

ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ С УЧЁТОМ ИХ СООТВЕТСТВИЯ ТЕСТОВЫМ ПРОФИЛЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ



Аниуар Мухажидович Тхазеплов¹, Галина Назировна Тхазеплова¹,
Мурат Асланбиевич Хамгоков³, Рустам Леонидович Тхазеплов⁴
Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х. М. Бербекова^{1, 2, 3, 4}
Нальчик, Россия

¹ *Кандидат педагогических наук, доцент института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования*
тел.: +7(967)425-19-77, e-mail: txazeplov54@mail.ru
ORCID 0000-0001-8414-173X

² *Кандидат педагогических наук, доцент института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования*
тел.: +7(905)436-99-29, e-mail: tkhagna@mail.ru
ORCID 0000-0002-4422-5602

³ *Аспирант*
тел.: +7(928)723-37-32, e-mail: fah11061987@mail.ru
ORCID 0000-0002-4734-1828

⁴ *Аспирант*
тел.: +7(928)723-37-32, e-mail: fah11061987@mail.ru
ORCID 0000-0002-4734-1828

Аннотация. В статье раскрываются методические приёмы, используемые в системе спортивного отбора юных футболистов с целью оптимизации их дальнейшей тренировочной деятельности. Предлагается комплекс мероприятий, обеспечивающий объективные критериальные характеристики, которым должны соответствовать юные футболисты в процессе их отбора на разных этапах подготовки, в т. ч. морфофункциональные и специальные, указывающие на уровень физического развития, функциональные возможности, физическую подготовленность. Процедура спортивного отбора является процессом сложным и многоэтапным. Необходимо использовать комплекс инструментов для проведения эффективного отбора. Система управления спортивной подготовкой должна быть ориентирована на эффективный отбор юных футболистов с учётом их физиологических особенностей. В процессе отбора возникают проблемы, так как отбор носит долгосрочный характер. Данное исследование направлено на определение особенностей отбора юных футболистов с учётом их соответствия тестовым профилям физической и функциональной подготовленности.

Ключевые слова: спортивный отбор, тесты, тренировочный процесс, типологические и конституционные особенности, физическое развитие и функциональное состояние, физическая подготовленность.

Для цитирования:

Для цитирования: Особенности отбора юных футболистов с учётом их соответствия тестовым профилям физической и функциональной подготовленности / А. М. Тхазеплов, Г. Н. Тхазеплова, М. А. Хамгоков [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2023. № 1 (85). С. 241-245. DOI: 10.47438/1999-3455_2023_1_241.

Введение[©]

Система управления спортивной подготовкой всегда связана с объективизацией данных о структуре всех сто-

рон подготовленности и учетом закономерностей становления спортивного мастерства в тренировочной деятельности. Проблема спортивного отбора в футболе, как и в других видах спорта, основывается на диагностике

спортивной способности, учитывающей целый спектр вопросов, связанных с характеристикой ряда показателей, обеспечивающих эффективность юных спортсменов в дальнейшей тренировочной деятельности [1, с. 15].

Противоречия, которые возникают в ходе спортивного отбора, в основном связаны с тем, что при организации тестовых процедур больше внимания уделяются показателям, получаемым в контрольных упражнениях, характеризующим не все стороны подготовленности. Объясняется это большим количеством кандидатов в спортивную школу и не совсем эффективно организованным, слабо разработанными научно-методической технологией и инструментарием.

В.Н. Платонов процедуру спортивного отбора делит на три этапа:

- определение специфики требований, которые предъявит будущая деятельность;
- прогнозирование возможностей конкретных кандидатов;
- принятие положительного или отрицательного решения с его последующей реализацией [6, с. 628].

Известно, что спортивный отбор носит долгосрочный характер, и не потому, что группы формируются в течение всего периода многолетней тренировки, а из-за того, что в силу наиболее объективной методики определения спортсменов в группы спортивной подготовки должна стать процедура разработки тестового профиля под каждый параметр спортивной деятельности юных спортсменов. Такие профили вполне способны играть роль матрицы в системе первичного отбора и перевода из групп начальной подготовки в учебно-тренировочные, специализации и спортивного совершенствования [10, с. 147].

