

СОВРЕМЕННЫЕ

ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО СПОРТА (по материалам 17-го Международного научного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех»)

Доктор педагогических наук, профессор, ректор СибГУФК **В.И. Михалёв**

Доктор педагогических наук, профессор **В.А. Аикин**

Доктор биологических наук, доцент **Ю.В. Корягина**

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск

MODERN TENDENCIES AND PERSPECTIVES OF CHILDREN'S AND YOUTH SPORT (PROCEEDINGS OF THE 17TH INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONGRESS "OLYMPIC SPORT AND SPORT FOR ALL")

V.I. Mikhalev, rector of SibSUPhC, professor, Dr.Hab.

V.A. Aikin, professor, Dr.Hab.

J.V. Koryagina, associate professor, Dr.Biol.

Siberian state university of physical culture and sport, Omsk

Key words: children's and youth sport, physical culture, training, young athletes, health.

On the 1-5th of July 2013 the Capital University of Physical Education and Sports hosted the annual 17th International Scientific Congress "Olympic Sport and Sport for All" in Beijing. The acute issues of physical culture and sports were considered in 7 scientific sections. The works of the section "Children and youth sports and health" are of the greatest interest. Thus, the matters of protection and promotion of health of the younger generation are of great strategic value for the development of the world community in general.

The presented at the congress proceedings of the section "Children's and youth sport and health" are dedicated to the problem of physical development and health of children, adolescents and youth. There were considered the matters of organization of school and university physical culture, correct posture development, body building, protection and promotion of physical and mental health. Most of the works in this section are subjected by Chinese, Ukrainian and Russian scientists. The experts raised the questions of deterioration of children's physical development due to the present social and ecological situation and suggested prevention measures of such disturbances. The paper contains a scientific-analytical review of the proceedings of the congress on physical education and children's and youth sport.

The purpose of the study was an analytical review of the publications of the section "Children's and youth sport and health" of the 17th International scientific congress "Olympic sport and sport for all".



Ключевые слова: детско-юношеский спорт, физическая культура, тренировка, юные спортсмены, здоровье.

Введение. С 1 по 5 июля 2013 г. в Пекине, на базе Столичного университета физической культуры и спорта, прошел ежегодный 17-й Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех». Актуальные проблемы физической культуры и спорта рассматривались на 7 научных секциях. Наибольший интерес представляют работы секции «Детско-юношеский спорт и здоровье». Так, вопросы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения имеют важное стратегическое значение для развития всего мирового сообщества.

Представленные на конгрессе материалы секции «Детско-юношеский спорт и здоровье» посвящены проблеме физического развития и здоровья детей, подростков и молодежи. Рассматривались вопросы организации школьной и вузовской физической культуры, развития правильной осанки, формирования телосложения, укрепления и сохранения физического и психического здоровья. Большинство работ в данной секции было представлено учеными Китая, Украины и России. Специалисты поднимали вопросы, связанные с ухудшением физического развития детей в связи с создавшейся социальной и экологической обстановкой и предлагали меры по профилактике данных нарушений. В статье представлен научно-аналитический обзор работ конгресса по проблемам физического воспитания и детско-юношеского спорта.

Цель исследования – аналитический обзор публикаций секции «Детско-юношеский спорт и здоровье» 17-го Международного научного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех»

Результаты исследования и их обсуждение. Ученые научно-исследовательского института и музея антропологии Московского государственного университета и Национального института физической культуры Монголии Е. Година и Г. Лхагвасурэн [4] считают, что физическое развитие и здоровье формируется под влиянием этногенетических и социально-экономических аспектов. Они обследовали 1565 русских и монгольских детей и подростков от 7 до 17 лет. Согласно результатам показатели роста, веса, окружностей талии, бедра и руки, диаметров плеча и таза больше у калмыков, различия были более выражены у мальчиков. Монгольские дети характеризуются более массивным скелетом: они имеют относительно большие диаметры тела и абсолютно и относительно большую ширину эпифиза костей. Масса жира меньше у монгольских детей, но для обеих исследуемых групп наибольшая локализация жира характерна в области живота. Функциональные показатели (артериальное давление, частота сердечных сокращений) ниже у монголов, а сила кисти у них больше. Это свидетельствует о более высоком уровне физического развития и физической подготовленности монгольских школьников. Выявленные особенности физического развития детей дают основание для разработки стратегии физического воспитания в указанных регионах.

