

Критерии отбора детей в прыжках на батуте

О.В. ОСИПЕНКО, Г.И. НАРСКИН, В.А. МИХАЛЕВИЧ

Статья посвящена определению критериев отбора детей в группы начальной подготовки прыжков на батуте. Опрос ведущих специалистов убедил в необходимости расширения исследуемых показателей по общей физической подготовке тестами по психомоторике. Намечены пути совершенствования комплексного отбора детей для наполнения учебно-тренировочных групп.

Ключевые слова: прыжки на батуте, комплексный отбор, психомоторика, группы начальной подготовки.

The article is devoted to the determination of the criteria for the selection of children in the groups of initial trampoline jumping training. The leading experts' survey convinced of the need to expand the studied indicators for general physical training with psychomotorics tests. The ways of improving the complex selection of children for filling training groups are outlined.

Keywords: trampoline jumping, complex selection, psychomotorics, initial training groups.

Введение. На современном этапе развития спорта многие теоретики и практики повышение мастерства спортсменов связывают, как правило, с совершенствованием учебно-тренировочного процесса. При этом, анализ практики спортивных достижений показывает, что основа высших и стабильных результатов во многих видах спорта закладывается в детском и юношеском возрасте.

Прыжки на батуте являются зрелищным, «полетным», завораживающим видом спорта, который впервые был представлен на XXVII Олимпийских играх в Сиднее, где были разыграны медали в индивидуальных соревнованиях среди мужчин и женщин. Уже тот факт, что он является олимпийским видом спорта, повышает значимость научных исследований по проблеме спортивной подготовки батутистов.

Ряд специалистов (Л.П. Сергиенко (2013); С.Е. Бакулев (2012); Н.Ж. Булгакова (2000)) считают, что способности детей к определенной спортивной деятельности можно выявить в раннем возрасте, при этом можно констатировать, что изучению этой проблемы в специальной литературе отводится крайне мало места. В этой связи экспериментальное обоснование методики отбора из групп начальной подготовки в группы спортивной специализации является актуальной в прыжках на батуте [1], [2], [3].

Основная цель отбора сводится к определению соответствия между специфическими требованиями конкретного вида спорта, определенными способностями и узкой специализацией, необходимой для высокого спортивного результата в будущем [4], [5].

Следует отметить, что отбор в спорте необходимо рассматривать как многолетний управляемый педагогический процесс, а не разовое явление [6].

В отечественной и зарубежной литературе наблюдается крайне мало исследований, которые всесторонне раскрывают содержание и организацию отбора в прыжках на батуте. При этом, не решен вопрос к предпочтению выбора тестов по комплексной оценке компонентов общей и специальной подготовленности на начальных этапах спортивной тренировки, где возможно определение перспективности начинающих батутистов. В связи с этим, экспериментальное обоснование отбора детей из групп начальной подготовки в учебно-тренировочные группы является актуальной задачей как для теории, так и для практики прыжков на батуте.

По анализу научно-методической литературы можно выделить основные признаки классификации прыжков на батуте как вида спорта, среди которых: динамические упражнения с вращениями, с удержанием равновесия; индивидуальные и командные (синхронные) прыжки. Упражнения выполняются в безопорном положении с преимущественными вращениями в горизонтальной и вертикальной плоскостях. Отгалкивание проводится с неустойчивой опоры (сетка).

Следует отметить, что ведущая способность батутиста – высокий уровень развития координации, которая позволяет прыгуну быстро, точно, целесообразно и экономно решать

двигательные задачи, овладевать большим запасом движений для объединения их в сложные комбинации при организации управления движениями, а также других психомоторных способностей, выступающих факторами успешности батутиста.

Необходимо подчеркнуть, что прыжки на батуте, являясь сложнокоординационным видом спорта, предъявляют исключительно высокие требования к психике спортсмена и основаны на тончайших элементах движений, где требуется отменная выдержка и концентрация внимания. Развитие координационных возможностей опираются на ловкость и гибкость. Освоение принципиально новых сложных движений зависит от моторики и психологического обеспечения тренировочного процесса [7].

