



Пути развития массовых национальных видов спорта в России, мас-рестлинг

Материалы Всероссийской научно-практической
конференции с международным участием
в рамках Чемпионата России по мас-рестлингу

Казань, 23 апреля 2022 года





МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ



ФГБОУ ВО «Уральский
государственный институт
физической культуры и спорта»



ПГУ
ФК
СИТ

Поволжский государственный
университет физической культуры,
спорта и туризма



ГБУ Республики Саха (Якутия)
«Республиканский центр национальных
видов спорта им. В. Манчаары»



Пути развития массовых национальных видов спорта в России, мас-рестлинг

Материалы Всероссийской научно-практической
конференции с международным участием
в рамках Чемпионата России по мас-рестлингу

Казань, 23 апреля 2022 года

УДК 796.8
ББК 75.7
П 90

П 90 Пути развития массовых национальных видов спорта в России, мас-рестлинг: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием в рамках Чемпионата России по мас-рестлингу, Казань, 23 апреля 2022 года.

Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2022. – 540 с.

В сборнике представлены материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, прошедшей 23 апреля 2022 года в г. Казань в рамках Чемпионата России по мас-рестлингу.

Материалы представлены в авторской редакции.

Составители: А.И. Андросова, ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта, М.А. Ильясова, ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма».

Под общей редакцией к.п.н., профессора И.И. Готовцева.

ЗАВИСИМОСТЬ СПОРТИВНОГО РЕЗУЛЬТАТА БОРЦОВ ОТ ИХ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ДАННЫХ

А.С. Воложанина
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма
Казань, Россия

Аннотация. В работе рассмотрена зависимость спортивного результата спортсменов от антропометрических показателей. Описаны и проанализированы результаты проведенного исследования по определению зависимости спортивного результата борцов от их морфологических особенностей. Проведен корреляционный анализ между Вингейт-тестированием и антропометрическими показателями.

Ключевые слова: антропометрия, морфология, борьба, корреляционный анализ.

DEPENDENCE OF THE SPORTS RESULT OF WRESTLERS ON THEIR ANTHROPOMETRIC DATA

A.S. Volozhanina
Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism
Kazan, Russia

Annotation. The paper considers the dependence of the sports result of athletes on anthropometric indicators. The results of the study to determine the dependence of the sports result of wrestlers on their morphological features are described and analyzed. A correlation analysis was carried out between Wingate testing and anthropometric indicators.

Key words: anthropometry, morphology, wrestling, correlation analysis.

Построение эффективного тренировочного процесса для высококвалифицированных спортсменов является главной задачей для тренера. Это определяет его главную задачу-правильный подбор тренировочных методов и средств, которые будут в полной мере реализовывать индивидуальный спортивный потенциал спортсменов. Поэтому актуальной проблемой развития и совершенствования борцов в тренировочном процессе является создание специальных тренировочных программ и упражнений, которые будут учитывать особенности каждого спортсмена, его индивидуальные черты и функциональные факторы, определяющие физическую подготовленность к соревновательному периоду. Для этого необходимо закрепить, что каждая выбранная спортсменом специализация требует от него определенных требований, например, антропологических показателей или ведущих черт типа нервной системы. При правильно выбранном виде деятельности достижение высоких результатов будет достигаться с наименьшим сопротивлением при условии желая и дисциплинированности самого спортсмена. Таким образом, учет требований конкретного вида спорта, предъявляемых к организму человека - важнейшее условие воспитания спортсменов высокой квалификации.

Актуальность. Целью любой спортивной деятельности является достижение максимально возможного спортивного результата. В связи с этим актуальны исследования как индивидуальных возможностей спортсменов, так и предварительного отбора в спортивную специализацию. Антропометрические измерения позволяют получить объективные данные о важных морфологических параметрах тела – длине, массе, окружности груди и др. Данные многих исследований в различных странах мира показывают, что рост, масса тела и другие морфологические показатели играют важную роль в физиологии человека. Не составляет исключения и единоборства.