Не меньший интерес представляет уровень физической подготовленности школьников различных регионов. В Дальневосточном юридическом институте Министерства внутренних дел России [12] были выявлены особенности развития физических качеств школьников Дальнего Востока России. По его данным, развитие физических качеств в половозрастных группах школьников Хабаровского края распределено неравномерно. Самые низкие показатели развития физических качеств наблюдаются у школьников, проживающих на севере, но в южных районах края они были на более высоком уровне. Низкий уровень скоростно-силовых способностей, силы, гибкости и выносливости наблюдается у мальчиков и девочек из северных районов, у их сверстников, живущих в южных районах, зарегистрированы низкие устойчивость, сила и выносливость. Анализ физической подготовленности школьников показывает, что 59,1% мальчиков и 53,0% девочек северного региона и 16,7% мальчиков и 33,3% девочек южного не отвечают норматив-

ным требованиям и не принимают участия в «Президентских гонках».

Специалисты разных государств констатируют снижение физической активности подрастающего поколения. Так, исследователи из школы кинезиологии и здоровья Китая В. Гуангзи и Ч. Цзянь [5] провели исследование и выявили некоторое ухудшение физической подготовленности китайских старшеклассников. По последним данным, уровень ожирения подростков удвоился, а уровень миопии непрерывно растет, составляя 60% в младших классах средней школы, 76% – в старших классах и 83% – в университете. Статистика 20000 вступительных экзаменов кандидатов в колледж в 2008 г. показала, что 89% кандидатов сталкиваются с ограничениями в занятиях вследствие сбоя в экзамене по физической подготовке.

В педагогическом университете города Фуцзянь Ч. Хуавей [7] провел анализ социальных факторов снижения физической активности подростков Китая. К основным факторам, влияющим на уровень физической активности, он относит общество, образование, управление и т. д. Фактор образования включает 10 аспектов: систему экзаменационно-ориентированного образования, отношение к спортивным лидерам, концепцию спортивного образования, управление школьным спортом, подготовку учителей, содержание уроков физической культуры и внеклассных спортивных мероприятий, инвестиции в школьный спорт, правильное расположение спортивных сооружений в школах, исполнение условий обучения по спортивной программе и работа над рисками школьного спорта. Общественные факторы имеют пять аспектов: это образ жизни, состояние питания, концепции семейного образования, политика рождения только одного ребенка, расположение объектов социального спорта. Фактор управления включает четыре аспекта: организацию спортивной деятельности в школе, создание системы школьного спорта, разработку и реализацию стандартов по физической культуре.

Специалисты научно-исследовательского центра школы физической культуры Тяньцзинь и Тяньцзиньского университета спорта (Китай) В. Хуэйлинь и Я. Вэй [8] совместно провели исследование и проанализировали состояние школьников своей провинции, имеющих один час физической активности ежедневно, что является основной мерой Саншайн (Солнечный свет) спорта. Специалист из Уханьского института физической культуры К. Ксинянь [15] также исследовал механизм укрепления здоровья подростков с помощью Саншайн спорта, вписанного в документы правительства,

ЦК Коммунистической партии Китая и Госсовета по укреплению детско-юношеского спорта для повышения здоровья молодежи [2007] № 7 (7 мая 2007 г.). В исследовании были проанализированы данные оценки спортивных результатов Саншайн за последние три года. Эти результаты являются частью академических выпускных экзаменов по физической культуре выпускников Тяньцзиньской средней школы. «Главное – здоровье». Это идеологическое правило физического образования в Китае и является практической целью спорта Саншайн, основные аспекты которого – полная реализация национальных стандартов физической подготовленности учащихся; гарантия ежедневных одночасовых занятий; выполнение национальных стандартов учебных программ; единые 25–30-минутные мероприятия физической активности между уроками каждое утро ежедневно.

