития физических качеств можно вырастить из конкретного игрока яркую личность, звезду. Обсуждая данные вопросы, целый ряд специалистов, работая с футболистами, большую часть тренировочного времени посвящают исправлению недостатков, в то же время А.А.Сучилин, С.Ю.Морозов, С. Ю. Тюленьков рекомендуют большую часть времени совершенствовать, шлифовать, доводить до виртуозности свои коронные технические приемы и строить атлетическую подготовку с таким расчетом, чтобы она могла помочь раскрывать и применять в игре главные качества в выбранном амплуа.

Выбирая футболисту будущее амплуа, тренер должен оценить особенности юного спортсмена более точно, учитывая различные требования к отдельным амплуа. При этом можно избежать Многочисленных ошибок в оценке спортивной пригодности, вытекающих из этих различий. Другими словами, надо проводить отбор «не к данному виду спорта вообще, а к данному амплуа (В.П.Губа, В.Г.Никитушкин, И.М.Короткова).

Проведенные исследования морфологических показателей иных футболистов позволили выявить функции игроков в зависимости от соматической оценки и предложить им после двух лет занятий конкретные амплуа (рис. 5).

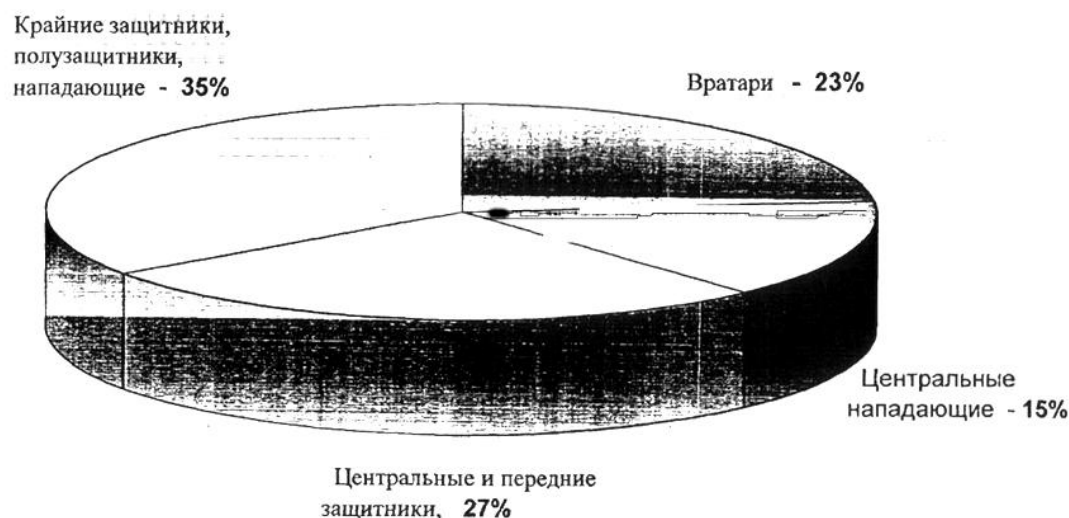


Рисунок 5 – Распределение юных футболистов на амплуа на основе их соматических оценок

Первый год учебно-тренировочного процесса обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки и распределения времени на основные разделы работы: Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности.

- Развитие быстроты, ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости.
- Обучение основам технико-тактических действий. Начальное обучение тактическим действиям в нападении и защите.
- Приучение к игровым условиям
- Выполнение нормативных требований по видам подготовки.
- Привитое занимающимся стойкого интереса к занятиям футболом.

В течение первого года проведение учебно-тренировочных занятий проходит в соответствии с распределением учебного времени по видам подготовки (функциональная, физическая, техническая) одновременно с разработкой документов текущего планирования, основанного на первичном тестировании юных спортсменов. В связи с небольшим количеством игровых занятий и соревнований (первый год занятий) годичный цикл не делится на

периоды, основное же внимание было сосредоточено на содержание недельных циклов физической и технической подготовки юных баскетболистов. В годичном цикле удельный вес отдельных видов подготовки планомерно уменьшался, если в начале года превалировала физическая подготовка, объем которой мог достигать до 55-75% всего времени, то в начале второй половины года, примерно соответствующей по времени соревновательному периоду в старших возрастных группах, происходит увеличение времени, отводимого в недельном цикле на техническую, тактическую и интервальную подготовку.

