

577.47
302

ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

СЕМЕНОВА Галина Ивановна

УДК 796.072.2/077/:79-053.2

ФИЗИКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ШКОЛЬНИКОВ
С УЧЕТОМ СПЕЦИФИКИ СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

13.00.04 - теория и методика физического воспитания
и спортивной тренировки

Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Фел

Омск - 1985

Работа выполнена в Омском государственном институте физической культуры

Научный руководитель доктор биологических наук,
кандидат педагогических наук, профессор
Бальсевич В.К.

Официальные оппоненты доктор педагогических наук, профессор
Парфенов В.А.

кандидат педагогических наук Борисов Д.В.

Ведущая организация Литовский государственный институт физической культуры

Защита состоится ²⁷ "27" ~~апреля~~ 1986 г. в 14 часов на заседании специализированного совета К 046.06.01 в Омском государственном институте физической культуры по адресу: 644063, г. Омск, ул. Масленникова, 144

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Омского государственного института физической культуры

Автореферат диссертации разослан ²⁰ "20" ~~апреля~~ 1986 г.

Ученый секретарь
специализированного совета *Кравчук* Кравчук А.И.

БИБЛИОТЕКА
Литовский гос. ин-т физ. культуры

109071

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИССЕРТАЦИИ

Актуальность темы исследования. Дальнейшее развитие детско-юношеского спорта в сельской местности во многом обуславливается успешностью научной разработки проблемы спортивной ориентации, поскольку без ее разрешения невозможно обеспечить привлечение юных спортсменов к систематическим занятиям теми видами спорта, в которых они смогут добиться наибольших успехов. Между тем, до сих пор отсутствуют данные научных исследований и литературные материалы, раскрывающие технологию спортивной ориентации сельских школьников, тем более с учетом специфики региона Западной Сибири. Поэтому следует считать актуальным разработку проблемы физкультурно-спортивной ориентации школьников с учетом специфики сельской местности.

Работа выполнена в соответствии с проблемой 2.3.3. Сводного плана НИР по физической культуре и спорту на 1981-1985 гг., номер государственной регистрации 01823066487.

Рабочая гипотеза исследования основывалась на известных фактах о целесообразности ориентации личности на виды деятельности, соответствующие способностям человека и его морфофункциональному статусу. Предполагалось, что физкультурно-спортивная ориентация сельских школьников с учетом традиций, условий жизни и особенностей развития физического потенциала сельских жителей будет способствовать более эффективному вовлечению сельской молодежи в систематические занятия физической культурой и спортом.

Научная новизна исследования заключается в том, что получена новая информация, касающаяся обоснования организации и методики физкультурно-спортивной подготовки сельских школьников. В частности, создана территориально-видовая карта Омской области, предложена система физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников, конкретизированная для северного региона Омской и соседних с ней областей, выявлены особенности физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников, разработаны примерные нормативы для ориентации школьников северных районов Омской и соседних областей на занятия лыжным, конькобежным спортом и волейболом.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что они позволили выявить и рекомендовать для развития в каждом районе Омской области наиболее соответствующие специфике данной местности виды спорта. Внедрение разработанной в диссертации территориально-видовой карты Омской области в практику работы Облспорткомитета и ОблДЮСШ, а также внедрение в практику работы Седельниковской ДЮСШ Омского ОблОНО предложенной системы физкуль-

турно-спортивной ориентации является предпосылкой для использования этих рекомендаций в дальнейшей работе по развитию физической культуры и спорта в сельской местности не только Омской, но и соседних с ней областей Западно-Сибирского региона. В результате проведенного исследования уменьшился отсев занимающихся из групп ДЮСШ, что подтвердило гипотезу исследования.

Обоснованность и достоверность результатов исследования подтверждается достаточностью исследуемого материала, использованием объективных педагогических и медико-биологических методов исследования, а также методов математической обработки материалов исследования. Научные положения и выводы диссертации, а также практические рекомендации обоснованы результатами педагогического эксперимента.

Внедрение. практическое использование научных результатов исследования. Результаты исследования внедрены в практику работы Седейниковской ДЮСШ Омского ОблОНО в виде практических рекомендаций по организации и методике физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников. В комитете по физической культуре и спорту при Омском облисполкоме внедрена разработанная в диссертации территориально-видовая карта Омской области, на которой представлены виды спорта, рекомендуемые для развития в каждом из 31 района области с учетом климато-географических условий, спортивных интересов и традиций, а также особенностей физического развития и физической подготовленности сельских жителей. Эти рекомендации были учтены при составлении комплексной целевой программы развития видов спорта в области на 1985-1992 гг.

