

УДК 796/799

## **К ВОПРОСУ О ВЛИЯНИИ МОРФОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ИНДИВИДА В ПРАКТИКЕ СПОРТИВНОГО ОТБОРА**

*Е. Н. Шутова*

*курсант 3 курса*

*Белгородского юридического института*

*МВД России имени И. Д. Путилина*

*Научный руководитель: И. С. Беляев,*

*старший преподаватель кафедры физической подготовки*

*Белгородского юридического института*

*МВД России имени И. Д. Путилина*

В современном обществе формируется проблема физической активности человека, которая включает в себя организацию правильной спортивной подготовки. Основным решением такой проблемы является нахождение наиболее эффективных методов и тренировок среди спортсменов, чтобы обеспечить высокие результаты. Тот вид спорта, который был выбран с учетом особенностей соматотипа спортсмена, будет способствовать формированию целенаправленных и регулярных тренировок, обеспечит легкость выполнения поставленных задач. Благодаря изучению особенностей строения тела спортсменов можно определить биомеханические преимущества в соревнованиях по различным видам спорта, которые необходимо учитывать при выборе определенного направления спортивных занятий.

Морфофункциональные показатели и специальные физические качества напрямую влияют на эффективность выполнения физических действий и их технику [1]. Следовательно, необходимо выбирать определенные средства и методы, чтобы развить скоростно-силовые качества спортсменов. В частности, и морфологические особенности, и возраст, и функциональное состояние, анатомическое строение тела определяют интенсивность этих тренировок.

Методика применения соматотипирования как критерия отбора в спорте будет заключаться в разделении подростков на различные группы в результате проведенных обследований в зависимости от их предрасположенности [2].

Заблаговременное определение индивидуальных способностей человека выявит сильные стороны каждого и определит направления физического совершенствования. Так будет выстроена оптимальная модель соревновательной деятельности, чтобы поднять эффективность тренировок, а также будет определен тот или иной вид спорта, к которому есть предрасположенность у спортсмена. Следовательно, произойдет индивидуализация всего процесса

тренировок, которая станет предпосылкой улучшения подготовки спортсменов и на дальнейших этапах многолетней подготовки будет играть решающую роль в его физическом развитии.

- 
1. Способности, как критерии ориентации и отбора [Электронный ресурс]. URL: [https://studbooks.net/661507/turizm/sposobnosti\\_kriterii\\_orientatsii\\_otbora](https://studbooks.net/661507/turizm/sposobnosti_kriterii_orientatsii_otbora) (дата обращения: 24.12.2022). [Вернуться к статье](#)
  2. Никитюк Б. А. Факторы роста и морфофункционального созревания организма. М. : Наука, 1978. 143 с. [Вернуться к статье](#)