



## ПРОБЛЕМЫ СПОРТИВНОГО ОТБОРА

*Арзыбеков Т.*

*Ассистент преподаватель кафедрой «Единоборств и естественных дисциплин»  
Нукусский филиала Узбекского государственного университета  
физического воспитания и спорта*

**Tayanch so'zlar:** sport, selektsiya, musobaqa, metod, mashg'ulot, antropometrik tekshiruvlar, tibbiy-biologik tadqiqotlar.

**Ключевые слова:** спорт, отбор, соревнование, метод, тренировка, антропометрические обследования, медико-биологические исследования.

**Key words:** sports, selection, competition, method, training, anthropometric examinations, medical and biological research.

Введение. В современном обществе все чаще ставится на повестке дня проблема эффективного использования потенциала человеческих способностей. Современный спорт характеризуется резким повышением уровня спортивных достижений, которые значительно превосходят границы, до недавнего времени считавшиеся недоступными. Целенаправленная многолетняя подготовка и воспитание спортсменов высокого класса - это сложный процесс, качество которого определяется целям рядом факторов. Один из таких факторов - отбор одаренных детей и подростков, их спортивная ориентация.

Спортивный отбор начинается в детском возрасте на основе тестирования и обследования во время специально проводимых для этого учебно-тренировочных сборов, а также на основе изучения тренировочной и соревновательной деятельности в детско-юношеском спортивном коллективе.

Спортивный отбор - это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренности) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности. На всех этапах многолетней подготовки спортсмена должна обеспечиваться комплексная методика оценки его личности, предполагающая использование различных методов исследования.



Педагогические методы позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства юных спортсменов. Особое внимание следует уделять генетически обусловленным качествам и способностям, которые с трудом поддаются развитию и совершенствованию в процессе тренировки.

На основе медико-биологических методов выявляются морфо-функциональные особенности, уровень физического развития, состояние его здоровья, физической подготовленности занимающихся, энергетические и биохимические предпосылки.

С помощью психологических методов определяются особенности психики спортсмена, оказывающие влияние на решение индивидуальных и коллективных задач в ходе спортивной борьбы, а также оценивается психологическая совместимость спортсменов при решении задач, поставленных перед спортивной командой. Психологический метод - важнейший фактор на стадии высшего спортивного мастерства, который теснейшим образом связан с обеспечением психической надежности. Психическая надежность спортсмена обеспечивает широкий диапазон адекватных реакций в самых неожиданных соревновательных ситуациях. Особое место в формировании понятия психической надежности в спорте принадлежит устойчивости к стрессу - неспецифической реакции организма на различные вредные факторы: холод, усталость, недостаток кислорода, боль, неопределенность ситуаций и т.п. При этом стрессовые реакции могут быть вызваны не только реальными условиями, но и представлением об опасности, то есть психическим путем, поэтому недостаточная психическая надежность может быть причиной неудач в спорте.

Социологические методы позволяют получить данные о спортивных интересах детей, раскрыть причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям. Определить, насколько юные спортсмены соответствуют тому морфотипу, который характерен для выдающихся представителей данного вида спорта - позволяют антропометрические методы.

На первом этапе отбора проводится массовый просмотр контингентов детей 6-10 лет с целью их ориентации на занятие тем или иным видом спорта.

В группы начальной подготовки детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ) принимаются дети в соответствии с возрастом, определенным для данного вида спорта. Критериями спортивной ориентации являются рекомендации учителя физической культуры, данные медицинского обследования, антропометрические измерения и их оценка с позиции перспективы.



Существенные индивидуальные различия в биологическом развитии начинающих значительно затрудняют эту задачу. Поэтому данные, полученные на этом этапе отбора, следует использовать как ориентировочные.

На втором этапе отбора выявляются одаренные в спортивном отношении дети школьного возраста для комплектования учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования ДЮСШ, УОР. Отбор проводится в течение последнего года обучения в группах начальной подготовки по следующей программе: оценка состояния здоровья; выполнение контрольно-переводных нормативов, разработанных для каждого вида спорта; антропометрические измерения; выявление темпов прироста физических качеств и спортивных результатов.