Материалы диссертации докладывались:

1. На X региональной научно-методической и практической конференции республик советской Прибалтики и Белорусской ССР по проблемам спортивной тренировки /Каунас, 1984/.

2. На 34 и 35 научных конференциях ОГФЖ /Омск, 1984, 1985/.

3. На I, 2, 3 научных конференциях молодых ученых /Омск, 1983, 1984, 1985/.

4. На 32 научной конференции студентов ОГФЖ /Омск, 1983/.

5. На семинаре сельских тренеров по лыжному спорту /с. Седейниково Омской области, 1984/.

Структура диссертации. Работа изложена на 181 странице машинописного текста и состоит из введения, пяти глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и 4 приложений. Список литературы содержит 292 отечественных и 8 иностран-

ных источников. Работа иллюстрирована 11 рисунками и 26 таблицами. Машинописный текст содержания диссертации составляет 124 страницы.

СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Состояние вопроса. Вопросам спортивного отбора и ориентации посвящено большое количество работ /В.К.Бальсевич, 1969, 1971, 1973, 1980; М.С.Бриль, 1968, 1980; С.В.Брянкин, 1977, 1980-1982; Н.Ж.Булгакова, 1969, 1977-1979; В.М.Волков, 1971, 1983; С.С.Грошеников, 1968-1973; Р.Н.Дорохов, 1978; Р.Е.Мотылянская, 1968, 1971; В.Н.Плохой, 1976, 1979; П.З.Сирис, П.М.Тайдарока, 1976, 1983; В.В.Чайкин, 1979; В.Б.Шварц, 1971, 1984; Е.П.Щербаков, 1970, 1971; Г.С.Туманян, 1984 и др./ . Однако все исследования в этом направлении проводились только на городских школьниках.

Вопросы развития сельского спорта и организации работы по физической культуре и спорту в сельских регионах в последние годы также являются предметом пристального внимания многих исследователей /Ю.В.Борисов, 1972-1974; Н.М.Скороходов, 1979, 1980; Н.Н.Бугров, 1982; Н.Л.Кочарян, 1974; И.Ф.Форандо, 1974, 1977; Н.Н.Шмаргун, 1981 и др./ . Среди этих исследований нами также не обнаружено работ, касающихся физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников. Вместе с тем, авторы /В.К.Бальсевич, 1966; А.А.Гужаловский, 1979; Н.М.Скороходов, 1980 и др./ указывают на различия в уровне физического развития и физической подготовленности городских и сельских школьников. Исследованиями выявлено, что физкультурно-спортивные интересы сельских жителей не удовлетворяются полностью /В.П.Каширин, 1974/. Ряд авторов /Ю.А.Фомин, 1977; А.Л.Кочарян, 1974; В.Н.Плохой, 1979 и др./ отмечают, что наибольших успехов сельские жители могли бы добиться в тех видах, которые связаны с силовой подготовленностью и выносливостью. В литературе неоднократно указывалось /П.А.Соболев, 1970; В.С.Аношкин, 1979 и др./ на необходимость развития на селе "опорных" видов спорта, поскольку специфика сельской местности и сельскохозяйственного труда требует и особого выбора видов спорта для села. Все это говорит о необходимости разработки системы физкультурно-спортивной ориентации специально для сельских школьников, которая может иметь заметные отличия от ориентации городских школьников в силу специфики условий сельской жизни.

Основные положения, выносимые на защиту:

I. Территориально-видовая карта определенного региона, ооо-

тавленная с учетом климато-географических условий каждого района, традиций, интересов местных жителей и их спортивных способностей, является важным элементом в системе физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников и ее создание должно предшествовать всем остальным мероприятиям по физкультурно-спортивной ориентации в конкретном регионе.

2. При ориентации школьников северных районов Омской и соседних с ней областей Западно-Сибирского региона на занятия видами спорта необходимо опираться как на уровень способности к освоению элементов техники в данных видах спорта, оцениваемый с помощью педагогических наблюдений, на показатели физических качеств, имеющих значение для успешности подготовки в этих видах спорта и на уровень сформированности интереса к ним спортсменов, так и на сложившиеся в данном регионе традиции.

