

ОСНОВИ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ОБРАНИМ ВИДОМ СПОРТУ

*А.А. Вигівський
В.К. Шаверський*

Житомирський державний університет імені Івана Франка,
вул. Велика Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна

Актуальність. Виявлення перспективних спортсменів, здатних досягти високих спортивних результатів набуває особливої актуальності тому, що для їх досягнення спортсмен повинен мати необхідні морфологічні дані, унікальне співвідношення комплексу фізичних і психічних здібностей [1,3,4]. У зв'язку з цим знання вимог конкретного виду спорту є однією з найважливіших умов ефективного відбору перспективних спортсменів. Практика показує, що на початкових етапах спортивного тренування не завжди вдається відібрати той контингент, який відповідає конкретному виду спорту [3,7]. Тому в спортивних школах відбувається великий за кількістю і тривалий за часом відсів дітей, викликаний відсутністю зростання їх індивідуальних результатів. Отже, помилкова спортивна орієнтація дітей та підлітків призводить до великих втрат, травмує психіку дитини та не дозволяє підвищити якість тренувального процесу.

Необхідно на теперішній час озброїти тренерів, викладачів фізичного виховання знаннями про сучасні об'єктивні критерії спортивного відбору талановитих спортсменів.

Мета дослідження: на основі вивчення науково-методичної літератури встановити ефективні засоби і методи спортивного відбору до занять обраним видом спорту на початковому етапі спортивного тренування.

Об'єкт дослідження: спортивний відбір обдарованих дітей і підлітків.

Предмет дослідження: комплексна методика спортивного відбору до занять в обраному виді спорту.

Методи дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури, аналіз і узагальнення передового спортивного досвіду фахівців у спортивному відборі обдарованих дітей і підлітків.

Результати досліджень: аналіз і теоретичне узагальнення результатів численних досліджень [1,5,6] дозволяють сформулювати основні положення теорії спортивного відбору.

Спортивний відбір, на думку В.П.Філіна [7] є системою організаційно-методичних заходів. на підставі яких виявляються задатки і здібності дітей, дівчат і хлопців для спеціалізації в певному виді спорту.

Б.А.Ашмарін [2] під спортивною орієнтацією пропонує розуміти вид соціальної орієнтації, спрямованої на надання спортивної спеціалізації з обліком їх індивідуальних здібностей, схильностей та інтересів. На його думку, технологія орієнтації і відбору єдина. різниця тільки в підході: при орієнтації обирають вид спорту для конкретної людини, а при відборі – людину для конкретного виду спорту.

В.Н.Платонов [4] під спортивним відбором розуміє процес пошуку обдарованих людей, які можуть досягти високих результатів у конкретному виді спорту, а спортивна орієнтація – це визначення перспективних напрямків досягнення вищої спортивної майстерності. Не одномоментні події на тому чи іншому етапі спортивного вдосконалення, а практично безперервний процес, який охоплює всю багаторічну підготовку спортсмена.

Програма відбору юних спортсменів повинна вирішуватись комплексно [1,4,5,7] на основі застосування антропометричних досліджень, медико-біологічного, педагогічного контрольного випробування, психологічного дослідження.

Антропометричні дослідження проводяться з необхідністю визначати на скільки дитина, яка зараховується в спортивну школу, відповідає морфологічному типу, який характерний для висококваліфікованих спортсменів з обраного виду спорту [1]. В

спортивній практиці існує представлення про морфотипи спортсменів (довжина тіла, вага тіла, тип тіла, будова і т.д.). Наприклад, в баскетболі, легкоатлетичних метаннях, греблі, необхідна велика довжина тіла.

На основі використання медико-біологічних методів дослідження дається оцінка стану здоров'я, фізичному розвитку, фізичній підготовленості дітей. В процесі медико-біологічних досліджень велику увагу приділяють тривалості відновлювальних процесів в організмі дитини після виконання значних навантажень.

Педагогічне контрольне випробування: за даними результатами судять про розвиток необхідних фізичних якостей і здібностей дитини, для успішної спеціалізації в тому чи іншому виді спорту. В системі відбору контрольні випробування повинні проводитися з таким розрахунком, щоб визначити те, що зможе зробити в подальшому дитина. Тобто виявити її здібність до вирішення рухливих завдань, прояву рухливої творчості, умінню управляти своїми рухами [4].

За допомогою психологічного дослідження оцінюється стійкість до стресових ситуацій на змаганнях, здатність настроюватись на активну змагальну боротьбу, вміння мобілізувати зусилля при гострій конкуренції, психічну стійкість при виконанні напруженої тренувальної роботи.

Висновки:

При зарахуванні дітей в групи попередньої спортивної підготовки слід здійснювати відбір комплексно, спираючись на:

- а) медико-біологічні аспекти (дається оцінка стану здоров'я дитини, а також наскільки дитина відповідає морфологічному типу, який характерний для обраного виду спорту);
- б) педагогічні (отримувати оцінку про розвиток фізичних якостей та здібностей);
- в) психологічні (враховувати здатність до надійного виконання вправи).

Література

1. Ахметов Р.Ф. Антропометрические характеристики физического развития человека и спорт /Методическое пособие. Житомир.2002.-120с.
2. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания / Б.А.Ашмарин –М.: Просвещение, 1990.-166с.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. / Л.В.Волков. – К.; Олимп.л-ра,2002.-296с.
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практическое приложение./ В.Н.Платонов. – К.; Олимп.л-ра,2004. – 808с.
5. Сергиенко Л.П. Основы спортивной гинетики. К.: Вища школа,2004. – 632с.
6. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта – М.: Физкультура и спорт, 1987,с.55-128.
7. Шинкарук О.А. Узагальнення досвіду організації відбору в олімпійському спорті /Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Київ: НУФВСУ, 2001. - №2-3. – с.35-40.