В ходе второго этап проводятся педагогические наблюдения, контрольные испытания, медико-биологические и психологические исследования с целью дальнейшего определения сильных и слабых сторон подготовленности.

Основными методами отбора на данном этапе являются антропометрические обследования, медико-биологические исследования, педагогические наблюдения, контрольные испытания (тесты), психологические и социологические обследования.

Антропометрические обследования позволяют определить, насколько кандидаты для зачисления в учебно-тренировочные группы соответствуют тому морфотипу, который характерен для выдающихся представителей данного вида спорта.

Медико-биологические исследования дают оценку состояния здоровья, физическому развитию, физической подготовленности.

Особое внимание обращается на продолжительность и качество восстановительных процессов в организме детей после выполнения значительных тренировочных нагрузок.

Педагогические контрольные испытания (тесты) позволяют судить о наличии необходимых физических качествах и способностях индивида для успешной специализации в том или ином виде спорта. Среди физических качеств и способностей есть консервативные, генетически обусловленные качества и способности, которые с большим трудом поддаются развитию и совершенствованию в процессе тренировки. К их числу следует отнести быстроту, относительную силу, некоторые антропометрические показатели (строение и пропорции тела), способность к максимальному потреблению кислорода, экономичность функционирования вегетативных систем организма, некоторые психические особенности личности.



Эти физические качества и способности имеют важное прогностическое значение при отборе детей и подростков в учебно-тренировочные группы.

Психологические обследования позволяют оценить проявление таких качеств, как активность и упорство в спортивной борьбе, самостоятельность, целеустремленность, спортивное трудолюбие, способность мобилизоваться во время соревнований, реакция на неудачное выступление в нем, активность и упорство в спортивной борьбе.

Социологическое обследование выявляет интересы детей и подростков к занятиям тем или иным видом спорта, эффективные средства и методы формирования этих интересов, формы соответствующей разъяснительной и агитационной работы среди детей школьного возраста.

На третьем этапе спортивного отбора с целью поиска перспективных спортсменов и зачисления их в центры олимпийской подготовки, СДЮШОР и УОР проводится обследование соревновательной деятельности спортсменов с экспертной оценкой и с последующим их тестирование в ходе республиканских соревнований для младших юношеских групп, т.е. в том возрасте, когда комплектуются группы спортивного совершенствования.

На четвертом этапе спортивного отбора в каждом олимпийском виде спорта должны проводиться просмотрные учебно-тренировочные сборы. Отбор осуществляется по следующим показателям:

- Спортивно-технические результаты и их динамика (начало, вершина, спад) по годам подготовки;
- Степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения в экстремальных условиях;
- Степень готовности и устойчивости спортсмена к сбивающим факторам.

В процессе этого этапа спортивного отбора кандидатов учитываются следующие компоненты: уровень специальной физической подготовленности; уровень спортивно-технической подготовленности; уровень тактической подготовленности; уровень психической подготовленности; состояние здоровья.

В настоящее время особую актуальность приобретает вопрос о взаимоотношении спортивного отбора и общей теории спорта. Суть проблемы заключается в том, с какой позиции рассматривать спортивный отбор: как часть теории и практики спорта или как самостоятельную смежную научную дисциплину, изучающую спортивный отбор лишь в качестве элемента глобального отбора.

Л.М.Куликов и В.В.Рыбаков указали на ряд серьезнейших противоречий, связанных с необходимостью перехода от экстенсивного к интенсивному



варианту развития сферы спорта и обуславливающих выход на содержательный компонент спортивного отбора. С одной стороны, это достигнутый уровень различных параметров задаваемых нагрузок и их повышение, расширение и интенсификация соревновательной практики, которые приводят к возникновению реальной угрозы энергетического, пластического и психического истощения организма спортсменов, особенно на начальных этапах подготовки в условиях форсированного варианта ее реализации. С другой стороны, прирост максимальных индивидуальных результатов и высших мировых спортивных достижений достигается все большими усилиями.

