

Лапицкая Елена Михайловна

канд. пед. наук, доцент, доцент

ГАОУ ВО «Московский государственный

университет спорта и туризма»

г. Москва

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ, ПОСТУПАЮЩИХ В ОРГАНИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Аннотация: по мнению автора статьи, снижение возраста начала занятий спортом детского контингента в настоящее время подошло к опасной черте, если пересечь ее, то значительно возрастет не только число получающих травмы дошкольников, но это также затормозит не только их физическое и моторное развитие, но может позднее сказаться на состоянии здоровья поколения.

Ключевые слова: занятия спортом, спортивные секции, физическая нагрузка для дошкольников.

Минимальный возраст зачисления в спортивные школы по видам спорта регламентировался Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2003 №27 «О введении в действие Санитарно-эпидемических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.1251-03», который утратил силу в 2020 г. В указанном нормативно-правовом документе минимальный возраст зачисления детей в спортивные школы от 6 до 12 лет в зависимости от видов спорта.

Минимальный возраст зачисления в группы начальной подготовки в ДЮСШ также отражен и в стандартах спортивной подготовки по видам спорта. Причем в группы спортивно-оздоровительной подготовки дети могут быть приняты и с более раннего возраста, что не нарушает эти положения. Необходимость решения вопроса о времени начала спортивных занятий для детей обусловлено поручением Президента РФ от 8 июня 2022 г. №Пр-1005, п.7 «О внесении в нормативно-правовые акты Российской Федерации изменений, предусматривающих

установление минимального возраста приема детей, обучающихся по программам спортивной подготовки в зависимости от вида спорта», – решение Совета при Президенте по развитию физической культуры и спорта от 26 апреля 2022 г.

Проблема начала занятий в спортивных секциях не нова, и 40–50 лет назад тренеры начинали отбор в спортивные секции достаточно рано: на занятия акробатикой, гимнастикой, художественной гимнастикой можно было привести ребенка в 3–3,5 года. И хорошо, если тренеры понимали, что они работают с совсем маленькими детьми, для которых необходимо подбирать определенные упражнения, которые не будут приводить к травматизму, задержке физического, психического и умственного развития. В 1990 г. на конференции, в которой принимали участие главные врачи и заведующие отделениями ведущих физкультурно-оздоровительных диспансеров СССР, прозвучал призыв разрешить тренерам работать с дошкольниками, однако в те годы выпускники спортивных вузов и факультетов физического воспитания педагогических институтов получали знания только о детях, начиная с младшего школьного возраста. Более того, большой процент тренерского контингента работал, не имея специального образования. Несмотря на строгую регламентацию не только приема в спортивную секцию по видам спорта, но и участия в соревнованиях, которая определялась спортивными врачами, нарушения были и прошлые десятилетия. Почему мы обращаем внимание на рекомендации, разработанные врачами физкультурно-оздоровительных диспансеров (Воронцов И.М., 1986)? Ровно потому, что именно эти врачи отслеживают состояние здоровья спортсменов с момента выполнения ими спортивного разряда до окончания спортивной деятельности. Именно спортивные врачи могут отследить развитие профессиональных заболеваний по каждому виду спорта, предлагают профилактические мероприятия, чтобы избежать те или иные отклонения в состоянии здоровья.

В настоящее время вопрос начала занятий в спортивных секциях становится все более актуальным. Мы уже наблюдаем проведение международных турниров для детей даже дошкольного возраста, в дошкольных учреждениях

пропагандируют занятия тренерами по программам спортивной подготовки, например, такая программа, как «Маугли» для детей 4–7 лет, в которой к весне (3-й этап занятий) моторная плотность рекомендуется 75–80%, 80–100 отжиманий в упоре лежа, 80–100 приседаний, кувырки, стойки и ходьба на руках, и проч. Надо сказать, что только на нашей конференции в прошлом году были заявлены 4 доклада, рекомендующих введение этой бесчеловечной программы Петрова А.В. [1] для тренеров по разным видам спорта.

Совсем недавно прошел международный спортивный форум «Россия спортивная держава» в г. Перми, на котором 19.10.2023 г. состоялся круглый стол, на котором обсуждался вопрос возраста начала занятий детей в спортивных секциях. Хочется обратить ваше внимание на два выступления.

В.М. Кенис, д.м.н., проф., нейрохирург, врач-травматолог-ортопед, зам. директора ФГБНУ «Научно-исследовательский детский ортопедический институт им. Турнера» МЗРФ обратил внимание на особенности опорно-двигательного аппарата ребенка. В т.ч. наличие активных функционирующих зон роста, на относительно низкую минеральную плотность костной ткани дошкольников, что может привести к снижению механической прочности кости, возможное негативное влияние на «депо» кальция, на то, что механические свойства мягких тканей выше, чем костной. Специфическое повреждение зон роста может привести к нарушению их функционирования, а негативное влияние интенсивных нагрузок на рост в целом [2].