Учебно-тренировочные занятия юных футболистов строятся из целевой направленности одного занятия, при составлении же учебно-тренировочных занятий учитывались следующие основные организационно - методические положения:

- рациональный подбор тренировочных средств;
- количество и характер упражнений;
- очередность упражнений;
- темп выполнения упражнений;
- паузы отдыха между отдельными упражнениями;
- общее количество выполнений или подходов;
- количество выполненной работы в зависимости от зоны интенсивности;
- метод выполнения упражнений (повторный, интервальный, переменный и т. д.); общий объем нагрузки;
- нагрузка, выполненная в предыдущем тренировочном задании.

Юные футболисты, имеющие разное амплуа, имеют разные морфофункциональные особенности своего организма. В связи с этим развитие и совершенствование функциональных и технических возможностей отобранных для занятий детей для каждого амплуа, должно осуществляться с учетом их морфофункциональных особенностей. Анализ морфофункциональных показателей (всего 15) выявил, что длина и масса тела у представителей всех амплуа увеличивается синхронно, несмотря на то, что наибольшие величины, прибавки этих показателей за год были отмечаются у

вратарей и центральных защитников. В футболе уже исходные величины длины и массы тела могут служить достаточно надежными прогностическими показателями, так как прослеживаются некоторые зависимости, например: чем выше рост, тем больше преимущественно и парциальные размеры тела, длиннее верхняя и нижняя конечности у вратарей (табл. 5).

Сравнивая величины морфологических показателей с юными футболистами испытуемых групп, занятия в которой проходили без распределения на амплуа, установлено, что длиннотные и обхватные размеры их преимущественно ниже, чем у детей экспериментальной группы. И только по отдельным показателям (длина голени, обхват бедра, голени) опережают выделенных в амплуа крайних нападающих, полузащитников и защитников.

Различия между контрольной и экспериментальной группой связаны с искусственной ранней ориентацией в процессе эксперимента, так в экспериментальной группе больше высокорослых, больше высокорослых, а в контрольной группе больше низкорослых (крайние защитники, полузащитники и нападающие). Это, на взгляд, объясняется генетическими факторами, а также особенностью выбора специалистов. Известно, что основой наследственности является генетическая информация, которая передается от родителей к детям (В.М.Волков, В.П.Губа, Р.Н.Дорохов Б.А.Никитюк). Она в значительной степени определяет рост и формирование организма, основные приспособительные реакции на внешние воздействия, темпы поступательного развития на различных этапах онтогенеза. Наследственный фактор в значительной мере определяет физическое развитие, формирование двигательных качеств, величину прироста функциональных возможностей в процессе спортивной тренировки.

Таблица 5 - Морфологические показатели длиннотных и обхватных
размеров тела у юных футболистов различных амплуа
(по данным Рыбина Д.В.)

Показатели	Амплуа							
	Вратари		Центральные и передние защитники		Центральные нападающие		Крайние защитник, полузащитники и нападающие	
	Прирост, см	Прирост, %	Прирост, см	Прирост, %	Прирост, см	Прирост, %	Прирост, см	Прирост, %
Длина тела	7,6	4,4	6,4	4,0	5,3	3,6	5,6	3,8
Длина бедер	3	7,6	3,4	7,8	3	7,6	2,3	4,1
Длина голени	1,2	2,3	1,6	4,2	2,3	5,7	0,7	1,9
Длина стопы	1	3,2	1,6	6,1	1,7	7,5	2,2	8,9
Масса тела	5,2	9,5	3,2	7,2	3,3	10,2	3,2	9,5
Обхват бедер	2,3	4,4	1,6	3,3	2,1	5,3	3,1	7,1
Обхват голени	0,2	0,6	0,3	1	1,7	6,1	1,1	4,4

Развитие и воспитание физических качеств у детей различного амплуа формируются и совершенствуются гетерохронно. Это указывает на существование зависимости между возрастом и эффективностью системы обучения, меняющейся по мере чередования в онтогенезе некоторых периодов, отличающихся более или менее высокой обучаемостью.