3. В процессе физкультурно-спортивной ориентации принципиальное значение имеет педагогическая деятельность тренера или учителя физкультуры. В этой связи важная роль принадлежит изучению личностных качеств, склонностей, черт характера, структуры мотиваций спортивной деятельности, а также результаты наблюдений за выны спортсменами в процессе их предварительной подготовки, предшествующей заключительным испытаниям в ходе ориентации, направленным на оценку уровня их специальных физических способностей.

Цель исследования: обосновать организацию и методику физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников.

Задачи исследования:

1. Изучить условия, необходимые для развития различных видов спорта в конкретном сельском регионе.
2. Определить комплекс физических качеств и личностных проявлений, способствующих эффективным занятиям видами спорта, наиболее успешно развивающимися в конкретном сельском регионе.
3. Разработать и апробировать систему и методику физкультурно-спортивной ориентации в сельской местности для школьников различного возраста.

Методы исследования: обзорно-критический анализ литературных источников; метод анкетирования; педагогический эксперимент; педагогические наблюдения; методы оценки показателей физического развития и физической подготовленности /общей и специальной/; методы медико-биологического контроля; методы статистической обработки материала.

Организация исследования. Педагогический эксперимент прово-

дился в с. Седелниково Омской области на базе ДЮСШ с мая 1983 по сентябрь 1984 года в четыре этапа. В исследовании приняли участие школьники 9-10 и 14-15 лет. Из 268 просмотренных детей 93 человека были сориентированы на занятия лыжным, конькобежным спортом и волейболом. Для сравнения в конце эксперимента были обследованы контрольные группы детей такого же возраста, стажа занятий и специализации в г. Таре и с. Екатерининское Тарского района Омской области /всего 50 человек/. Для контроля за состоянием здоровья участников эксперимента дважды было проведено медико-биологическое обследование силами сотрудников проблемной лаборатории возрастной педагогики спорта ОГИЖК.

Основному эксперименту предшествовал ряд поисковых экспериментов и предварительных исследований. С целью выявления перспектив развития различных видов спорта в сельских районах области был осуществлен анкетный опрос сельских тренеров и спортивных работников. В апреле 1983 года был проведен анкетный опрос студентов вузов г. Омска, выпускников сельских школ по выявлению спортивных интересов /759 человек/.

Основными задачами первого этапа эксперимента, проходившего в мае и в период летних каникул, были предварительные мероприятия, предшествующие непосредственной ориентации на занятия различными видами спорта: выявление спортивных интересов, определение уровня физического развития и подготовленности школьников, ориентация на занятия физкультурой или спортом, обучение элементам техники видов спорта, на которые предполагается ориентация, расширение знаний об этих видах спорта. Тестирование проводилось по следующей программе: бег 30, 60, 150 м; кросс 300, 500, 600 м /в зависимости от возраста/; прыжки в длину и высоту с места; наклон вперед; проба Ромберга; геппинг-тест; подтягивание, отжимание; количество приседаний за 30 секунд; антропометрические измерения /вес, рост стоя и сидя, окружность грудной клетки в трех измерениях, сила кисти, ЖЕД/.

Второй этап эксперимента /сентябрь 1983 г./ заключался в комплектовании групп по видам спорта. Программа обследования была дополнена тестами, наиболее существенными для специализации в лыжном, конькобежном спорте и волейболе: тройным прыжком с места, Гарвардским степ-тестом, тестом "пистолет", тестами на терпеливость, на быстроту, на динамическую выносливость, определением трудолюбия методом экспертных оценок, становой силы, силы разгибания бедра, углов сгибания и разгибания стопы, задержки дыхания

на вдохе. Ориентация на занятия видами спорта проводилась с учетом особенностей видов спорта и спортивных интересов. Важным критерием определения адекватности вида спорта способностям школьника явился учет степени освоения специализированных упражнений, которая оценивалась как "отличная", "хорошая" и "удовлетворительная" по каждому виду спорта для каждого испытуемого.

В задачи третьего этапа эксперимента /октябрь 1983 - май 1984 гг./ входили педагогические наблюдения за освоением учащимися учебно-тренировочных нагрузок и проявлением морально-волевых качеств, контроль за состоянием здоровья занимающихся, осуществление переориентации. В конце этапа /май 1984 г./ было проведено педагогическое обследование по полной программе.