Еще одно сообщение на круглом столе, подготовленное И.А. Малёваной, канд. мед. наук, доцентом, директором ГУ «Республиканский научно-практический центр спорта» (Беларусь) обращает на себя внимание. Докладчиком проанализированы сведения по нескольким странам мира: британская модель долгосрочной подготовки спортсменов, американская, шведская и норвежская. Задан главный вопрос: приводит ли ранняя специализация к успешной карьере? Вскрыты факторы ранней специализации и недостаточная изученность воздействия на организм спортсменов, в т.ч. на задержку биологического созревания, травматизм и проч [3].

Нельзя не обратить внимание и на выступление на другом круглом столе 13 октября 2023 г. В.Д. Сонькина, д.б.н., проф. (проф. кафедры Физиологии РУС «ГЦОЛИФК» и гл.н.с. ФГБНУ «ИРЗАР») с лекцией «Физические возможности ребенка». В связи с изменением пропорций тела меняется и биомеханика движений. У ребенка повышенный расход энергии (примерно в два раза выше, чем у взрослого), причем на рост много энергии не идет, идет на дифференцировку развития, на развитие органов и систем организма, эти процессы разделены и в пространстве, и во времени. Возрастная периодизация имеет очень большое значение. В каждом возрастном периоде решаются свои задачи. Каждый такой период определяет, как начало и окончание обучения в школе, призыв в армию и т. д. Кроме того, дети одного пола растут и развиваются неодинаково, имеет значение и тип телосложения каждого индивида. В.Д. Сонькин считает, что тренер не может решать, готов ли ребенок заниматься в 3–4 года, если и проводить этот безнравственный эксперимент, то смотреть следует отставленный эффект через 10–15 лет, не видит научных оснований к разрешению занятий спортом слишком рано. Ребенок 4 лет только научается бегать, до 4 лет нет фазы полета. Биомеханика движений другая, опорно-двигательный аппарат не готов к спортивным занятиям в 3–4 года, а ОФП можно давать в 5–6 лет [4; 5].

Что же получается? Ученые говорят об опасности ранних занятий спортивной направленности, опыт практиков – о том, что тренировки с высокой нагрузкой приводят к травматизму, задержке физического (и не только) развития, а вопрос о снижении возраста начала занятий в спортивных секциях и группах ставят снова и снова. Для решения такой задачи действительно не стоит проводить бесчеловечные эксперименты на маленьких детях. Отставленный эффект можно наблюдать и совсем безопасном способом. Достаточно провести анкетирование большого числа спортсменов разных специализаций, в том числе и представителей сборных команд России по разным видам спорта, задав вопросы о начале занятий спортом, каким именно, в каком объеме, проанализировать показатели их физического развития и состояние здоровья,

выявить травмы. Кстати говоря, именно такой подробный анализ был проведен Слабоденюком А.В. по греко-римской борьбе [6].

В нашем институте на первом этапе исследования достаточно разработать программу анкетирования с возможностью последующей обработки больших массивов данных. Следует опросить всех студентов и преподавателей нашего института, провести аналогичное изучение воспитанников тренеров (наших студентов-заочников) и тех, кто продолжает тренироваться в спортивных командах. Те студенты, кто проводят занятия с дошкольниками и младшими школьниками, могут опросить родителей, затем провести исследования физического и моторного развития своих подопечных. Набрав достаточную базу данных, мы сможем провести математико-статистическую обработку, выделяя, как спортсменов высокого класса (по видам спорта), так и группируя испытуемых по нозологиям, по возрасту, полу и т. п. Работа по разработке электронной анкеты (1 этап), проведение мониторинга физического и моторного развития разных групп населения (2 этап), разработка рекомендаций (3 этап) для родителей, людей разных возрастных групп может быть интересной для студентов и преподавателей нашего института. Создание таких творческих групп по направлениям работы может быть полезна не только для нашего института.

Список литературы

1. Петров А.В. Спортивно-оздоровительная программа «Маугли» / А.В. Петров; Спортивно-гимнастический клуб «Спортинтерцентр». – Ногинск, 2018. – 47 с.
2. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://disk.yandex.ru/i/2VoOe1GkPNTgsw> (дата обращения: 29.02.2024).
3. Ранний спорт. Подводные камни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://disk.yandex.ru/i/d2RPiJ9o6Y4pFA> (дата обращения: 29.02.2024).
4. Сонькин В.Д. Физические возможности ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://disk.yandex.ru/i/DpbrzcDYOMbCsw> (дата обращения: 29.02.2024).

5. Слободенюк А.В. Ранняя спортивная специализация и форсирование подготовки на примере греко-римской борьбы / А.В. Слободенюк // Молодой ученый. – 2021. – №51 (393). – С. 494–499 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/393/87120/> (дата обращения: 30.10.2023). EDN ADLWAM