Управление движениями в прыжках на батуте требует развития специализированных восприятий (чувств): времени, темпа, ритма, пространства, снаряда (батута) и других, а также зрительно-моторной координации, высокого уровня бокового глазомера в синхронных прыжках. При многократном повторении элементов в тренировке батутиста необходимы: настойчивость, терпеливость, исполнительность, а при разучивании рискованных элементов – смелость.

Еще одной характерной особенностью прыжков на батуте является то, что соревновательная программа не позволяет спортсменам непосредственно влиять на выступление соперников, создает условия неопределенного представления о результате, связанного с субъективной оценкой судей, это предъявляет повышенные требования к самоконтролю и самонаблюдению. Необходимо отметить, что работа в синхронной паре предусматривает их совместимость по психофизиологическим и психологическим признакам.

Изучение Программы для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва по прыжкам на батуте (далее – Программа) показало [8], что в системе отбора на начальных этапах подготовки предусматривается только проведение тестирования развития физических качеств и тестов по гимнастике и акробатике. Однако, проведенное нами анкетирование ведущих тренеров Республики Беларусь по прыжкам на батуте по информативности батареи тестов, предусмотренных в Программе для определения перспективности и дальнейшей работы с юными батутистами, показало, что большинство тренеров-практиков не удовлетворены направлениями отбора юных батутистов, а необходимость разработки новых подходов к отбору считают актуальным и необходимым [9].

В батарею тестов были включены общепринятые тесты для определения уровня развития физических качеств (согласно государственной Программе по прыжкам на батуте. Среди них: мост из положения стоя, шпагат продольный, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, приседание, поднимание ног в висе на гимнастической стенке, бег 10 м с высокого старта. А также тесты для определения психомоторных процессов батутистов, согласно мнению тренеров-практиков, на основании анкетного опроса.

Среди них:

1. Проба Ромберга. Методика проведения тестирования. При изучении координационной функции нервной системы использовались статические координационные пробы. При выполнении простой пробы Ромберга испытуемый стоял с опорой на две ноги (пятки вместе, носки немного врозь), глаза закрыты, руки вытянуты вперед, пальцы несколько разведены. Определяется время и степень устойчивости (неподвижно стоит исследуемый или покачивается) в данной позе, а также обращают внимание на наличие дрожания – тремора – век и пальцев рук.

2. Волевые качества. Предложенный тест позволил оценить различные показатели волевых качеств юных спортсменов. Принимая продолжительность физической монотонной работы в качестве ведущего показателя, определяется уровень качеств воли.

Методика проведения тестирования. Спортсмен встает перед мячом, положение рук – произвольно, одновременно поднимая обе ноги, перепрыгивает через мяч, поворачивается на 180 % и снова прыгает. Упражнение выполняется многократно до отказа самим ребенком.

3. Концентрация внимания (по методике Пьерона-Рузера). Методика проведения тестирования. Для оценки распределения и переключения внимания юного спортсмена в методике было предназначено задание. В задании показывали и объясняли геометрический рисунок. Работа заключалась в том, чтобы в каждой геометрической фигуре (треугольник, кружок, квадрат, ромбик) спортсмен должен был поставить тот знак, который задан на образце (черту, галочку, точку или плюс). Испытуемые работали в течение 2 минут, выполняя задание. Геометрические фигуры, не помеченные соответствующими знаками, а так же неправильно представленные или пропущенные знаки считались ошибками.

4. Чувство ритма (выявление уровня сформированности метроритмической способности). Методика проведения тестирования. Педагог прохлопывает произвольный ритм и предлагает ребёнку повторить, прохлопать в ладоши ее метрический рисунок.

5. Проба Яроцкого. Для оценки состояния вестибулярного анализатора используют простые координационные и вращательные пробы, где имеет место повышенное раздражение вестибулярных рецепторов. Среди вращательных проб самой простой является проба Яроцкого.

Методика проведения тестирования. Спортсмен выполняет вращательные движения головой в одну сторону со скоростью 2 вращения в 1 секунду. По времени, в течение которого обследуемый в состоянии выполнить эту пробу, сохраняя равновесие, судят об устойчивости вестибулярного анализатора.