Завершился эксперимент в сентябре 1984 г. Было проведено обследование по полной программе экспериментальных и контрольных групп, медико-биологическое обследование, подведены итоги эксперимента.

Особенности физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников

Результаты анкетирования студентов - выпускников сельских школ и сельских тренеров показали, что в распределении видов спорта, которыми интересуются на селе, наблюдается определенная система. В северных районах области большей популярностью пользуются лыжный и конькобежный спорт, в южных - легкая атлетика, волейбол, борьба. К условиям, способствующим развитию различных видов спорта, респонденты отнесли наличие спортивных сооружений, тренеров по видам спорта и климато-географические условия. Был выявлен неудовлетворенный интерес у сельских жителей области в занятиях гимнастикой, плаванием, туризмом, конькобежным и велосипедным спортом. С учетом результатов анкетирования выпускников сельских школ и сельских физкультурных работников, а также климато-географических условий каждого района области, имеющейся материально-спортивной базы в селах Прииртышья и традиций в развитии определенных видов спорта была разработана территориально-видовая карта Омской области по развитию видов спорта.

Анкетный опрос школьников Седельниковского района показал, что наибольший интерес они проявляют к лыжному, конькобежному спорту и волейболу. При этом мальчикам больше нравится лыжный спорт, футбол, хоккей, а девочкам - конькобежный спорт, гимнастика, фигурное катание. С возрастом интерес падает к лыжному, конь-

кобежному спорту, футболу, плаванию, гимнастике, фигурному катанию и повышается к волейболу, баскетболу, хоккею как в целом, так и в группах мальчиков и девочек. Основными причинами, вызывающими интерес к видам спорта, явились советы родителей, друзей и учителя физкультуры. При этом наиболее значимыми мотивами выбора физкультурно-спортивной деятельности явились привлекательность вида спорта, желание стать сильным, смелым, ловким и желание укрепить здоровье.

Сравнительный анализ результатов обследования школьников о. Седельниково и г. Омска показал, что сельские школьники достоверно превосходят горожан почти по всем показателям физического развития. Наиболее выражены эти различия у мальчиков. Они превосходят городских сверстников в росте в возрасте 10, 14, 15 лет $P_0 < 0,05/$, в весе в эти же возрастные периоды $P_0 < 0,05/$ и по показателям окружности грудной клетки в возрасте 9, 10 и 14 лет $P_0 < 0,001/$. У девочек более выраженные различия отмечены в 10 лет. В этом возрасте сельские девочки превосходят городских в весе $P_0 < 0,05/$, росте и окружности грудной клетки $P_0 < 0,001/$. При сравнении функциональных показателей физического развития достоверные различия в показателях ЖЕЛ обнаружены у мальчиков 9, 10, 15 лет $P_0 < 0,01/$ в пользу сельских школьников. Сельские девочки превосходили по показателям ЖЕЛ городских сверстниц в возрасте 9 лет $P_0 < 0,01/$ и 15 лет $P_0 < 0,05/$. Различия в уровне физической подготовленности городских и сельских школьников менее выражены. Достоверные различия в уровне развития скоростно-силовых качеств /прыжок в длину с места/ обнаружены у мальчиков 9 и 10 лет $P_0 < 0,001/$. С возрастом превосходство сельских мальчиков в этом упражнении оглашается и в 15 лет уже городские школьники превосходят сельских $P_0 < 0,05/$. У девочек наблюдались различия в показателях гибкости /наклон вперед/ в возрасте 9 и 10 лет $P_0 < 0,05/$ в пользу городских школьниц.

Исследование методики физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников

На первом этапе проведения педагогического эксперимента для ориентации на занятия физкультурой или спортом мы воспользовались методом ранжирования, которое проводилось по каждому из 36 показателей. Место, занятое каждым занимающимся в своей группе, определялось двумя способами. Первый заключался в нахождении сумм рангов по каждому показателю. Общее место при этом определя-

лось по наименьшей сумме рангов. Второй способ предусматривал ранги мест по группам качеств, условно обозначенных "выносливость", "сила", "скорость", "скоростно-силовые качества", "гибкость", "равновесие", "морально-волевые качества" и "физическое развитие". В данном способе сначала определялось место индивида в каждой группе качеств по сумме мест в ней, что давало основание присвоить ранг группе качеств. Сумма рангов по группам качеств определяла индивидуальное место каждого испытуемого. Комплектовались тесты по группам исходя из имеющихся в литературе данных о показателях физического развития и физической подготовленности.