В результате полученных данных функциональной и технической подготовленности выявлено, что в показателях бега с элементами стартового рывка (бег 30 м) преимущества имеют центральные защитники и нападающие. Они отличаются такими габаритными размерами, которые позволяют им выполнять так называемую "взрывную силу", в ее особом варианте "стартовая сила" (В. М. Зациорский). Если "взрывная сила" характеризует способность максимальных значений силы в минимальное время, то сила" отражает характер взрывного усилия в начальной (Ю.В.Верхошанский).

Быстрота относится к наименее двигательным качествам, поэтому при отборе юных футболистов важно это иметь в виду.

В тестах, определяющих прыгучесть, различия между представителями разных амплуа более существенное и основное преимущество за вратарями. Это дает основание утверждать, что тесты, направленные на проявление максимальной силы, лучше выполняют дети большого соматического типа, что вполне объяснимо (В.П.Губа, Р.Н.Дорохов).

Способностью длительного использования скоростно-силовых качеств, совершать работу высокой аэробной и анаэробной мощности обладают центральные нападающие. Обширная деятельность игрока этого амплуа требует от него развития такого качества как специальная выносливость, но они доказали более низкие результаты в прыжках в длину с места, что свойственно их морфотипу.

Следовательно, центральные нападающие отличаются высоким уровнем развития быстроты и специальной выносливости, вратари характеризуются скоростно-силовыми качествами, у центральных нападающих физические качества развиваются относительно ровно, с преобладанием в развитии быстроты.

ГЛАВА IV. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

Средства и методы отбора и ранней ориентации в спортивной науке изложены достаточно подробно (В.П.Филин, В.Г.Бальсевич, Б. Н. Шустин, В.Г.Никитушкин, В.П.Губа, В.Д.Сячин, т. С. Тимакова), однако, целый ряд теорий нуждается в последующей доработке, связанной с индивидуализацией рассматриваемого процесса, основанной как на текущей, так и срочной информации, оценку педагогической, психологической и медико-биологической коррекций, позволяющей эффективнее проводить необходимые исследования.

О наборе в спортивные школы сообщается задолго до начала учебного года. Для этого используется радио, телевидение, объявления в афишах, показательные игры и соревнования воспитанников ДЮСШ, дни открытых дверей и другие формы пропаганды. В практической деятельности равное место имеют личные контакты тренеров ДЮСШ с преподавателями общеобразовательных; школ, беседы со школьниками, рекомендуемые учителем физической культуры для спортивного совершенствования. Большой эффект даст организация подготовительных групп на базе общеобразовательных школ: есть возможность просмотреть значительный контингент детей, более внимательно изучить и отобрать тех, которые обладает качественными характеристиками.

В настоящее время спортивный отбор юных футболистов осуществляется в четыре этапа:

1. Спортивная пригодность.
2. Спортивная ориентация.
3. Комплектование команды.
4. Спортивная селекция.

Начальный отбор в целом является достаточно длительным процессом, так как развитие способностей детей может значительно изменяться под воздействием тренировок даже в период первого года занятий. Поэтому, на наш

взгляд, в целях более эффективного начального отбора, его надо проводить в течение всего первого года тренировок, а иногда и до 2-х лет, подразделяя на три вида: предварительный (первичный), текущий (испытательный срок) и итоговый.

Задача первичного этапа отбора - выявить кандидатов для занятий футболом. Он длится от нескольких дней до нескольких недель.

Тренеру необходимо решить целесообразность привлечения к занятиям футболом, когда определяющими первичными критериями являются: отсутствие патологических отклонений в состоянии здоровья, хорошая координация движений и общая подвижность в естественных движениях (бег, прыжки, метание и др.).

Выбранные по этим признакам дети допускаются к участию в конкурсе-отборе. После предъявления справки о состоянии здоровья из школы. Набранный на этом этапе контингент занимающихся не прерывать контрольную цифру набора. Для отбора на этом этапе используют комплекс контрольных упражнений и игр. После отбора дети направляются для тщательного медицинского осмотра с целью точного определения паспортного, биологического и двигательного возраста и варианта развития.

