

СОМАТИЧЕСКИЕ ТИПЫ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПЛАВАНИЕМ, СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКОЙ, АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕЙ

Проблема совершенствования спортивного отбора является одной из основных теоретических и прикладных медико-биологических проблем физической культуры и спорта. Развитие теории спортивного отбора влияет на уровень спортивных достижений и на развитие спортивной науки в целом.

Целью спортивной деятельности является достижение максимально возможных для конкретного индивидуума результатов. Рост показателей в большинстве видов спорта, в том числе в гребле и плавании, требует дальнейшего поиска надежных путей и способов оценки индивидуальных возможностей занимающихся.

Среди показателей, определяющих успешность выступления в гребле, плавании и акробатике, одно из основных мест занимают показатели телосложения, которые учитываются при спортивном отборе на различных этапах многолетней подготовки, выборе способа и дистанции плавания, комплектовании экипажей, наладке посадочного места в гребле, выборе партнеров в акробатике и т.д.

Такие показатели, как тотальные размеры тела, его пропорции, особенности телосложения, соматотип, существенно влияют на физическую работоспособность, соревновательную деятельность, выбор спортивной специализации. Они имеют высокую наследственную обусловленность, что наряду с учетом психологических, физиологических, биохимических факторов дает возможность определить перспективность спортсменов.

Как показывают исследования, показатели телосложения оказывают существенное влияние на формирование индивидуального стиля гребли и плавания [3, 1], на совершенствование техники гребковых движений [5], физическую работоспособность атлетов и их спортивные достижения [4].

В контексте решения проблемы совершенствования отбора и спортивной ориентации показатели телосложения привлекают к себе все большее внимание специалистов, как в нашей стране, так и за рубежом.

Таблица 1 – Распределение соматических типов спортсменок занимающихся акробатикой, плаванием и академической греблей по возрастам

Сомато- типы Возраст (л ет)	Специализация	n	MaC		MeC		MeMaC	
			n	%	n	%	n	%
7	акробатика	20	4	20,00	16	80,00	-	-
8	акробатика	26	9	34,61	15	65,39	-	-
9	акробатика	28	8	28,57	20	71,43	-	-
10	акробатика	23	6	26,08	17	73,92	-	-
	плавание	24	-	-	12	50,00	12	50,00
11	акробатика	20	4	20,00	16	80,00	-	-
	плавание	35	4	22,43	30	85,71	1	2,86
12	акробатика	19	6	31,57	13	68,43	-	-
	плавание	28	7	25,00	20	71,43	1	3,57
13	акробатика	21	6	28,57	15	71,43	-	-
	плавание	16	4	25,00	11	68,75	1	6,25
	академическая гребля	20	12	60,00	6	30,00	2	10,00
14	акробатика	23	6	26,08	17	73,92	-	-
	плавание	21	4	19,05	16	76,19	1	4,76
	академическая гребля	26	18	69,24	4	15,38	4	15,38
15	акробатика	29	3	10,34	26	89,66	-	-
	плавание	11	4	36,36	5	45,45	2	18,18
	академическая гребля	43	30	69,76	5	11,62	8	18,62
16	акробатика	24	2	8,33	22	91,67		
	плавание	7	5	71,43	-	-	2	28,57
	академическая гребля	56	45	80,35	5	8,92	6	10,73

17	акробатика	21	1	4,76	20	95,24	-	-
	плавание	20	10	50,00	5	25,00	5	25,00
	академическая гребля	40	35	87,50	4	10,00	1	2,50
18	акробатика	20	-	-	17	85,00	3	15,00
	плавание	20	10	50,00	5	25,00	5	25,00
	академическая гребля	32	30	93,75	2	6,25	-	-
19	академическая гребля	28	27	96,42	1	3,58	-	-
20	академическая гребля	30	30	100,0	-	-	-	-

Для оценки соматического типа спортсменок нами использована схема Р.Н. Дорохова [2]. В основу диагностики соматического типа детей и подростков этот автор положил учет развития тотальных размеров тела (длины и массы тела), которые характеризует физическое состояние детей, а так же стадии формирования половых

признаков. Оценка соматотипа основана на определении в баллах длины и массы тела по внутригрупповой шкале для каждой возрастной группы.