Результаты корреляционного анализа показателей физического развития и подготовленности сельских школьников северного региона Омской области подтвердили правильность комплектования тестов по группам. Существенных различий между результатами того и другого способов не обнаружено /ранговые коэффициенты корреляции 0,70 и выше/. Метод ранжирования помог нам уже на первом этапе эксперимента ориентировать детей на занятия физкультурой или спортом /без учета видов спорта/. В дальнейшем при комплектовании групп по видам спорта мы опирались на уровень способности к освоению элементов техники лыжного, конькобежного спорта и волейбола и физических качеств, имеющих значение для успешности подготовки в этих видах спорта, а также уровень сформированности спортивных интересов обследуемых школьников.

Для проверки правильности осуществленной ориентации был проведен сравнительный анализ показателей физического развития и подготовленности представителей различных видов спорта на всех этапах эксперимента. В начале эксперимента лыжники 14-15 лет превосходили конькобежцев по показателям ЖЕЛ и уступали волейболистам этого возраста в результатах прыжка в длину с места и остановки осле / $P_0 < 0,05$ /. Конькобежцы этого возраста превосходили волейболистов в результатах бега на 60 м / $P_0 < 0,01$ /, 150 м и амплитуде отгибания стопы / $P_0 < 0,05$ /. Волейболисты опережали конькобежцев в результатах прыжка в длину с места / $P_0 < 0,01$ / и прыжка в высоту с места / $P_0 < 0,05$ /. Кроме того, волейболисты превосходили лыжников и конькобежцев в уровне физического развития. При этом достоверным было превосходство их над конькобежцами в весе и над лыжниками и конькобежцами в окружности грудной клетки / $P_0 < 0,05$ /. Вместе с тем, средние данные конькобежцев были выше в результатах гониометрии голеностопного сустава и пробы Ромберга, а лыжники превосходили конькобежцев в результатах кроссового бега, задержки дыхания и ЖЕЛ. В середине эксперимента /май 1964 г./

волейболисты по-прежнему достоверно превосходили представителей видов спорта, связанных с выносливостью в физическом развитии и развитии скоростно-силовых качеств $/P_0 < 0,05/$. Год целенаправленных тренировочных занятий более существенно, чем у юношей, отразился на различиях лыжниц и конькобежцев 14-15 лет. Достоверным стало превосходство конькобежцев над лыжницами этого возраста в беге на 30 м, абсолютной и относительной силе разгибания бедра $/P_0 < 0,05/$. Лыжницы опередили конькобежцев в показателях КЭЛ $/P_0 < 0,05/$ и относительной КЭЛ $/P_0 < 0,01/$. Лыжницы 9-10 лет достоверно превосходили конькобежцев этого возраста в мае 1984 г. по показателям отжимания $/P_0 < 0,01/$ и относительной КЭЛ $/P_0 < 0,05/$.

Очередное обследование в конце эксперимента /сентябрь 1984 г./ выявило у девочек 10-11 лет достоверные различия между лыжницами и конькобежками в тройном прыжке с места $/P_0 < 0,01/$ и гесте на быстроту $/P_0 < 0,001/$. При этом лыжницы выделялись по сравнению с конькобежками в отжимании, гесте на терпеливость, гесте "пистолет", степ-гесте и относительной КЭЛ. Конькобежки лучше выглядели в тройном прыжке, абсолютной и относительной силе разгибания бедра, динамической выносливости и пробе Ромберга. В конце эксперимента также было выявлено превосходство конькобежцев над лыжниками в угле сгибания стопы $/P_0 < 0,05/$. Волейболисты по-прежнему превосходили лыжников и конькобежцев в физическом развитии и развитии скоростно-силовых качеств, а лыжники и конькобежцы достоверно превосходили волейболистов в гестах, связанных с проявлением выносливости $/P_0 < 0,01/$. Конькобежцы превосходили волейболистов в амплитуде сгибания стопы $/P_0 < 0,05/$. Причем в конце эксперимента различия в показателях физического развития и подготовленности увеличились, а количество тестов, по которым различались представители различных видов спорта, стало больше. Так, волейболисты стали достоверно превосходить конькобежцев и лыжников в результатах прыжка в длину с места и тройного прыжка с места $/P_0 < 0,001/$.