Текущий отбор ставит целью оценить отношение детей к занятиям, степень овладения технико-тактическими действиями и др. В этот период испытательного срока, уточняется степень способности каждого ребенка. Очень важно на данном этапе выяснить заинтересованность мальчика и его родителей в занятиях футболом. В начале и конце испытательного срока проводится по специальной программе, сопоставляются данные испытаний, выявляются сильные и слабые стороны оценивается темп прироста результатов, характеризующие способности к обучаемости, оценивается отношение к занятиям.

Итоговый отбор позволяет решить вопрос о пригодности ребенка к занятиям, способности сочетать учебу с тренировочными занятиями.

По результатам педагогических наблюдений и контрольных испытаний отбираются наиболее способные и трудолюбивые дети.

По истечении испытательного срока производится их окончательное зачисление в школу, которое оформляется приказом по ДЮСШ.

После зачисления детей в спортшколу проводится первое обследование, в ходе которого оценивается их подготовленность. Такой контроль впервые полтора-два года необходимо осуществлять периодически. По его результатам дети классифицируются на две группы.

В процессе контроля каждый раз образуются четыре группы:

- 1 - дети, одаренность которых была определена правильно;
- 2 - дети, одаренность которых не удалось распознать и они ошибочно были отнесены к бесперспективным.
- 3 - дети, правильно отнесенные к неспособным в этом виде спорта.
- 4 - дети, которых ошибочно расценили как одаренных.

Как на первом, так и на втором этапе отбора неизбежен отсев детей, отчисление из школы они переносят болезненно, поэтому тренерам необходимо проявлять должный педагогический такт.

Тренер обязан помочь ребенку выбрать тот вид спортивной специализации, который соответствует его склонностям и индивидуальным данным. Вместе с родителями надо посоветовать ребенку переключиться на другой вид двигательной деятельности. Методика отбора для занятий футболом предполагает применение тестов для получения объективной характеристики морфологических признаков, функциональной, двигательной и психической деятельности ребенка.

Современные научные данные и передовая практика показывают, что наиболее эффективной формой подготовки является дифференцированное обучение, основанное на учете индивидуальных особенностей игроков.

Методика комплектования однородных групп заключается в том, что по результатам тестирования в одну группу отбираются и объединяются занимающиеся, у которых физические возможности значительно ниже, чем их

техничко-тактические показатели. Во вторую группу выделяются те, у которых физические данные значительно превышают технико-тактические действия.

На занятиях с детьми, отстающими в физическом развитии, отводится 60% времени на ОФП и СФП, а 40% - ТТД.

На занятиях с теми, кто отстает по технико-тактической подготовленности оправдано отводить 60-70% для работы над техникой и тактикой. Следует иметь в виду, что самая лучшая методика отбора не может гарантировать достижения юными футболистами высоких спортивных результатов. Темпы прогрессирования зависят не только от того, насколько удачно отобран футболист, но и насколько методически правильно организован его тренировочный процесс.

Хочется отметить тот факт, что дети, принимающие активное участие на занятиях по физической культуре в общеобразовательных школах заметно превосходят своих сверстников в результатах, как физических тестов, так и уровня морфофункционального созревания, что свидетельствует о важнейшем не только педагогическом, но и социальном факторе повышения качества учебно-воспитательного процесса в самый благоприятный момент времени.

ВЫВОДЫ

В результате проведенного анализа можно сделать следующие выводы.

1. Ведущим факторам подготовленности детей к занятиям футболом следует считать их способность решать определенные двигательные задачи в специальных тестах (жонглирование мячом, остановка мяча, время обводки стоек, время ведения мяча 30 м., удары мяча на дальность).

Для успешных занятий футболом существенное значение имеют и такие факторы, как физическая одаренность и функциональные возможности начинающих спортсменов.

2. При отборе в ДЮСШ целесообразно пользоваться комплексами квалитметрических и объективных оценок, так как обнаружено достаточно много связей между субъективными оценками подготовленности начинающих спортсменов и результатами, показателями их в тестах.

3. Наиболее эффективной формой подготовки юных футболистов является комплектование однородных групп по результатам проведенных тестирований. На занятиях с детьми, отстающими в физическом развитии, целесообразно отводить 60% времени на ОФП и СФП, а 40% - ТТД.