Результаты

В процессе подготовки статьи были использованы антропометрические исследования и контрольные испытания (тестирование), математическая статистика. Антропометрические исследования способствовали уточнению соответствия фактических показателей должным нормам на разных возрастных этапах футболистов, контрольные испытания – оценке уровня функциональной и физической подготовленности. Измерительные процедуры по определению антропометрических характеристик оценивались по методике В.В. Бунака, 1941 [3, с. 54].

При оценке функциональной подготовленности в наших исследованиях, применялся универсальный наручный монитор сердечного ритма "Polar" S810, позволивший контролировать и прогнозировать напряжение по скорости релаксации сердечных сокращений. Оценку функциональных возможностей организма футболистов производили по тесту «стандартная нагрузка» (20 глубоких приседаний за 30 сек. по метро-

ному) и по расчету восстановления ЧСС после напряженной нагрузки в течение первых 3-х минут. Тестирование организовывалось в соответствии с требованиями теории тестирования двигательных действий [4, с. 205].

Для оценки уровня физической подготовленности регистрировались 7 показателей (упражнения в спринте, прыжках, челночного бега и упражнений с мячом). Разработанные критерии для оценки функциональной и физической подготовленности юных футболистов обеспечили сбор необходимой информации для создания собственной тестовой модели (соответствие персональных показателей выше, или ниже среднестатистическим характеристикам группы) с переводом в балльную систему. Известно, что мышечная деятельность и физическая нагрузка у юных спортсменов вызывает более продолжительную реакцию кардиореспираторной системы, чем у взрослых [9, с. 2].

С ростом и развитием организма увеличивается общая емкость легких и изменяются все показатели внешнего дыхания: частота, глубина, минутный объем дыхания, жизненная емкость легких. В этой связи, нами было отдано предпочтение возрастной группе юных футболистов пубертатного периода 14 лет (группа углубленной специализации), где наиболее прослеживаются происходящие морфофункциональные изменения и спортивные способности, а также конкретно определяется игровое амплуа. Проведенные исследования показали, что использование критериев с высокой степенью надежности и информативности контрольных тестов при оценке параметров подготовленности обеспечивает определение степени физической и функциональной подготовленности спортсменов, что способствует осуществлению формирования их тестовых профилей. Собранный фактический массив информации по оценке динамики физической и функциональной подготовленности юных футболистов позволил при его систематизации и статистической обработке приблизить к реальному состоянию соответствующий уровень исследуемых параметров индивидуальным способностям. Приведем несколько примеров по разработке и использованию тестовых профилей функциональной и физической подготовленности футболистов указанного возраста [5, с. 48].

Так как выше в работе отмечено, что длина и масса тела, находящиеся в диапазоне должных норм указывают на нормальный процесс роста и развития, были учтены эти и другие результаты, обосновывающие и функциональное состояние при подготовке тестовых профилей, которые можно увидеть в таблице 1. Учитывая возраст периода пубертата, для оценки функций работоспособности и восстановления организма спортсменов, применялся тест «стандартной нагрузки» и процесс восстановления после выполнения челночного бега 7x50 м. При расчете таблицы по системе 10-балльной шкалы индивидуальные данные принимались в сравнении от среднестатистических показателей группы, например: показания индивида в длине тела равно 166 см, за что ему начисляется 8 баллов и т.д.

Таблица 1 – Оценка физического развития и функциональной подготовленности спортсменов

Наименование измерений	Оценка по 10-балльной шкале									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Длина тела, см	170	168	166	164	162	160	157	155	153	151
Масса тела, кг	61,0	59,0	57,0	55,0	53,0	51,0	49,0	47,0	45,0	43,5
ОГК, см	83,0	82,0	81,0	80,0	79,0	78,5	77,0	76,0	75,0	74,0
ЖЕЛ, см ³	3000	2950	2800	2750	2600	2550	2500	2400	2300	2200
ЧСС в покое, удар/мин.	68,0	69,0	70,0	71,0	72,0	73,0	74,0	75,0	76,0	77,0

Наименование измерений	Оценка по 10-балльной шкале									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ЧСС на 3 мин после стандартной нагрузки, уд/мин.	88,0	89,0	90,0	91,0	92,0	93,0	94,0	96,0	98,0	100,0
ЧСС на 1 мин после нагрузки, в беге 7x50 м. уд/мин.	156	158	160	162	164	165	166	167	168	170
ЧСС на 3 мин после нагрузки, в беге 7x50 м. уд/мин.	94,0	97,0	99,0	100	102	104	106	108	109	110

Примечание: ОГК – окружность грудной клетки; ЖЕЛ – жизненная емкость легких; ЧСС – частота сердечных сокращений.