Специалисты также уделяют внимание физическому воспитанию детей раннего возраста. Так, исследователь из Южноукраинского национального педагогического университета им. К. Д. Ушинского В. Беседа [2] рекомендует использовать гимнастический массаж как эффективный метод, способствующий развитию двигательной функции детей раннего возраста. Предложенный автором метод основан на разработке индивидуальных комплексов гимнастического массажа с учетом распределения тонуса различных мышечных групп в соответствии с двигательным развитием и возрастными особенностями детей 1-го года жизни, что позволило существенно улучшить гипотонус мышц в 55 % случаев, а в 5 % случаев снизить повышенный тонус мышц. В общей сложности в 60 % случаев был получен в той или иной степени выраженный положительный результат.

Особый интерес представляют работы, касающиеся спортивной ориентации и отбора, выявления спортивных задатков и применения средств различных видов спорта для развития выносливости и силы на занятиях по физической подготовке. Большое внимание китайские специалисты уделяют спортивным играм и танцам, так как эти виды спорта наиболее популярны среди населения. Представитель Харбинского инженерного университета Ф. Ди [3] предложил и апробировал интересную 10-недельную методику тренировки реакции антиципации для спортсменов, занимающихся настольным теннисом, с помощью предъявления различных зрительных стимулов. Преподаватель школы физического воспитания и спортивной науки Фуцзяньского педагогического университета В. Хуа [6] в своей работе выделил основные соревновательные возможности, которые необходимо

формировать в спортивных танцах, включающие в себя: контроль осанки, технологии моделирования движения; работоспособность сердца, управление мышцами, динамическую силу, аэробную и анаэробную выносливость, гибкость, координацию и равновесие; способность психологического контроля и уверенность в себе; спортивный интеллект; степень артистизма.

Ученые Столичного университета физической культуры и спорта Пекина В. Джинг и Г. Джинглунг [9] провели анализ текущего состояния индекса Кетле спортсменов волейбольного резерва Китая. Результаты их исследования показали, что индекс Кетле у девушек-волейболисток в основном распределяется неравномерно, а в 18- и 19-летнем возрасте формы тела спортсменок наименее развиты. Малый вес волейболисток указывает на необходимость улучшения питания и увеличения мышечной массы.

Сотрудник кафедры водных видов спорта Национального университета физической культуры и спорта Украины С. Костикова [11] представила работу, в которой показаны особенности формирования группы для обучения начинающих заниматься спортивным плаванием. Автор подчеркивает, что главной задачей первоначального отбора является оценка двигательных качеств и способностей, которые, с одной стороны, характерны для плавания, а с другой – в значительной степени генетически детерминированы. Она сформулировала основные положения, которые следует принимать во внимание при формировании учебных групп по плаванию.

Специалисты Южноукраинского национального педагогического университета имени К. Д. Ушинского В. Подгорная и М. Глуценко [13] исследовали типы реакции на физическую нагрузку и гипоксическую устойчивость, что позволило им рекомендовать широкое использование тестов Штанге и Генчи для прогноза возможности обеспечения организма кислородом при выполнении физической нагрузки. Они заключили, что у лиц с нормотензивным типом реакции преобладает низкий уровень гипоксического сопротивления при задержке вдоха (48,6 % случаев) и средний уровень сопротивления в связи с задержкой выдоха (42,8 % случаев). При гипертоническом типе преобладает средний уровень устойчивости к гипоксии (52,6 % случаев) и средний уровень сопротивления выдоху (52,6 % случаев).

Большую роль ученые отводят технологиям оптимизации адаптационных возможностей и становлению юных спортсменов. Ученые лаборатории повышения работоспособности в спорте высших достижений Национального университе-

та физической культуры и спорта Украины Ю. Винчук и другие [14] разработали фармакологическую программу снижения эффектов напряжения в ходе тренировочных нагрузок, улучшающую анаболические процессы в организме.

