

Практичне заняття 5

Тема: ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ ПРОБЛЕМИ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ І ОРІЄНТАЦІЇ, ЇХ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА СУТТЄВІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

План:

1. Основи теорії та методики спортивного відбору.
2. Методологічні основи розробки спортивного відбору.
3. Спортивна орієнтація.
4. Сутність поняття «спортивний відбір» і «спортивна орієнтація».
5. Проблеми спортивного відбору.
6. Структура спортивної обдарованості та її оцінки у системі спортивного відбору.

Сучасний рівень результатів в спорті настільки високий, що для їх досягнення спортсменам необхідно володіти цілим комплексом різних даних: відповідним рівнем розвитку рухових якостей, технічної, тактичної, ігрової, функціональної, психологічної, інтегральної підготовленості, які повинні знаходитися на дуже високому рівні. Таке поєднання якостей навіть при найсприятливішому побудові процесу тренування в різних її циклах на всіх етапах багаторічної підготовки, відповідно всім принципам управління і контролю зустрічається вкрай рідко. Тому однією з центральних в системі підготовки спортсменів вищої кваліфікації є проблема спортивного відбору і орієнтації.

Незважаючи на численні наявні дані, проблема відбору та орієнтації найбільш талановитих людей як самостійний напрям знаходиться в стадії постійного пошуку, вдосконалення і подальших розробок. Науково обґрунтовані методи відбору «спортивних» дітей в дитячо-юнацькі спортивні школи, а також прогнозування їх майбутніх результатів стають важливими етапами і невід'ємною частиною сучасної системи підготовки спортсменів від новачків до майстрів спорту міжнародного класу. Система відбору і орієнтації - складний соціальний механізм, який не тільки працює на спорт, а й тісно пов'язаний з іншими сферами діяльності. Тому важливо визначити і розкрити основні поняття даної проблеми.

У науковій літературі (В. Бауер, О.А. Григор'єв, Г.Р. Гостєв, П.В. Квашук, А.А. Лотоненко, А.В. Лотоненко, Л.П. Матвєєв, В.Г. , Нікітушкін, В.П. Філін, Ж.К. Холодов і ін.) спортивний відбір переважно розглядається як:

- комплекс заходів, що дозволяють визначити високу ступінь схильності (обдарованість) дитини до того чи іншого роду спортивної діяльності (виду спорту);
- тривалий, багатоступінчастий процес, який може бути ефективним лише в тому випадку, якщо на всіх етапах багаторічної підготовки спортсмена забезпечена комплексна методика оцінки його особистості, що

припускає використання різних методів дослідження (медико-біологічних, психолого-педагогічних, соціологічних та ін.);

- багаторічний процес, який охоплює всі періоди спортивної підготовки і заснований на всебічному вивченні здібностей спортсменів, створення сприятливих передумов для формування цих здібностей і дозволяють успішно вдосконалюватися в обраному виді спорту;

- система організаційно-методичних заходів комплексного характеру, що включають педагогічні, соціологічні, психологічні та медико-біологічні методи дослідження, на основі яких виявляються задатки і здібності дітей, підлітків, дівчат і юнаків для спеціалізації в певному виді спорту;

- завчасне розпізнавання індивідуальної схильності (задатки, здібності, обдарованість) до досягнень в будь-якому виді спорту, визначенням в залежності від цього спрямованості спортивної спеціалізації і виділенням із загального числа приєднуються або вже долучених до спорту тих, хто щодо більш здатний до високих спортивних результатів для того, щоб створити їм кращі умови для спортивного удосконалення;

- заснований на науковому прогнозі процес прийняття та реалізації рішення про включення або не включення в спортивну діяльність її можливого учасника.

Спортивний відбір проходять всі учасники спортивної діяльності: спортсмени, тренери, судді, спортивні лікарі, фахівці з комплексної наукової групи і т.д. У практиці спортивного відбору зустрічаються ситуації, коли призначення певного тренера збірної команди робить значно більший вплив на спортивні досягнення, ніж включення в неї найсильнішого спортсмена.