6. Творческое мышление (беглость, гибкость творческого мышления). Методика проведения тестирования. Использовалась модификация тестов Гилфорда и Торренса. При составлении тестирования мы опирались на факторы, установленные в исследованиях Гилфорда. Беглость (легкость, продуктивность) – этот фактор характеризует беглость творческого мышления и определяется общим числом ответов. Гибкость – фактор характеризует гибкость творческого мышления, способность к быстрому переключению и определяется числом классов (групп) данных ответов. Тесты проводились как индивидуально, так и в группе. Для того чтобы избежать беспокойства испытуемых и создать благоприятную психологическую атмосферу, работу с тестами называют занятиями. В предварительной инструкции, которая дается в свободной форме, мы просили испытуемых предложить как можно больше разнообразных ответов на вопросы, проявить свой юмор и воображение, постараться придумать такие ответы, которые не сможет придумать никто другой. Тесты предназначены для возрастной группы от 5 до 15 лет.

Субтест 1. Использование предметов (варианты употребления).

В инструкции было дано задание: газета используется для чтения. Ты же можешь придумать другие способы ее использования. Что из нее можно сделать? Как ее можно еще использовать? Инструкция зачитывалась устно. Время выполнения субтеста – 3 минуты. При индивидуальной форме проведения все ответы дословно записывались. При групповой форме проведения ответы записывали сами испытуемые. Время фиксировалось после прочтения инструкции.

Субтест 2. Последствия ситуации.

В инструкции было дано задание: перечислить различные последствия гипотетической ситуации. Вообрази, что случится, если животные и птицы смогут разговаривать на человеческом языке. Время выполнения субтеста – 3 минуты.

Субтест 3. Слова.

Субтест проводился индивидуально. Необходимо было придумать слова, которые начинаются или оканчиваются определенным слогом.

Инструкция:

1 часть. Придумай слова, которые начинаются на слог «по», например «полка». На ответ дается 2 минуты.

2 часть. Придумай слова, которые оканчиваются слогом «ка», например «сумка».

На ответ дается 2 минуты. Время выполнения всего субтеста – 4 минуты.

Оценка общефизической и психомоторной подготовленности юных батутистов осуществлялась по сумме баллов шести исследуемых параметров общей физической подготовки и шести параметров психомоторики. Каждый тест оценивался от 1 до 5 баллов, согласно общепринятой Программы] (таблица 1) [8, с. 41].

Таблица 1 – Суммарная оценка развития общей физической подготовленности батутистов

Сумма баллов	Уровень развития
26–30	отличный
21–25	хороший
16–20	удовлетворительный
15 и меньше	неудовлетворительный

Исследования проводились нами в группах начальной подготовки СДЮШОР-4 г. Го-
меля первого (n = 10), второго (n = 15) и третьего (n = 15) годов обучения (таблицы 2, 3, 4).

Таблица 2 – Результаты тестирования уровня общефизической и психомоторной подготовленности батутистов 1 года обучения

ФИО	Общая физическая подготовка								Психомоторные показатели							
	Мост из положения стоя	Шагак продольный	Отжимание в упоре лежа	Приседания	Углы на гимнастической стенке (30 сек.)	Бег 10 м	Сумма баллов	Уровень развития	Проба Ромберга	Волевые качества	Концентрация внимания	Чувство ритма	Проба Яроцкого	Творческое мышление (беглость, гибкость)	Сумма баллов	Уровень развития
Г-й	5	3	3	5	3	1	20	уд	3	5	1	1	3	3	16	уд
Л-а	5	5	3	5	5	5	28	отл	4	5	5	3	5	4	26	отл
П-я	5	5	1	3	4	5	23	хор	4	1	1	3	5	4	18	уд
П-в	5	3	2	3	5	5	23	хор	4	1	5	3	5	2	20	уд
С-к	5	5	1	5	2	5	23	хор	4	5	5	3	5	4	26	отл
С-в	5	5	5	5	5	5	30	отл	5	5	5	5	2	3	25	хор
Ф-о	4	5	3	1	5	5	23	хор	2	3	5	1	3	4	18	уд
В-а	4	2	2	4	5	2	19	уд	4	3	5	5	5	4	26	отл
Ш-ч	5	5	3	3	4	2	22	хор	4	4	5	3	4	5	25	хор
Н-й	4	5	5	5	4	5	28	отл	3	4	3	2	3	3	18	уд

Таблица 3 – Результаты тестирования уровня общефизической и психомоторной подготовленности батутистов 2 года обучения