4. В процессе отбора ведущие тренеры выделяют четыре группы детей:

- а) дети, одаренность которых была определена правильно.
- б) дети, одаренность которых не удалось распознать и они ошибочно были отнесены к бесперспективным
- в) дети, правильно отнесенные к не способным в этом виде спорта
- г) дети, которых ошибочно расценили как одаренных.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адов Б.А., Портных Ю.И. Научные основы физического воспитания и спорта // Сб. научных работ. - 2006 - С. 3-5.
2. Азаров И. В. Темпы прироста скоростно-силовых качеств у младшего и среднего школьного возраста в связи с критическими периодами развития двигательной функции: Омск, 1993. - 22 с.
3. Александров Ю. А. Динамика некоторых показателей функционального состояния футболистов высшей лиги в круглогодичном цикле подготовки // Пути повышения эффективности подготовки спортсменов: Сб. трудов. - Л, 2000. - С. 123-126.
4. Акрамов В.А. О спортивной технике и путях ее совершенствования // Теория и практика физической культуры 1996.-№1.
5. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании.-М.: Физкультура и спорт, 1978.- 223 с.
6. Баландин В.И. Прогнозирование в спорте - М. Физкультура и Спорт, 1986.-125 с.
7. Баженов В.В., Тюленьков С. Ю., Барина С. В. Оценка скоростной выносливости в системе комплексного контроля за подготовкой юных футболистов // Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов: Тез. Докл. IX Всесоюзной конф.-М., 1984. -С. 63-64
8. Бальсевич В.К. Проблемы физического воспитания младших школьников // Советская педагогика . - 1983. - № 8. - С. 23-24.
9. Бальсевич В. К., Запорожанов В. А. Обучение спортивным движениям . - Киев, 1996.-С. 13-15.
10. Барамидзе А. М. Построение тренировки в подготовительном периоде футболистов высокой квалификации: Автореф. дис... канд. пед. наук. - М., 1990. - 23 с.
11. Бахрах И. И., Дорохов Р. Н., Попов И. М. Спортивно-медицинские аспекты отбора и ориентации.- Смоленск, 1978.-164 с.

12. Беляков А. И. Анализ структуры и содержания подготовительного периода отдельных команд высшей лиги // Футбол: Ежегодник. - М., 1981. - С.
13. Бойченко Б. Ф. Поиск методов отбора юных футболистов // Теория и практика физической культуры. - 1984. - № 6. - С.16-17
14. Бондаревский Е. Я. и др. Статистическое распределение результатов физической подготовленности студентов // Теория и практика физической культуры. - 1976. - №3. - С.50-54.
15. Бондаревский Е. Я. и др. Исследование зависимости результатов физических упражнений от морфофункциональных особенностей детей школьного возраста // Теория и практика физической культуры. - 1966. - № 10. - С. 36-36. 29.
16. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх. - М.: Физкультура и спорт, 1980. - 127 с. 93
17. Волков В. М. Филин В. П. Спортивный отбор, - М.: Физкультура и спорт, 1983.-176 с.
18. Годик М. А. Контроль в процессе спортивной тренировки. Подготовка футболиста. - М: Физкультура и спорт, 1977. - С. 18-29.
19. Годик М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - : Физкультура и спорт, 1980. -136 с
20. Губа В.П. Влияние дифференцированного физического воспитания на морфофункциональные показатели детей и подростков //Состояние гигиеническое воспитание, физическое развитие и адаптация к физическим нагрузкам учащихся и студентов: Тезисы доклада на областной научно-практической конференции. - Смоленск, СГМИ. 988.-С. 16-18.
21. Губа В. П. Морфофункциональные параметры отбора юных футболистов // Морфофункциональные особенности юных спортсменов: Сб. науч. тр. - Смоленск, 1984. - С. 38-40.
22. Губа В. П., и др. Экспериментальное сравнение методов обучения технике удара ногой у юных футболистов // Теория и практика физической культуры. -1984. - №. 6. - С. 29-30.

