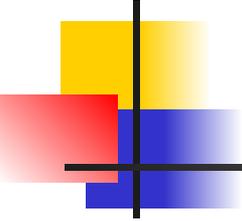


Мурманский арктический государственный университет  
Факультет физической культуры и безопасности жизнедеятельности  
Кафедра физической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности



---

# СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА

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

Мурманск  
2019



## *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.
- Курамшин Ю.Ф. «ТиМФК». – М., 2007.
- Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры - М. : Академия, 2012.



# ***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 способностей

---

- **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:*

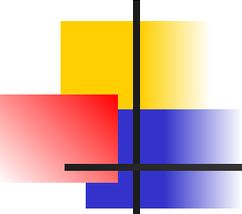
- уровень начальных спортивных достижений;
- темпы роста спортивных достижений;
- стабильность спортивных достижений.



# 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.

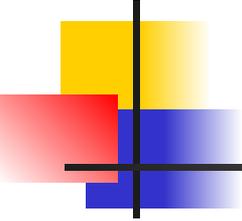


# *Этапы спортивного отбора (по Ж.К.Холодову)*

---

- 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 двигательно 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.



## *1 этап – массовый отбор*

---

### *Методы отбора:*

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



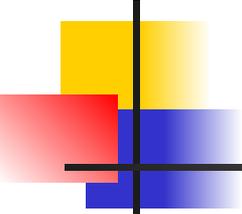
# *1 этап – массовый отбор*

---

## *Показатели массового отбора в ДЮСШ, СДЮШОР:*

### *1. Физическое развитие.*

Метод - антропометрия: длина тела, стопы, весоростовой индекс, ЖЕЛ, окружность грудной клетки, сила мышц-сгибателей кисти (динамометрия).

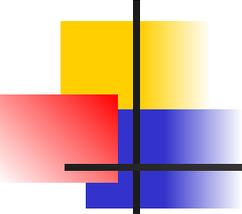


# ***1 этап – массовый отбор***

---

## ***Показатели массового отбора в ДЮСШ, СДЮШОР:***

***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.)

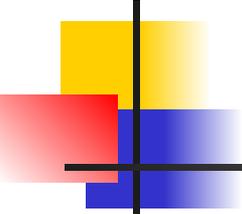


# ***1 этап – массовый отбор***

---

***Показатели массового отбора  
в ДЮСШ, СДЮШОР:***

- 3. Функциональные возможности.***
- 4. Темпы прироста спортивных показателей.***
- 5. Специальная физическая подготовленность.***



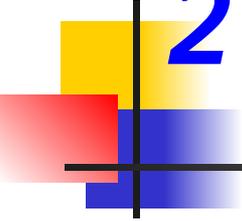
## *2 этап – отбор в УТГ и ГСС*

---

**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.

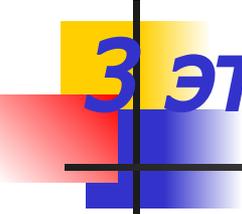


## *2 этап – отбор в УТГ и ГСС*

---

### *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, ДЮСШОР и УОР.

### **Программа отбора:**

- обследование соревновательной деятельности спортсменов;
- тестирование.

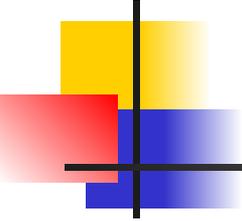
# *3 этап - отбор в ЦОП, СДЮШОР и УОР*



---

## **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;

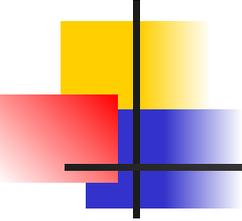


## *4 этап – отбор кандидатов в сб. команды*

---

### **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;



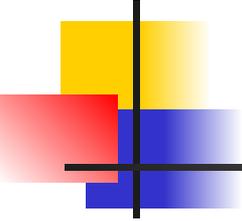
## *4 этап – отбор кандидатов в сб. команды*

---

### **Показатели отбора:**

- двигательный потенциал;
- способности к перенесению высоких тренировочных нагрузок;
- психическая устойчивость спортсмена в соревнованиях.

**Основная форма отбора кандидатов**  
— спортивные соревнования.



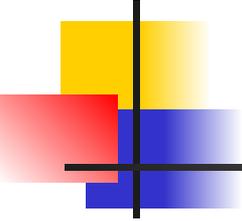
# ***Задание к семинару***

---

1. подготовка и защита мультимедийной презентации по теме:

**«Спортивная ориентация и отбор»**

(на примере своего вида спорта, этап отбора любой)

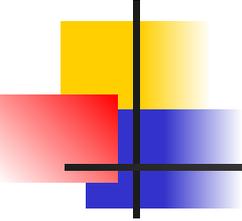


# *Задание к семинару*

---

*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;

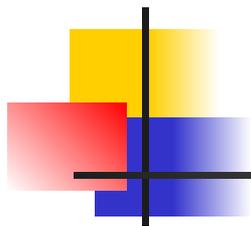


## ***Задание к семинару***

---

***В презентации должно быть отражено:***

- 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!*