Спортивний відбір триває постійно в процесі спортивної діяльності і включає в себе три етапи: визначення специфіки вимог, які пред'явить майбутня спортивна діяльність, прогнозування можливостей конкретних кандидатів і прийняття позитивного або негативного рішення з його подальшою реалізацією.

Для кожного кандидата відбір в кінці зводиться до позитивного або негативного результату. Позитивний результат відбору може, наприклад, полягати у зарахуванні до групи і команду, включенні в гру запасного спортсмена, призначення тренера, а негативний реалізується у вигляді відрахування, виключення, видалення, дискваліфікації, перекладу основного спортсмена в число запасних і т.д.

Велика розмаїтість видів спорту, з одного боку, розширює можливості людини до самореалізації і досягнення високої майстерності в одному з видів спортивної діяльності; з іншого, виникає проблема виявлення його схильності до досягнень в тому чи іншому виді спорту.

Д. Харрі стверджує, що дуже корисно для великого спорту і для індивідуального зростання досягнень, щоб кожен юний спортсмен тренувався саме в тому виді спорту, до якого він найбільш придатний, і щоб тренери отримували для великого спорту переважно таких спортсменів, які виявляють найкращі потенції розвитку .

Забезпечення вибору для кожного займається найбільш перспективного виду спортивної діяльності - це головне завдання спортивної орієнтації або, як зазначає Л.П. Матвеев, формування магістральної націленості спортивної діяльності і доцільний вибір перспективних шляхів її розгортання, які узгоджуються з індивідуальною схильністю.

Спортивна орієнтація - система організаційно-методичних заходів, що дозволяють намітити напрямок спеціалізації юного спортсмена в певному виді спорту.

Ю.Д. Железняк говорить про те, що спортивна орієнтація насамперед пов'язана з завданнями масових форм фізкультурно-спортивної роботи з різними верствами населення. Добре поставлена робота зі спортивної орієнтації сприяє більш ефективній роботі зі спортивного відбору. Технологія орієнтації та відбору єдина, різниця тільки в підході: при орієнтації вибирають вид спорту для конкретної людини, а при відборі - людини для конкретного виду спорту.

Л.П. Матвеев звертає увагу на те, що закономірності оптимального побудови спортивної підготовки зобов'язують в межах стадії базової підготовки забезпечити первинну спортивну орієнтацію і вибір предмета поглибленої спортивної спеціалізації, напрямки та параметрів подальшої спортивної діяльності. Причому ця стадія і її внутрішні етапи не мають єдиних для всіх часових меж, так як залежать від індивідуального віку початку занять спортом, особливостей змісту спортивного тренування, характеру змагальної діяльності, індивідуальних особливостей розвитку спортсмена і т.д.

Вважається, що з початку систематичної спортивної діяльності в дитячому та підлітковому віці у багатьох випадках буває достатньо двох-трьох років, щоб в першому наближенні коректно визначити доцільний напрямок спортивної спеціалізації і спрогнозувати спортивні перспективи. Однак ця первинна орієнтація надалі підлягає більш-менш істотним корекціям, особливо коли в реальних умовах життя дозрівання спортсмена потрібно буде вирішувати, чи йти йому в сферу спорту вищих досягнень або обмежитися сферою ординарного, загальнодоступного спорту (Л.П. Матвеев).

Вибір людиною виду спорту, в найбільшій мірі відповідає його індивідуальним особливостям, складає сутність спортивної орієнтації.

Очевидно, що розглядаючи проблеми спортивної орієнтації і спортивного відбору, багато фахівців виходять на такі поняття, як: «обдарованість», «спортивна обдарованість», «здібності», «індивідуальна спортивна схильність», «спортивна придатність», «спортивна селекція» і ряд інших. Розглянемо їх більш детально.

Обдарованість - якісно своєрідне поєднання здібностей, що забезпечує успішне виконання діяльності; талановитість, наявність внутрішніх умов для видатних досягнень в діяльності; сукупність задатків, природних даних, характеристика ступеня вираженості і своєрідності природних передумов здібностей (А.Ю. Коджаспиров). Така багатозначність і певне різночитання

терміна в науковій літературі вказує на багатоаспектність проблеми цілісного підходу до сфери здібностей людини.