Сравнительный анализ показал, что представители различных видов спорта различаются именно по тем показателям, которые являются определяющими для успешности подготовки в этих видах спорта. Увеличение различий в изучаемых показателях говорит об адекватности видов спорта способностям занимающихся.

О результатах педагогического эксперимента по физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников можно судить по нескольким показателям. Во-первых, по достоверному улучшению показателей физического развития и подготовленности через год занятий в эксперимен-

гальных группах по результатам значительного числа испытаний. При этом наиболее существенные изменения произошли у школьников младшего школьного возраста. Основные показатели физического развития /вес, рост, окружность грудной клетки/ не претерпели изменений, за исключением группы девочек 9-10 лет / $P_0 < 0,05$ /.

Однако улучшение показателей физического развития и подготовленности нельзя полностью отнести на счет правильной методики комплектования групп по видам спорта. Более объективной оценкой результатов эксперимента, на наш взгляд, является сравнительный анализ результатов обследования в экспериментальных и контрольных группах. Анализ обнаружил ряд достоверных различий, причем у мальчиков их было больше, чем у девочек. По уровню физического развития ни мальчики, ни девочки статистически достоверно не отличались /вес, рост, окружность грудной клетки, сила кисти, ЖЕЛ/. Различия касались физических качеств и свойств личности, наиболее существенных для лыжного спорта. Мальчики экспериментальной группы по лыжам обгоняли своих сверстников по всем прыжковым тестам, в становой силе, тесте "пистолет", тесте на терпеливость, динамической выносливости / $P_0 < 0,05$ /, результатах степ-теста, силе разгибания бедра, относительной становой силе / $P_0 < 0,01$ / и относительной силе разгибания бедра / $P_0 < 0,001$ /. Девочки из экспериментальной группы превосходили сверстниц из контрольной группы по показателям степ-теста, трудолюбия и теста "пистолет" / $P_0 < 0,05$ /. Эти показатели характеризуют качества, необходимые для успешности подготовки в лыжном спорте /выносливость, сила, трудолюбие/. Поскольку как те, так и другие школьники находились примерно в равных условиях /занятия проводились по стандартным программам для ДЮСШ/, имели одинаковый стаж занятий, то, видимо, можно считать, что превосходство детей из экспериментальных групп по показателям, наиболее существенным для определенных видов спорта /В.М.Волков, 1976; М.Я.Набатникова, 1982; В.М.Волков, В.П.Филин, 1983 и др./, явилось результатом раскрытия потенциальных возможностей совершенствования в видах спорта, адекватных способностям занимающихся.

О результатах педагогического эксперимента можно судить также по уменьшению отсева занимающихся из групп ДЮСШ, который составил в экспериментальных группах 18,2%. В контрольных группах отсев составил 43%. Значительно меньший отсев занимающихся по сравнению с контрольными группами подтвердил рабочую гипотезу исследования, согласно которой предлагаемая организационно-методическая система физкультурно-спортивной ориентации должна была способствовать более эф-

фактивному вовлечению школьников в систематические занятия физкультурой и спортом.

Таким образом, можно считать, что предложенная система физкультурно-спортивной ориентации позволила наилучшим образом подобрать каждому обследуемому школьнику наиболее подходящий для него вид физкультурно-спортивной деятельности.

В В О Д Ы

1. Анализ состояния вопроса и результаты исследований показали, что при определении "базовых" видов спорта для каждого района необходимо учитывать комплекс условий, имеющихся в конкретном сельском районе, в частности: рельеф местности, материально-спортивную базу, спортивные традиции и интересы местных жителей, тем более, что численность населения в сельской местности не позволяет культивировать достаточно большое количество видов спорта в конкретном регионе.

2. При осуществлении физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников определенного района необходимо, в первую очередь, выявить приемлемые для развития в районе виды спорта, а при физкультурно-спортивной ориентации в пределах всей области следует руководствоваться территориально-видовой картой области.

3. Выявлено, что при ориентации на занятия видами спорта, связанными с преимущественным проявлением качеств выносливости и силы, необходимо обращать внимание на проявление обследуемыми морально-волевых качеств терпеливости и трудолюбия.