Всего обследовано 731 спортсменка по квалификации от новичков до ЗМС.

Результаты собственных исследований. Распределение соматических типов среди обследованных нами спортсменок, занимающихся плаванием, акробатикой, академической греблей по возрастным группам, представлено в таблице 1. Спортсменки, занимающиеся плаванием в 10-летнем возрасте представлены мезосоматическим «МеС» и переходным мезо-макросоматическим «МеМаС» типами (50% и 50%), в этом возрасте макросоматический тип «МаС» отсутствует.

С 11-летнего возраста происходит процентное увеличение количества спортсменок, представленных макросоматическим типом развития «МаС» (22,43%) и в

16 лет достигает 71,43%, при некотором снижении в 14 лет (19,05%) и снижении процентного распределения мезосоматического типа «МеС» с 85,71% - в 11 лет, до 25%

- в 17 и 18 лет. Переходный мезо - макросоматический тип представлен во всех возрастных группах с 50% в 10-летнем возрасте с понижением этого показателя до 14 лет и некотором увеличении к 17-18 годам. Микросоматический тип «МиС» у спортсменок, занимающихся плаванием во всех возрастных группах не встречается.

Во всех возрастных группах у спортсменок, занимающихся акробатикой преобладает мезосоматический тип «МеС», частота которого у акробаток 7-18 лет увеличивается от 65,39 до 95,24 %. Микросоматический тип «МиС» имеет обратную тенденцию: частота его уменьшается у спортсменок 7-18 лет от 34,61 до 0 %. Макросоматический «МаС» тип у девушек, занимающихся спортивной акробатикой встречается лишь в возрасте 18 лет.

Во всех возрастных группах у спортсменок, занимающихся академической греблей преобладает макросоматический, тип «МаС» с увеличением его частоты встречаемости от 13 до 20 лет (с 60 % до 100 %). Мезосоматический тип «МеС» имеет обратную тенденцию, распределение частоты встречаемости в этом возрастном интервале уменьшается с 30 % до 0 %. Встречаемость переходного мезо - макросоматического типа «МеМаС» увеличивается к 14-15 годам, а затем снижается к 18 годам до 0 % и в дальнейшем не встречается. Микросоматический тип «МиС» у этих спортсменок отсутствует во всех возрастных группах.

Выводы. Таким образом, у спортсменок специализирующихся в плавании наиболее часто встречается мезосоматический «МеС» и макросоматический «МаС» типы. Резервом при ориентации и отборе в плавание является переходный мезо - макросоматический тип «МеМаС», который отличается некоторым отставанием биологического развития.

У спортсменок занимающихся акробатикой преобладает мезосоматический тип «МеС», частота встречаемости от 65,39 до 95,24 %.

У спортсменок, специализирующихся в академической гребле, наиболее часто встречается макросоматический тип «МаС» (82.54%), рекомендуемый как наиболее информативный морфологический критерий при начальном отборе в академическую греблю. Резервом при отборе в академическую греблю является спортсменки с мезомакросоматическим типом («МеМаС»), которые отличаются некоторым отставанием биологического развития.

Литература

1. Булгакова, Н.Ж. Отбор и подготовка юных пловцов: М.: Физкультура и спорт, 1986. - 190 с.

2. Дорохов, Р.Н. Алгоритм оценки соматического типа детей и подростков для ориентации в виды спорта / Методическое письмо. – Смоленск, 1980. – 21с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

3. Жмарев, Н.В. Факторы, определяющие рост спортивных результатов в гребле

// Тренировка гребца. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - С. 6-11.

4. Мартиросов, Э.Г. Соматический статус и спортивная специализация: Автореф. дис. ... докт. биол. наук в виде научного доклада. - М.: 1998. – 87с.

5. Шведов, А.М. Кратко о современных основах техники академической гребли // Гребной спорт: Ежегодник.- М.: Физкультура и спорт, 1980. - С.55-65.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