ФИО	Общая физическая подготовка								Психомоторные показатели							
	Мост из положения стоя	Шагак продольный	Отжимание в упоре лежа	Приседания	Углы на гимнастической стенке (30 сек.)	Бег 10 м	Сумма баллов	Уровень развития	Проба Ромберга	Волевые качества	Концентрация внимания	Чувство ритма	Проба Яроцкого	Творческое мышление (беглость, гибкость)	Сумма баллов	Уровень развития
Б-й	5	5	5	5	5	5	30	отл	2	1	4	5	2	3	17	уд
М-а	5	5	4	4	5	4	27	отл	3	2	5	5	5	3	23	хор
А-а	5	5	4	4	5	4	27	отл	2	3	5	4	2	2	18	уд
Б-б	5	5	3	5	5	4	27	отл	4	4	5	5	3	3	24	хор
М-а	5	5	5	5	4	5	29	отл	1	4	3	4	2	2	16	уд
П-ч	5	5	4	5	5	5	29	отл	3	2	4	5	4	3	21	хор
Ж-о	5	5	4	5	5	4	28	отл	3	3	3	5	2	3	19	уд
К-о	5	5	3	5	5	3	26	отл	3	1	4	2	2	3	15	неуд
А-к	5	5	1	4	5	3	23	хор	3	2	2	4	3	3	17	уд
Л-а	5	5	3	4	5	5	27	отл	3	2	5	5	2	1	18	уд
Б-а	5	5	3	3	5	5	26	отл	3	5	5	5	1	2	21	хор
Б-а	5	5	4	4	5	4	27	отл	3	1	4	2	2	2	14	неуд
К-а	5	5	5	5	5	3	28	отл	5	3	5	1	3	3	20	уд
О-о	4	3	4	3	5	5	24	хор	5	4	2	4	3	2	20	уд
П-к	5	5	3	4	5	5	27	отл	3	5	5	5	3	1	22	хор

Таблица 4 – Результаты тестирования уровня общефизической и психомоторной подготовленности батутистов 3 года обучения

ФИО	Общая физическая подготовка								Психомоторные показатели							
	Мост из положения стоя	Шагак продольный	Отжимание в упоре лежа	Приседания	Углы на гимнастической стенке (30 сек.)	Бег 10 м	Сумма баллов	Уровень развития	Проба Ромберга	Волевые качества	Концентрация внимания	Чувство ритма	Проба Яроцкого	Творческое мышление (беглость, гибкость)	Сумма баллов	Уровень развития
В-а	5	5	5	5	5	4	29	отл	5	4	3	5	5	2	24	хор
П-а	5	5	4	5	5	4	28	отл	5	4	3	4	5	2	23	хор
Па-а	5	5	5	4	5	5	29	отл	4	4	5	4	5	2	24	хор
Р-а	4	5	3	3	5	5	25	хор	5	4	5	4	5	3	26	отл
Т-а	5	5	5	4	5	5	29	отл	5	4	5	5	4	3	26	отл
Д-я	5	5	5	5	5	4	29	отл	5	3	5	5	4	2	24	хор
М-о	5	5	5	5	5	5	30	отл	5	5	4	5	5	1	25	хор
Г-ч	5	5	5	5	5	5	30	отл	5	5	4	5	5	2	26	отл
Б-ь	5	5	4	4	5	5	28	отл	5	4	4	5	5	2	25	хор
Ж-к	5	5	4	5	5	5	29	отл	4	4	5	5	5	1	24	хор
Я-а	5	5	3	5	5	3	26	отл	4	5	4	5	4	3	25	хор
С-в	5	5	4	5	5	4	28	отл	5	5	3	5	5	3	26	отл
Ш-й	5	5	4	5	5	4	28	отл	4	5	5	5	4	2	25	хор
Б-и	5	5	4	5	5	4	28	отл	4	5	5	5	5	1	25	хор
М-о	5	5	4	5	5	5	29	отл	4	4	5	5	5	1	24	хор

Из полученного материала следует, уровень общефизической подготовки и психомоторики занимающихся батутистов в группах начальной подготовки по годам обучения не всегда совпадают.