4. Физкультурно-спортивная ориентация сельских школьников в силу специфики сельского образа жизни имеет заметные отличия от ориентации городских школьников как по нормативам для оценки адекватности вида спорта способностям будущих спортсменов, так и по возрасту, в котором осуществляется ориентация. Выявлено, что в сельской местности многие школьники имеют возможность приобщиться к занятиям спортом только в 14-15 лет. Поэтому осуществление мероприятий по физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников этого возраста целесообразно и необходимо.

5. При ориентации школьников из сельской местности на занятия различными видами спорта необходимо опираться как на уровень способности к освоению элементов техники в данных видах спорта, оцениваемой с помощью педагогических наблюдений, на показатели физических качеств, имеющих значение для успешности подготовки в различных видах спорта и на уровень сформированности интереса к ним спортсменов, так и на сложившиеся в данном регионе традиции.

6. Эксперимент подтвердил эффективность следующей последовательности мероприятий по физкультурно-спортивной ориентации: на первом этапе ориентации целесообразно воспользоваться методом ранжирования для ориентации на занятия физкультурой или спортом. На следующем этапе при комплектовании групп по видам спорта следует учитывать особенности видов спорта и спортивные интересы. При этом можно использовать примерные нормативы для ориентации на занятия определенными видами спорта, разработанные на основе результатов сплошного обследования школьников данного региона. Каждому школьнику в результате рекомендуется заниматься тем видом спорта из развивающихся в районе, который наилучшим образом соответствует его способностям и интересам.

7. Эффективность предложенной системы физкультурно-спортивной ориентации подтверждается тем, что, несмотря на идентичную методику учебно-тренировочных занятий в контрольных и экспериментальных группах /объем и интенсивность занятий определялись существующими программами для ДЮСШ/, экспериментальные группы отличались большим приростом результатов показателей, наиболее существенных для специализации в данных видах спорта и меньшим отсевом занимающихся из групп.

8. Установлено, что в процессе физкультурно-спортивной ориентации важная роль принадлежит изучению личностных качеств, склонностей, черт характера, а также результатов наблюдений за юными спортсменами в ходе предварительной подготовки, предшествующей заключительным испытаниям, направленным на оценку уровня специальных физических качеств.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. При создании территориально-видовой карты региона необходимо учитывать климато-географические условия, материально-спортивную базу, спортивные интересы и традиции жителей каждого конкретного района и населенного пункта.

2. Без предварительной работы по выявлению условий для развития различных видов спорта в каждом районе определенного региона и создания территориально-видовой карты области нельзя начинать работу по непосредственной ориентации сельских школьников на занятия физкультурой и спортом.

3. Предлагается следующая технология осуществления физкультурно-спортивной ориентации сельских школьников, которую следует проводить в четыре этапа:

3.1. Первый этап /апрель-май/ начинается с изучения условий для развития различных видов спорта в исследуемом районе и выявления спортивных интересов школьников /анкетирование/. Здесь же проводится обследование школьников 9-10 лет /или другого возраста, в котором начинается специализация в каких-либо видах спорта/ и 14-15 лет /еще не занимающихся спортом и учащихся периферийных школ/ по следующей программе: антропометрические измерения /вес, рост стоя и сидя, окружность грудной клетки в трех измерениях, сила сильнейшей руки, станова сила, БРД/; бег 30 м, 60 м; кросс 300 м /для девочек и мальчиков 9-10 лет/, 500 м /для девушек 14-15 лет/, 800 м /для юношей 14-15 лет/; прыжок в длину с места; подтягивание /для мальчиков/, отжимание /для девочек/; наклон вперед; проба Ромберга; определение степени развития грудного дыхания методом экспертных оценок. Результаты обследования ранжируются по каждому измерению и по наименьшей сумме рангов выделяется группа детей для дальнейшей ориентации на виды спорта. Детям, ориентированным на занятия физкультурой, предлагается заниматься в группах начальной подготовки с уклоном на культивируемые в данной ДЮСШ виды спорта /с учетом их интересов/.

3.2. Второй этап /июль-август/ следует проводить в условиях спортивного лагеря или детской площадки. В задачи этапа входят обучение элементам техники видов спорта, на которые будут ориентироваться дети; осуществление педагогических наблюдений за обучаемостью детей, их отношением к тренировочным занятиям; целенаправленная работа тренеров ДЮСШ по пропаганде видов спорта /беседы, диспуты, спортивные вечера, встречи с ведущими спортсменами и т.д./ с целью формирования устойчивого интереса к определенным видам спорта.