Аналогично данной таблице рассчитывались и показатели, физической подготовленности, после которого производился расчет уровня сторон подготовленности по 5 уровневой системе: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего и низкий (таблица 2). Например:

если тестовых показателей 8, то максимальное количество баллов для высокого уровня должно быть в диапазоне от 75 до 80 б., что соответствует в среднем 90–100 % и так по нисходящей.

Таблица 2 – Пример оценки уровня физического развития и функциональной подготовленности футболистов

№№ игроков	Уровни подготовленности (баллы)				
	Высокий 75–80	Выше среднего 69–74	Средний 63–68	Ниже среднего 58–62	Низкий ниже 58
1				61,5	
2	78,6				
3...		70,4			

В таблице 3 можно увидеть пример оценки уровня физической подготовленности (беговые и прыжковые

упражнения) по системе 10-балльной оценки футболистов.

Таблица 3 – Пример оценки уровня физической подготовленности

Наименование измерений	Оценка по 10-балльной шкале									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Бег 30 м, сек.	3,90	4,00	4,08	4,16	4,22	4,29	4,36	4,42	4,48	4,55
Бег 7x50 м, сек.	67,0	67,5	68,0	68,5	69,0	69,5	70,0	70,5	71,0	71,5
Тройной прыжок с места, см.	660	650	640	630	620	610	590	580	570	560

Примечание: данная таблица неполна, а лишь показывает шаблон заполнения результатов тестирования

Процедура перевода показателей в тестовые профили проста: имея данные результатов тестирования сторон подготовленности, переводим их в вариативные диапазоны, которым в дальнейшем должны соответствовать индивидуальные показатели футболистов. Например:

игрок показывает результат в беге на 30 м. время 3,95 секунд, для соответствия футболиста высокому уровню, его результаты сравниваются с разработанной таблицей, где обозначены необходимые показатели по тем или иным упражнениям (таблица 4).

Таблица 4 – Шаблон для тестового профиля физической подготовленности футболистов

Уровень Тесты	Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
	91–100 %	81–90 %	71–80 %	61–70 %	<61 %
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10 м с хода, сек	1,43–1,47	1,48–1,52	1,53–1,57	1,58–1,59	>1,59
Бег 10 м с/м, сек	1,98–1,99	2,00–2,09	2,10–2,18	2,19–2,21	>2,21
Бег 30 м, сек	3,97–4,16	4,17–4,19	4,20–4,23	4,24–4,28	>4,28
Челн. бег 7x50 м, сек	67,0–67,49	68,5–68,99	69,0–69,49	69,5–69,99	>70,0
Тройной прыжок с места, см	639–660	620–640	600–619	590–599	>599
Удар на дальность, м	40–43	38–39	36–37	34–35	<34

Выводы

Таким образом, технология разработки и применения тестового профиля по тем или иным параметрам подготовленности позволяет тренеру:

- 1) управлять тренировочным процессом и повысить эффективность подготовки футболистов;
- 2) минимизировать время, затрачиваемое на разовые процедуры тестирования;
- 3) минимизировать отсеивание футболистов на этапах

подготовки, сохранить и поддерживать необходимый уровень здоровья и спортивную работоспособность.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Антипов, Е. Морфофункциональные особенности футболистов // Теория и практика футбола. 1999.– № 4 – С 28.
2. Бгуашев, А. Б. Подвижные игры в системе подготовки юных футболистов : учебно-методическое пособие. Майкоп: АГУ, 2021. – 72 с
3. Бунак, В.В. Антропометрия. – М.: Медицина,1941. – 78 с.
4. Губа, В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: Монография– М.: Советский спорт, 2008. – 304 с.
5. Иорданская, Ф.А. мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений. М.: Издательство «Спорт», 2021. – 139 с.
6. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. М.: Советский спорт, 2005. – С. 627–632.
7. Подвижные игры и игровые упражнения с элементами футбола для студентов вузов : учебное пособие. – Москва : Дело РАНХиГС, 2022. 140 с.
8. Савостьянова, Е.Б. Морфологические особенности футболистов на разных этапах спортивной подготовки: Учебное пособие для студентов и слушателей РГАФК. – М.: РГАФК, 1997. – С. 47-48.
9. Семенов, Е. Н. Футбол. Курс лекций: учебно-методическое пособие— Воронеж : ВГАС, 2021. – 6 с.
10. Симонян, Н. П. Футбол - не только игра! Москва: Спорт-Человек, 2022. — 344 с.

