

Отбор и спортивная ориентация

Герасина Ульяна Валерьевна

A decorative graphic element consisting of a thick teal horizontal bar, followed by a white horizontal bar, and then three thin, parallel teal horizontal lines.

Сущность отбора и его основные задачи

- **Спортивный отбор** – это многоступенчатый многолетний процесс, охватывающий все этапы спортивной подготовки
- **Отбор** – это поиск здорового ребенка, ориентированного на повышенную двигательную активность.
- **Спортивная ориентация** – это выбор для каждого, отдельно взятого, ребенка вида **спортивной деятельности**, исходя из требований вида спорта (межвидовая ориентация) или соответствия спортивному амплуа (внутривидовая ориентация).

Задачи отбора

- 1. Отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта**
2. Диагностика степени одаренности
3. Определение модели спортсмена высокого класса
4. Организация спортивного отбора

Этапы отбора

1. Первичный отбор состоит из двух слагаемых частей:

- а) **предварительный** просмотр детей 6-10 лет. Длится до 3 месяцев;
- б) **углубленная** проверка до 2-х лет в группах начальной подготовки.

2. Перспективный отбор (4-5 лет) – это этап спортивной ориентации, многолетнее систематическое индивидуальное изучение занимающихся в группах УТГ.

К 15-16 годам выполнение КМС.

Этапы отбора

3. Преолимпийский отбор – это отбор на этапе спортивного совершенствования (3-4 года) в СШОР, в УОР, в центры олимпийской подготовки.

Комплектование ближнего олимпийского резерва в юношеские и юниорские сборные России.

4. Олимпийский отбор – отбор на этапе высшего спортивного мастерства.

Предполагает отбор и комплектование сборной команды страны для участия в крупнейших международных соревнованиях.

Критерии отбора

1. Состояние здоровья применяется на всех этапах определения спортивной пригодности. Основной задачей врачебных исследований является выявление противопоказаний для занятий избранным видом спорта.

2. Состояние функций и систем организма спортсмена (на всех этапах, особенно спорт. совершенствования).

3. Физическое развитие как комплекс морфофункциональных показателей. (I и II этап).

4. Биологический возраст – определяет сенситивные периоды в развитии физических качеств.

Критерии отбора

5. Физические качества и способности, определяющие успехи в конкретных видах спорта.

6. Психологические предпосылки одаренности, психологическая устойчивость. **применяются на II и III этапах**

7. Специфические способности к данному виду спорта.

8. Быстрота и качество восстановительных процессов.

9. Динамика спортивных результатов за последние 2-3 года.

10. Уровень технической подготовленности

11. Степень технической устойчивости и готовности к ведению спортивной борьбы в экстремальных условиях.

12. Содержание тренировочного процесса в предыдущие годы. На 2,3 и 4 этапах

Методы отбора

- 1. Педагогические методы исследования;** они позволяют оценить уровень развития **физических качеств, координационных способностей**, а также уровень **спортивно-технического мастерства** испытуемых
- 2. Медико-биологические методы** исследования выявляют: а) **морфофункциональные особенности**, б) состояние **анализаторских систем** организма, в) **уровень физического развития** спортсмена.
- 3. Психологические методы** исследования определяют особенности психики спортсмена, оценивают психологическую совместимость спортсменов.
- 4. Социологические исследования** выявляют интересы спортсменов к занятиям тем или иным видом спорта, эффективные средства и методы формирования этих интересов
- 5. Контрольные испытания**
- 6. Смотры, конкурсы по видам спорта**