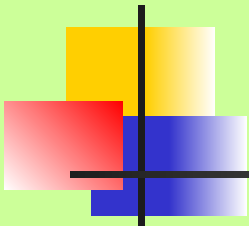


Факультет естествознания физической культуры и безопасности
жизнедеятельности
Кафедра физической культуры, спорта и безопасности
жизнедеятельности



СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА

Подготовил: к.п.н., доцент
Чайников С.А.

Мурманск
2011



План:

1. Спортивная ориентация и отбор как факторы многолетней подготовки спортсмена.
2. Этапы и методика отбора.



ЛИТЕРАТУРА

- Железняк Ю.Д. «ПФСС».
- Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. «ТиМФВиС».
- Чермит К.Д. «ТиМФК» (опорные схемы). Уч. пособие. М., 2005.
- Филин В.П. «Теория и методика юношеского спорта». Уч. пособие. М., 1987.
- Булгакова Н.Ж. Отбор и подготовка юных пловцов. М., 1986.
- Туманян С.Г. Спортивная борьба: отбор и планирование. М., 1984.



Спортивный отбор -

комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую *степень предрасположенности (одаренности)* ребенка к виду спорта (Ж.К. Холодов).



Спортивный отбор -

комплекс мероприятий, позволяющий оценить потенциальную одаренность и *прогнозировать спортивные достижения* (К.Д. Чермит).

Основная задача - выявление *задатков и способностей*, в наибольшей мере соответствующих требованиям вида спорта.



Способности —

совокупность качеств личности, соответствующая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешность ее выполнения.

Виды:

- **общие** – обеспечивающие овладение ЗУН-ами и продуктивность в различных видах деятельности.
- **специальные** – способствующие достижению высоких результатов в конкретном виде спорта.

Спортивные способности во многом зависят от **задатков** (наследственно обусловленных, стабильных, консервативных).



Задатки -

анатомо - физиологические особенности нервной системы, служащие базой для формирования тех или иных способностей (БСЭ).



Спортивная ориентация -

система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта (Ж.К. Холодов).



Спортивная ориентация -

комплексная система организационно-методических мероприятий, на основе которых определяется узкая специализация индивида в определенном виде спорта (В.П. Филин).

Основ. задача СОр - выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности.

Компоненты спортивной ориентации и отбора

(по К.Д.Чермит):

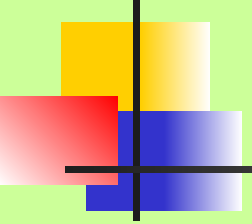
- определение идеального типа спортсмена;
- условное распределение детей на группы по уровню одаренности;
- прогнозирование темпов роста спортивных достижений;
- выбор формы организации, процедур и процесса отбора.

Критерии спортивной ориентации и отбора (по К.Д.Чермит)



Первичный отбор:

- оценка двигательных способностей;
- оценка телосложения;
- оценка функциональной подготовленности;
- оценка мотивации.



Критерии спортивной ориентации и отбора (по К.Д.Чермит)

Вторичный отбор:

- уровень начальных спортивных достижений;
- темпы роста спортивных достижений;
- стабильность спортивных достижений.

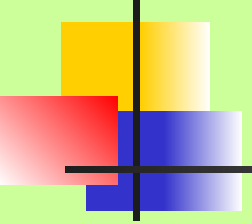
Основные положения теории спортивного отбора (СО)

- **СО** – многоступенчатый многолетний процесс, охватывающий все периоды спортивной подготовки;
- **Основа СО** – всестороннее изучение способностей спортсменов, создание благоприятных предпосылок для формирования способностей, позволяющих успешно совершенствоваться в избранном виде спорта.



Основные положения теории спортивного отбора (СО)

- Слабое проявление свойств личности и качественных особенностей к одному из видов спорта не может рассматриваться как отсутствие спортивных способностей.
- Прогнозировать спортивные способности можно только применительно к отдельному виду или группе видов.
- Начало СО - в детском возрасте, конец - в сборных командах страны для участия в Олимпийских играх.



Этапы спортивного отбора

(по К.Д. Чермиту)

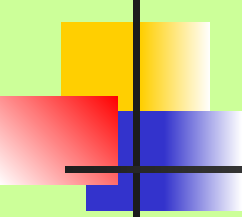
- Спортивная ориентация (1-ный отбор);
- Спортивный отбор (2-ный отбор);
- Отбор кандидатов в сборные команды;
- Комплектование сборных команд.



Этапы спортивного отбора (по Ж.К.Холодову)

- Спортивная ориентация и массовый отбор в ДЮСШ;
- Отбор в УТГ и ГСС спортивных школ;
- Отбор в ЦОП, СДЮШОР и УОР;
- Отбор кандидатов в сборные команды.

1 этап – массовый отбор

- 
-
- массовый просмотр детей 6-10 лет.
 - *Цель* - ориентация на занятия тем или иным видом спорта для привлечения двигательльно одаренных детей в ДЮСШ.
 - В ГНП ДЮСШ принимаются дети в соответствии с возрастом, определенным для данного вида спорта.