Борьба, как вид спорта предъявляет специфические требования к строению тела спортсменов. И выделяет ведущие (наиболее информативные) морфологические признаки, которые необходимо учитывать при спортивном отборе.

Объект исследования – тренировочный и соревновательный процесс борцов. Предмет исследования – связь антропометрических показателей и спортивной результативностью. Цель исследования – Выявление зависимости достижений гребцов-академистов от их антропометрических данных.

Методы и организация исследования. Исследование проходило на базе лаборатории Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. В исследовании приняло участие 18 спортсменов-борцов в возрасте от 18 до 24 лет, со спортивной квалификацией от 1 взрослого разряда до Мастера Спорта РФ. Методы исследования- антропометрические измерения, Вингейт-тестирование, педагогическое наблюдение, анализ и обработка полученных данных, анализ научной литературы. В процессе исследования были использованы калипер, биологические весы-анализатор Tanita,сантиметровая лента, ножной и ручной велоэргометр.

Результаты исследования и их обсуждение.

По результатам измерений выявлено, что средний рост спортсменов составляет 189 см. Индекс массы тела всех спортсменов соответствует физиологической норме. На фоне общей массы тела преобладает мышечная масса, тогда как жировой индекс по числовым показателям минимален. Обхват груди и плеч несколько больше, чем показатель у нетренированных людей с совпадающей конституцией тела.

Высокие показатели пиковой мощности и времени достижения пиковой мощности в первой и второй попытке свидетельствуют о том, что скоростно-силовые способности исследуемой группы борцов находятся на достаточно высоком уровне, что подтверждается уровнем их спортивного мастерства. Незначительная разница в средней скорости первой и второй попытки указывает на специальную выносливость исследуемых спортсменов. Разница в показателях пиковой мощности и времени достижения пиковой мощности объясняется наступлением утомления спортсменов в связи с выполняемой физической работой.

Метод корреляции на сегодняшний день является одним из наиболее эффективных методов для оценки показателей физического развития. При статической обработке коэффициент корреляции показывает связь между признаками. Коэффициенты корреляции имеют сильную статическую взаимосвязь, так как их значение приближено к единице и колеблется от 0 до -1. Это говорит о том, что антропометрические показатели спортсменов-борцов напрямую влияют на спортивный результат. Это подтверждают достоверные связи антропометрических показателей с результатами прохождения Вингейт-тестирования.

Таблица 1 – Показатели антропометрических измерений

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Разряд	МС	МС	МС	МС	МС	КМС	КМС	КМС	КМС	КМС	КМС	КМС	КМС	1	1	1	1	1
Рост	167	171	166	173	165	168	165	167	165	168	181	170	169	171	166	172	169	166
Вес	57	62	60	66	61	62	58	67	60	63	82	71	60	62	67	63	63	60
ИМТ	20.4	21.2	21.8	22.1	22.4	22	21.3	24	22	22.3	25	24.6	24.6	21.2	24.3	21.5	22.1	21.8
%жира	11,3	7,1	15,2	9,5	5,5	15,6	5,9	14,9	7,9	11,4	11,7	7,6	9,4	12,5	8,2	12,5	5,5	11,7
Масса мышц	58,8	53,3	59,7	71,6	58	64,7	54,6	51,8	55,1	62,6	70,3	66,2	58,7	59,2	57,3	59	58,8	70,3
Обхват плеча	28,5	29,5	33	34	29,5	34	29	27,5	28	33,5	32	30	29	31	29,5	30,5	29,5	32
Обхват груди	98	99,5	98,7	89,6	100	93	97,5	100	95,5	94,5	100	99,5	101,5	89	103,5	94,5	105	99
Обхват бедра	53,5	57	49,5	58	47	50	51,5	57	57	53	51,5	52,5	51	52	49	57	49	52,5
Обхват голени	35	39,5	33,5	35,5	33	34,5	31	38,5	37,5	37	35	34	34	34	34	37,5	34,5	34
КЖС бицепса	5	5	4	5	4	4	3	6	6	4	4	4	3	4	7	7	5	4
КЖС трицепса	8	12	8	9	10	7	15	10	10	5	7	6	4	15	16	9	9	12
КЖС груди	5	5	6	7	6	5	4	7	6	7	5	5	6	5	6	6	6	5
КЖС лопаток	18	16	15	16	13	13	13	20	17	14	16	15	12	15	13	17	13	15
КЖС живот	13		17	17	20	13	14	14	21	15	12	12	11	12	11	10	15	11
КЖС бедра	11	10	12	12	7	110	7	12	11	9	8	7	5	7	10	11	10	7
КЖС голени	4	5	5	7	5	6	4	6	5	4	4	5	3	5	8	5	8	6