References

1. Antipov E. Morphofunctional features of football players // Theory and practice of football. 1999.- No. 4 - C 28.
2. Bguashev, A. B. Outdoor games in the system of training young football players: a teaching aid. Maykop: ASU, 2021. - 72 p.
3. Bunak V.V. Anthropometry. - M.: Medicine, 1941. - 78 p.
4. Guba V.P. Theory and practice of sports selection and early orientation in sports: Monograph / V.P. Lip. - M.: Soviet sport, 2008. - 304 p.
5. Jordan F.A. monitoring of the functional readiness of young athletes - a reserve of sports of the highest achievements. M.: Publishing house "Sport", 2021. - 139 p.
6. Platonov V.N. The system of training athletes in Olympic sports. M .: Soviet sport, 2005. - S. 627-632.
7. Outdoor games and game exercises with elements of football for university students: a textbook. - Moscow: Case of the RANEPА, 2022. 140 p.
8. Savostyanova E.B. Morphological features of football players at different stages of sports training: Textbook for students and trainees of the RSAFK. - M.: RGAFK, 1997. - S. 47-48.
9. Semenov, E. N. Football. Course of lectures: teaching aid / E. N. Semenov, Yu. A. Chernousov. - Voronezh: VGAS, 2021. - 6 p.
10. Simonyan, N. P. Football is not only a game! Moscow: Sport-Man, 2022. - 344 p.

Поступила в редакцию 06.02.2023

Подписана в печать 29.03.2023

Original article

UDC 796

DOI: 10.47438/1999-3455_2023_1_241

**FEATURES OF THE SELECTION OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS
TAKING INTO ACCOUNT THEIR COMPLIANCE
TRUST PROFILES OF PHYSICAL AND FUNCTIONAL FITNESS**

Aniuar M. Thazeplov¹, Galina N. Thazeplov¹,
Murat A. Khamgokov³, Rustam L. Tkhazeplov⁴

Kabardino-Balkarian State University named after H. M. Berbekov^{1, 2, 3, 4}
Nalchik, Russia

¹ *PhD of Pedagogy, Associate Professor at the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Education and Sports Education*

ph.: +7(967)425-19-77, e-mail: txazeplov54@mail.ru

ORCID 0000-0001-8414-173X

² *PhD of Pedagogy, Associate Professor at the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Education and Sports Education*

ph.: +7(905)436-99-29, e-mail: tkhagna@mail.ru

ORCID 0000-0002-4422-5602

³ *Postgraduate student*

ph.: +7(928)723-37-32, e-mail: fah11061987@mail.ru

ORCID 0000-0002-4734-1828

⁴ *Postgraduate student*

ph.: +7(928)723-37-32, e-mail: fah11061987@mail.ru

ORCID 0000-0002-4734-1828

Abstract. The article reveals the methodological techniques used in the system of sports selection of young football players in order to optimize their further training activities. A set of measures is proposed that provides objective criteria characteristics that young football players must meet in the process of their selection at different stages of training, incl. morphofunctional and special, indicating the level of physical development, functional capabilities of physical fitness. The sports selection procedure is a complex and multi-stage process. It is necessary to use a set of tools for effective selection. The sports training management system should be focused on the effective selection of young football players, taking into account their physiological characteristics. There are problems in the selection process, as the selection is long-term. This study is aimed at determining the features of the selection of young football players, taking into account their compliance with the test profiles of physical and functional fitness.

Key words: sports selection, tests, training process, typological and constitutional features, physical development and functional state, physical fitness.

Cite as: Tkhazeplov, A. M., Tkhazeplova, G. N., Khamgokov, M. A., Tkhazeplov, R. L. (2023). Peculiarities of selection of young soccer players taking into account their compliance with the test profiles of physical and functional fitness. *Physical Culture and Health*. (1), 241-245. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_1_241.

Received 06.02.2023

Accepted 29.03.2023