Ученые Сибирского государственного университета физической культуры и спорта Л. Айкина и В. Аикин [1] изучили влияние различных массажных техник на функциональное состояние и гемодинамику скелетных мышц юных пловцов. Авторы заключили, что наиболее эффективным в период непосредственной подготовке пловца к старту является вариант массажа, в котором 80 % времени отводится на массаж мышц, которые несут основную нагрузку, с использованием приемов растирания и по 10 % времени – на поглаживания и встряхивания. Мышцы, которые несут второстепенную нагрузку, в зависимости от способа плавания необходимо массировать, используя только прием встряхивания.

Специалисты Сибирского государственного университета физической культуры и спорта Ю. Корягина и Е. Реуцкая [10] исследовали возможности применения воздушно-дыхательной смеси с повышенным содержанием кислорода на работоспособность и восстановление спортсменов-лыжников. Результаты проведенных ими исследований показали, что использование кислородной поддержки перед максимальной нагрузкой способствует увеличению производительности кислородтранспортной системы, общей производительности сердца, а также снижению лимитирующих возможностей дыхательной системы. Дыхание воздушной дыхательной смесью с повышенным содержанием кислорода в течение 20 мин после максимальной нагрузки способствует ускорению процессов срочного восстановления лыжников.

Заключение. Таким образом, поднятые на конгрессе проблемы определили тенденции и перспективы совершенствования системы физического воспитания детей разного возраста и пола. Согласно мнению ученых разных стран для повышения уровня физической подготовленности, физического развития и здоровья детей и подростков необходима коррекция программ физической культуры с учетом региональных особенностей, интересов семьи и общества, учитывающая новые формы организации школьной физической культуры и сети внешкольных спортивных организаций, а также негативные тенденции, наметившиеся в состоянии здоровья школьников. В системе детско-юношеского спорта активно разрабатываются методы отбора, тренировки и контроля состояния и работоспособности

юных спортсменов. Большое внимание уделяется разработке новых тренировочных и дополнительных средств и методов повышения работоспособности и восстановления юных спортсменов.

Литература

1. *Aikina L.* Pre-start PREP of Swimmers with Massage Techniques / L. Aikina, V. Aikin // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 290.
2. *Beseda V.* Massage gymnastics as the effective technique of impellent development of children of early age / V. Beseda // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 4.
3. *Di F.* The effect of visual stimulus to table tennis players' decision-making abilities / F. Di // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 10.
4. *Godina E.Z.* Modern trends in physical development of children and adolescents: ethnogenetic and ecological aspects / E.Z. Godina, G. Lkhagvacuren // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 5.
5. *Guangzhe S.* Causes and countermeasures analysis on the deterioration of physical fitness of chinese senior high student / S. Guangzhe, Z. Jian // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 22.
6. *Hua W.* Building of core competitive ability in sports dance / W. Hua // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 21.
7. *Huawei C.* Social factors analysis of teenagers' physical decline in China / C. Huawei // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 7.
8. *Huilin W.* Gender and effect of physial activities: base on status analysis about junior high school students' one hour physical activities every day in Tianjin prc / W. Huilin, Y. Wei // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 30-31.
9. *Jing W.* Analysis on current status of the quetelet indexes of the china women competitive volleyball backup talents / W. Jing, G. Jinglong // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 20.
10. *Koryagina U.* An Oxygen Support to Improve Functionality Athletes / U. Koryagina, E. Reutskya // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 362.
11. *Kostikova S.* The formation of groups for beginners training in competitive swimming / S. Kostikova // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 11.
12. *Liguta V.* Peculiarities of development of physical qualities of schoolchildren of the russian far east / V. Liguta // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 6.
13. *Podgorna V.* Type in reaction graduated physical exertion and hypoxic resistance / V. Podgorna, M. Glushchenko // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 14.
14. *Vinnichuk Y.* Influence of the pharmacological program on some indicators of hormonal homeostasis of elite sportsmen / Y. Vinnichuk [et. al.] // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 365.
15. *Xianjuan K.* Study on the mechanism of adolescent physique health promotion / K. Xianjuan // 17 International scientific congress Olympic sport and sport for all. – Congress Proceeding. China: CUPES. – 2013. – P. 48.

Информация для связи с автором:
va-aikin@yandex.ru

Поступила в редакцию 31.08.2013