Примечание: ИМТ-индекс массы тела; КЖС – кожно-жировая складка

Таблица 2 – Результаты Вингейт-тестирования

Наименование показателя	1 попытка	2 попытка
PP [W]	914,6	839,6
tPP [ms]	1182	1176
AP [W]	609,6	607

Примечание: PP [W] – пиковая мощность; tPP [ms] – время до пика; AP [W] – средняя мощность

Выводы. В спортивном и тренировочном процессе подготовки спортсменов-борцов важны такие показатели как сила, выносливость и быстрота. Однако их развитие зависит от множества факторов, основными из которых становятся антропометрические данные. По результатам проведенного исследования можно определить, что спортивный результат напрямую зависит от таких антропометрических данных, как рост, процент жира, обхваты плеча/груди/бедр/голени. Наименее важными оказались такие факторы, как, кожно-жировая складка бедер/лопаток.

Литература

1. Хаснутдинов Н. Ш., Иванова Е. С., Мавлиев Ф.А., Назаренко А.С. Показатели локальной мощности верхних и нижних конечностей борцов/Хаснутдинов Н. Ш., Иванова Е. С., Мавлиев Ф.А., Назаренко А.С. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2018. - №11(165). - С. 391-394.
2. Солонщикова В.С., Мавлиев Ф.А., Манина А.З. Методические аспекты проведения вингейт-теста и их теоретическое обоснование / В.С. Солонщикова, Ф.А. Мавлиев, А.З. Манина // Наука и спорт: современные тенденции. - 2019. - №1(22). - С. 75-81.

- А.И. Винокурова, С.С. Кузьмина, В.Р. Абрамова
ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ НИЗКОМОЛЕКУЛЯРНЫХ
АНТИОКСИДАНТОВ В КРОВИ СПОРТСМЕНОВ
КАК ИНФОРМАТИВНЫЙ ТЕСТ БИОХИМИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ 105
- Н.Э. Власенко
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ
В РАМКАХ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ 109
- А.С. Воложанина
ЗАВИСИМОСТЬ СПОРТИВНОГО РЕЗУЛЬТАТА БОРЦОВ
ОТ ИХ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ДАННЫХ 113
- С.А. Воробьева, Е.В. Сантьева
МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТЬ
В СИСТЕМЕ РОССИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ 117
- Р.А. Гайсин, И.Т. Хайруллин
РАЗВИТИЕ ТРАДИЦИОННЫХ И НАЦИОНАЛЬНЫХ
ВИДОВ СПОРТА В РОССИИ 120
- Г.Я. Галимов, М.Д. Кудрявцев, С.В. Фомин
ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ
ИНСТИТУТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА 124
- А.Ю. Гвалдин
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИАЛОГИЧНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
ПО КАРАТЭ С ПОМОЩЬЮ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ:
ОПЫТ ГЕРМАНИИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19 128
- Гилев Г.А., Е.А. Клусов, А.И. Фабрика, Е.Е. Щербакова
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В РЕАБИЛИТАЦИИ ОТКЛОНЕНИЙ
В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 132
- Ю.А. Глебов, А.А. Хорунжий
ТЕХНОЛОГИЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
И КРИТЕРИЕВ ОТБОРА ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ,
СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ 134
- Л.А. Годз, Т.А. Нескреба, С.И. Шиншина
ИНТЕГРАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА ДНР И РОССИИ
КАК УСЛОВИЕ РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ПОДХОДА 139