1 этап – массовый отбор

- СО - сложная работа.
- Пример: набор 2-3 ГНП (по 20-25 чел.) – просмотр >100 детей.
- Статистика– из 60000 детей, пришедших в плавательный бассейн, только 1 выходит на уровень МСМК (Платонов).



1 этап – массовый отбор

Критерии отбора:

- рекомендации учителя физической культуры;
- данные медицинского обследования;
- антропометрические измерения и их оценка с позиций перспективы.

Методы отбора:

- Педагогические наблюдения;
- Контрольные испытания (тесты);
- Смотры-конкурсы по видам спорта;
- Социологические и медицинские исследования.



1 этап – массовый отбор

Показатели массового отбора в ДЮСШ, СДЮШОР:

- 1. Физическое развитие.* Метод - антропометрия: длина тела, стопы, весоростовой индекс, ЖЕЛ, окружность грудной клетки, сила мышц-сгибателей кисти.
- 2. Двигательные способности и ОФП.* Метод – тестирование (бег на 30 м со старта, непрерывный бег 5 мин., скоростной бег на месте 10 с, челночный бег 3x10 м, прыжок в длину с места, подтягивание в висе, бросок мяча 2 кг, прыжок в высоту с места и др.)
- 3. Функциональные возможности.*
- 4. Темпы прироста спортивных показателей.*
- 5. Специальная физическая подготовленность.*



2 этап – отбор в УТГ и ГСС

Цель - выявление спортивно одаренных детей для комплектования УТГ и ГСС. Отбор - в течение последнего года обучения в ГНП.

Программа отбора:

- оценка состояния здоровья;
- выполнение контрольно-переводных нормативов;
- антропометрические измерения;
- выявление темпов прироста физических качеств и спортивных результатов;
- определение спортивной специализации.

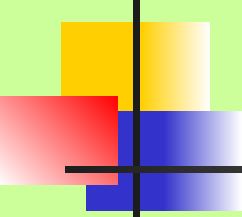


2 этап – отбор в УТГ и ГСС

Методы отбора:

- педагогическое наблюдение;
- контрольные испытания (тесты);
- психологические обследования;
- социологические исследования;
- медико-биологическое обследование.

3 этап - отбор в ЦОП, СДЮШОР и УОР



Цель - поиск перспективных спортсменов и зачисление их в ЦОП, СДЮШОР и УОР.

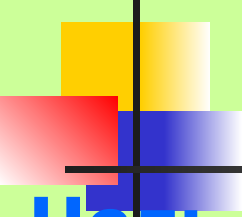
Программа отбора:

- обследование соревновательной деятельности спортсменов;
- тестирование.

Методы отбора:

- педагогическое наблюдение;
- контрольные испытания (тесты);
- психологические обследования;
- соревновательные и контрольные прикидки;
- медико-биологическое обследование.

4 этап – отбор кандидатов в сб. команды



Цель - отбор кандидатов в основные составы сб. команд областей, краев, России.

Показатели отбора:

- динамика спортивно-технических результатов (начало, вершина, спад по годам подготовки);
- выполнение элементов техники в экстремальных условиях;
- степень технической готовности и устойчивости спортсмена к сбивающим факторам в условиях соревнований;
- двигательный потенциал;
- способности к перенесению высоких тренировочных нагрузок;
- психическая устойчивость спортсмена в соревнованиях.

Основная форма отбора кандидатов – спортивные соревнования.



Домашнее задание

1. подготовка и защита мультимедийной презентации

по теме:

«Спортивная ориентация и отбор»

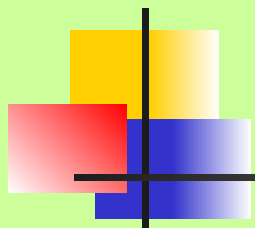
(на примере своего вида спорта, этап отбора любой)



Домашнее задание

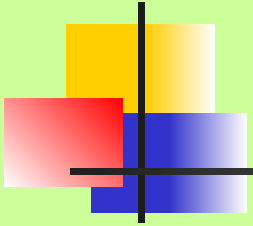
В презентации должно быть отражено:

- возраст контингента;
- прогностически значимые признаки (физическое развитие, двигательные способности и общая физическая подготовленность, функциональные возможности);
- ориентировочные нормативы оценки физического развития спортсменов;
- ориентировочные нормативы оценки физической подготовленности спортсменов;
- требования, предъявляемые к занимающимся данным видом спорта;
- степень влияния различных физических качеств на результативность;
- комплекс контрольных испытаний (тестов), который целесообразно применять на этапе отбора.



Спасибо за внимание!

Автор: Чайников С.А., к.п.н., доцент кафедры ФК,СиБЖД



СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА

МГГУ

кафедра ФК,СиБЖД

s.chaynikov@mail.ru