Поэтому получила убедительное подтверждение справедливость сформулированного Ю.В. Верхошанским положения о том, что «связь между состоянием спортсмена и задаваемой нагрузкой - центральный вопрос теории и технологии программирования тренировки и наиболее слабое звено в системе управления тренировочным процессом».

Отсюда важным становятся те исследования, которые уточняют, дополняют и отражают проявление феномена «узнавания» как соответствия задаваемых нагрузок наследственно обусловленной предрасположенности организма спортсменов к определенной двигательной деятельности, уровню тренированности, текущему состоянию и условиям подготовки.

Заключение. Для каждого кандидата отбор в конечном счете сводится к положительному или отрицательному результату. Положительный результат отбора может, например, заключаться в зачислении в группу и команду, включении в игру запасного спортсмена, назначении тренера, а отрицательный реализуется в виде отчисления, исключения, удаления, дисквалификации, перевода основного спортсмена в число запасных и т.д.

Спортивный отбор продолжается постоянно в процессе спортивной деятельности. Так, если новичок зачисляется в спортивную группу, то затем работа с ним продолжается до тех пор, пока по каким-либо причинам не принимается решения о прекращении занятий. Отрезок времени, в течение которого осуществляется спортивный отбор, может иметь различную величину - от нескольких секунд до нескольких лет. Так, например, начальный отбор юных спортсменов проводится в расчете на последующую многолетнюю спортивную деятельность. Напротив, замены спортсменов по ходу соревновательной деятельности, разрешенные правилами некоторых видов спорта, нередко представляют собой отбор для последующей деятельности в течение нескольких секунд (как в случае замены гандбольного вратаря на время выполнения соперником семиметрового штрафного броска).



Таким образом, можно сделать вывод, что качественный спортивный отбор обеспечивает выявление и отбор одаренных, способных к спорту, более того, к определенному его виду, детей в самом раннем возрасте. Позволяет более «прицельно» тренировать юных спортсменов и с учетом наследственности, и влияния окружающей среды специализировать спортсменов с целью достижения высоких спортивных результатов и реализации потенциала человеческих способностей.

#### Литература:

1. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999. – 124 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб.для ин-тов физ.культ. – М., 1991. – 231 с.
3. Теория и методика физического воспитания: Учеб.для ин-тов физ.культ.: В 2 т./Под общ.ред. Л.П. Матвеева, А.Д. Новикова. - 2-е изд., испр. и доп. - М., 1999. – 127 с.
4. Теория и методика физического воспитания том 1/Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
5. Теория и методика физической культуры / Под ред., Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова. – СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, - 1999. – 374 с.

#### РЕЗЮМЕ

Maqalada zamanagóy sportta selekciya máseleleri izertlengen. Sport tańlawı - bul sport túrinini ózine tán talaplarına juwap beretuǵın, qáiletleri joqarı bolǵan sportshılardı anıqlaw boyınsha is-ilajlar kompleksi esaplanadı. Nátiyjeli tańlaw sportshınıń pútkil jekeligi hám onıń sport qáiletin pedagogikalıq, medicinalıq-biologiyalıq, psixologiyalıq hám antropometrik tańlaw ólshemleri tiykarında analizlewdi óz ishine alǵan uzaq múddetli kompleks izertlewler tiykarında ámelge asırılıwı múmkin.

#### РЕЗЮМЕ

В статье рассматриваются вопросы селекции в современном спорте. Спортивный отбор представляет собой комплекс мероприятий по выявлению спортсменов, обладающих высоким уровнем способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта. Эффективный отбор может быть осуществлен на основе длительных комплексных исследований, которые предполагают анализ личности спортсмена в целом и его спортивных способностей на основе педагогических, медико-биологических, психологических и антропометрических критериев отбора.

#### SUMMARY

The article discusses issues of selection in modern sports. Sports selection is a set of measures to identify athletes with a high level of abilities that meet the specific requirements of the sport. Effective selection can be carried out on the basis of long-term comprehensive studies, which involve an analysis of the athlete's personality as a whole and his sports abilities based on pedagogical, medical-biological, psychological and anthropometric selection criteria.