23. Гужаловский А.А. Тренировка как педагогический процесс управления физическим состоянием юного спортсмена. /Педагогика, психология. Сборник научных тезисов. - М.,1974.
24. Гужаловский А. А. Развитие двигательных качеств у школьников - Минск: Народная асвета, 1978. - 88 с.
25. Гужаловский А. А. Темпы роста физических способностей как критерий отбора юных спортсменов // Теория и практика физической культуры, 1979. - №9,- С. 28-31. В.М. Физические качества спортсмена. - М.: Физкультура и ,1979.-199 с.
26. Зациорский В.М., Булгакова Н.Ж. Теоретические и метрологические основы отбора в спорте: Учебное пособие для слушателей УСО и ВШТ. М.: ГЦОЛИФК, 1980. - 41 с.
27. Зеленцов А.М., и др. К вопросу об управлении развития физических качеств футболиста в подготовительном периоде // Управление Спортивной тренировкой.- Киев, 1974. - С. 54 - 58.
28. Козловский В. И. Квалиметрическая оценка технико-тактических действий футболистов//Теория и практика физической культуры.-1991.№10.- с.38-40
29. Левин В. С. и др. Значение и оценка соревновательной деятельности в информационном обеспечении подготовки футболистов// Средства и методы информационного обеспечения в спортивных и подвижных играх.-Малаховка, 1998.-с.70-76
30. Макаренко В. Г. Управление физической подготовленностью юных футболистов на основе модельных характеристик: Автореф. Дис.канд. пед.наук.-М.: 1982.-23 с.
31. Макаренко В. Г., Выжгин В. А. Вопросы отбора и комплектования сборных команд по футболу: Сб научных трудов. Волгоград: БГИФК.-1985.- С.26-38

32. Набатникова М. Я., Хордин А. В., Перспективы исследований проблем юношеского спорта//Теория и практика физической культуры.-1979.- №7.С.28-30
33. Никитюк Б. А. Морфология человека. - М., 1983. с. 27-30
- Никитюк Б. А., Гладышева А. А. Анатомия и спортивная морфология. - М.: Физкультура и спорт, 1989.с.-138-167
34. Озолин Н. Г. Двигательные представления в обучении спортивной технике//Теория и практика физической культуры.1970.-№9.-с. 16-17
35. Пидорц А. М., А. Н. Казаченков Особенности проявления специальных координационных способностей квалифицированных спортсменов//Теория и практика физической культуры.-1998.-№5.-с.21-22
36. Сабах М. М. Структура и динамика двигательных качеств футболистов на разных этапах совершенствования спортивного мастерства: Автореф.Дис.канд. пед. Наук.-Киев, 1984, 25 с.
37. Сучилин А. А., Лаптев А. П. Система комплексного контроля для управления подготовкой юных футболистов//Теория и практика физической культуры.-1978.-№10.-с.43-46
38. Тюленьков С. Ю. Кровообращение в конечностях и состояние кислотно-щелочного равновесия крови у футболистов разного возраста. Автореф дис. канд биол. наук—Тарту-1981. - 25 с.
39. Тюленьков С Ю. Методика оценки физической работоспособности футболистов высокой квалификации //Футбол: Ежегодник. - М., 5. - С. 50-54.
40. Тюленьков С. Ю., и д.р.. Становление и развитие научных исследований в области футбола // Сб. науч. трудов, посвящ. 60-летию ВНИИФКа. - М., 1993. - С 372-377.
41. Тюленьков С. Ю. Статистический анализ сердечного ритма, как основа экспресс-диагностики состояния организма футболистов //Вестник спортивной медицины. - М., 2003. - № 2,3,4. - С. 15-18.

42. Тюленьков С. Ю., Горяев В. Я, и др. Сравнительный анализ показателей технико-тактической деятельности команд – участниц турнира чемпионата мира по футболу 1990 г: Метод, рекоменд.-М., 2001. - 27 с.

43. Тюленьков С. Ю. и др. Эффективность методов тренировки в условиях короткосрочных этапов подготовки футболистов: Метод. рекоменд. - М., 1991. - 25 с.

44. Федоров А. А., Тюленьков С. Ю Научно-методические основы подготовки футболистов в залах: Метод, пособие для тренеров. - М.,2005. – 102 с

45. Филин В. Г. Воспитание физических качеств у юных спортсменов.- М.:Физкультура и спорт, 1974.-230с.

46. Филин В. П. Теория и методика юношеского спорта.-М.:Физкультура и спорт, 1987.-130с.

47. Шестоков М. М., Золотарев А. П. Особенности построения учебно-тренировочного процесса квалифицированных футболистов в подготовительном периоде: Учебно-методич. пособие-Краснодар,2000.-45с.