3.3. На третьем этапе /сентябрь/ идет непосредственная ориентация на занятия различными видами спорта. Программа тестирования дополняется испытаниями, наиболее существенными для видов спорта, в которые осуществляется ориентация. Необходимо ввести в программу хотя бы по одному упражнению, характеризующему специфику каждого вида спорта /в рамках данной ориентации/. Это могут быть непосредственно соревновательные упражнения или имитационные. Независимо от будущей специализации все обследуются по полной программе.

3.3.1. Предлагается следующая методика определения адекватности видов спорта опоспособностям занимающихся. Результаты каждого испытуемого оцениваются по 3-х бальной шкале исходя из примерных нормативов для ориентации на занятия определенными видами спорта по каж-

дому тесту. Находится сумма оценок и индекс адекватности вида спорта способностям занимающегося: $K = \frac{\text{сумма оценок}}{\text{количество тестов}}$. ОККЗ. Индексы адекватности по каждому виду спорта сравниваются между собой и по наибольшему определяется вид спорта, наиболее соответствующий способностям индивида. При этом возможны три исхода. Если индексы примерно одинаковые, то школьнику предоставляется право выбора вида спорта в соответствии с его интересом. Если вид спорта, наиболее адекватный способностям ребенка, совпадает с его интересом, то ориентация на занятия этим видом спорта осуществляется без особого педагогического вмешательства. Наиболее сложным и ответственным является третий случай, когда интерес не совпадает с видом спорта, адекватным способностям ребенка. В данном случае необходимо осуществление мероприятий по привитию интереса и формированию мотивов занятий данным видом спорта. Если в течение месяца /срок комплектования групп/ интерес сформировать не удалось, то школьник зачисляется в группу начальной подготовки с уклоном на тот вид спорта, к которому у него имеется интерес. Однако формирование интереса у этих детей к видам спорта, соответствующим их способностям, продолжается и в дальнейшем.

3.4. На четвертом этапе /май/ осуществляется переориентация этих детей /если интерес сформирован/. Кроме того на данном этапе с целью проверки правильности осуществленной ориентации проводится тестирование по полной программе и делается анализ педагогических наблюдений за проявлением морально-волевых качеств и темпами прироста результатов тестирования. Переориентацию следует проводить в крайнем случае, при обнаружении явного несоответствия вида спорта способностям занимающегося и при наличии или возможности формирования интереса к виду спорта, в который предлагается переориентация.

4. На всех этапах осуществления физкультурно-спортивной ориентации необходимо учитывать состояние здоровья занимающихся. На первом этапе к обследованию допускаются только дети, отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной группам. Обнаруженные в ходе медицинского контроля отклонения в состоянии здоровья должны служить поводом для отстранения ребенка от тренировочных занятий и принятия мер по его лечению. При этом в ходе осуществления ориентации недостаточно осмотра школьного врача, а необходимо использование электрокардиографии.

5. Целесообразно введение штатной или общественной единицы **ДОС** - организатора физкультурно-спортивной ориентации. Эти функции

может выполнять завуч, методист ДЮС, или общественный завуч по воспитательной работе. В задачи организатора физкультурно-спортивной ориентации будет входить не только общий контроль за осуществлением ориентации и педагогических обследований, которые должны проводиться силами всего коллектива ДЮС с привлечением учителей физкультуры, но, в первую очередь, педагогические наблюдения и осуществление мероприятий по формированию спортивных интересов и приближению их к способностям занимающихся.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Анализ результатов по скоростному бегу на коньках в массовых сельских спортивных праздниках Омской области // Тезисы докл. к научной конференции молодых ученых / Омский ин-т физ. культуры. - Омск, 1983. - С. 60-62.

2. К вопросу о физкультурно-спортивной ориентации сельской молодежи // Тезисы докл. ко II научной конференции молодых ученых / Омский ин-т физ. культуры. - Омск, 1984. - С. 72-75.

3. Своеобразие сельского спорта // Земля сибирская, дальневосточная. - 1985. - № 3. - С. 52-53.

478302

Библиотека
Львовского государственного
университета имени
Льва Толстого