Так, в группе НП первого года обучения можно констатировать: 30 % – отличный; 50 % – хороший 20 % – удовлетворительный уровень общей физической подготовленности. При этом, по состоянию психомоторики этот уровень выглядит следующим образом: 30 % – отличный; 20 % – хороший и 50 % – удовлетворительный. Необходимо подчеркнуть, что не всегда эти уровни совпадают у одного и того же занимающегося (таблица 2).

Анализ проведенного тестирования в группе НП второго года обучения выявил следующее соотношение: уровень общефизической подготовленности – 87 % – отличный и 13 % – хороший, Однако, уровень психомоторики в этой группе такой: отличных показателей не зафиксировано, хороших – 33 %, удовлетворительных – 54 % и неудовлетворительных – 13 % (таблица 3).

В свою очередь, анализ показанных результатов в группе НП третьего года обучения зафиксировал следующее соотношение: уровень общефизической подготовленности – отлично – 93 % и хорошо – 7 %; уровень психомоторики – отлично – 27 % и хорошо – 73 % (таблица 4).

Заключение. В результате проведенного исследования и анализа полученных данных можно сделать ряд выводов.

Во-первых, не всегда уровень общефизической подготовки совпадает с уровнем психомоторных реакций юных батутистов.

Во-вторых, тестирование в группе НП второго года обучения показало, что при высоком уровне общей физической подготовки (87 % отличных и 13 % хороших отметок) уровень психомоторных процессов находятся на низком уровне (только 33 % хороших оценок, при этом, 56 % – удовлетворительных и даже 13 % – неудовлетворительных, отличные оценки отсутствуют). По-видимому, объем и интенсивность направленных средств подготовки на

втором году обучения требует серьезной коррекции. Чего не скажешь об итоговых результатах батутистов 3 года обучения, где, кроме высокого уровня общефизической подготовки (93 % – отличных, 7 % – хороших оценок и отсутствие удовлетворительных), можно с удовлетворением отметить результаты психомоторных процессов (27 % – отличных, 73 % – хороших и отсутствие удовлетворительных показателей). Следует отметить, что организация тренировочных занятий батутистов на третьем году обучения находится на должном уровне и это немаловажно для подготовки узко ориентированных спортсменов в учебно-тренировочных группах для повышения уровня спортивного мастерства в последующие годы.

В-третьих, предложенный нами подход к дополнительному тестированию психомоторных показателей батутистов позволяет всесторонне подойти к качественному отбору молодых спортсменов для повышения спортивного мастерства, а также рекомендовать в другие виды спорта.

Таким образом, с учетом изложенного полагаем, что предложенная методика отбора детей в прыжках на батуте может быть использована на практике тренерами для качественного отбора в учебно-тренировочные группы.

Литература

1. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор : теория и практика : монография / Л. П. Сергиенко. – М. : Советский спорт, 2013. – 1048 с. : ил. (Серия «Спорт без границ»).
2. Бакулев, С. Е. Прогнозирование индивидуальной успешности спортсменов-единоборцев с учетом генетических факторов тренируемости : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / С. Е. Бакулев – СПб., 2012. – 49 с.
3. Булгакова, Н. Ж. Отбор и ориентация пловцов в системе многолетней подготовки / Н. Ж. Булгакова, В. Н. Платонов // Плавание. – Киев, 2000. – С. 150–188.
4. Пилюк, Н. Н. Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика) : курс лекций для студентов 3–4 курса / Н. Н. Пилюк, Г. М. Свистун, Н. В. Берселовская [и др.]. – Краснодар : ФГБОУ ВПО КГУФК СТ, 2015. – Ч. 2. – 163 с.
5. Платонов, В. Н. Периодизация спортивной тренировки : Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2013. – 62 с.
6. Тихомиров, А. К. Управление тренировкой в спорте : монография / А. К. Тихомиров. – Малаховка : МГАФК, 2010. – 460 с.
7. Попов, А. Л. Преимущество субъективности и объективности оценок результатов в избранном виде спорта при освоении психологии студентами физкультурного вуза / А. Л. Попов, Н. С. Шумова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 6. – С. 12–14.
8. Прыжки на батуте. Программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / ГУ РУМЦ ФВН. – Минск, 2007. – 103 с.
9. Осипенко, О. В. Первичный отбор в прыжках на батуте: мнения специалистов / О. В. Осипенко, Г. И. Нарскин // Мир спорта. – 2021. – № 2. – С. 86–90.