При цьому вираженість обдарованості різна і визначається двома показниками, мірою вираженості окремих здібностей, що входять в систему діяльності, і мірою інтегрованості окремих здібностей в діяльності (В. Д. Шадриков).

Л.В. Волков розглядає обдарованість як найвищі форми прояву здібностей, поєднання яких обумовлює найвищий рівень діяльності. Саме тому В.Н. Платонов представляє спортивний відбір як процес пошуку найбільш обдарованих людей, здатних досягти високих результатів в конкретному виді спорту.

Однак сам пошук і навіть виявлення здібних та обдарованих дітей і підлітків ще нічого не значать. Вся справа в тому, що рівень і характер прояву обдарованості дуже індивідуальні і полягають в тому, що одні, приходячи займатися тим чи іншим видом спорту, вже виявляють яскраво виражені здібності, інших же не приймали в групи початкової підготовки в силу їх слабкості.

Інша сторона цієї проблеми полягає в тому, що багато спортсменів, які мають унікальними здібностями і обдарованістю, пішли або йдуть зі спорту, в значній мірі не розкривши своїх можливостей і таланту через те, що в ставленні до них була застосована стандартна система підготовки, не враховує їх індивідуальних психічних особливостей, функціональних і адаптаційних резервів (В.Н. Платонов).

Більшість дослідників дотримуються багатофакторної моделі обдарованості, коли високі досягнення розглядаються як продукт обдарованості, особистісних характеристик і соціального оточення (В. Д. Шадриков).

Спортивна обдарованість - поєднання вроджених задатків і здібностей, що забезпечують високі досягнення в спорті; динамічна система, що володіє певною структурою з безліччю взаємопов'язаних компонентів. При цьому ознаки обдарованості, за якими ми судимо про дитину, можуть бути короточасними, тобто відносяться переважно до даної пори життя і не свідчать про стійкі індивідуальні особливості (властивості), а можуть бути і довготривалими, тобто виражають справжнє становлення індивідуальності та є провісниками більш зрілих досягнень (Н.С. Дейтос).

В даний час обдарованість визначається як здатність до видатних досягнень у будь-якій соціально значущій сфері людської діяльності, в тому числі спортивної. Її слід розглядати як досягнення і як можливість досягнення. При цьому потрібно брати до уваги і ті здібності, які вже проявилися, і ті, які можуть проявитися.

Дослідження показали, що в структурі спортивної обдарованості найбільш значимі впливу біологічних ознак (в основному генетично обумовлених) з віковими і статевими відмінностями (Л.В. Волков).

Обдарованість різноманітна, проявляється на різних рівнях і в усіх сферах життєдіяльності, проте значущі або видатні досягнення неможливі без високого розвитку здібностей.

Здібності - індивідуальні особливості особистості, які є умовою успішного виконання тієї чи іншої діяльності. У спорті мають значення як загальні здібності (забезпечують відносну легкість в оволодінні знаннями, вміннями, навичками і продуктивність в різних видах діяльності), так і спеціальні здібності (необхідні для досягнення високих результатів у певних діях, виді спорту). Вони тісно пов'язані з загальною спрямованістю особистості, з тим, наскільки стійкі схильності людини до тієї чи іншої діяльності. Особливо актуальним є питання про своєчасне виявлення здібностей у дітей і підлітків, так як у них в міру формування і розвитку організму рухові і психічні здібності диференціюються, різні їх прояви стають менш взаємопов'язаними і все помітніше починають виявлятися схильності до певних видів рухової діяльності.

Здібності формуються нерівномірно. Спостерігаються періоди їх прискореного й уповільненого розвитку. Це відображає різницю в темпах наближення до зрілості. Нерідко відзначається ранній прояв спортивних здібностей, але зустрічаються діти з уповільненими темпами формування здібностей. Іноді такий шлях розвитку є більш перспективним, так як кілька затягнуте дозрівання забезпечує більш плавний перехід до зрілості, відсутність ранніх високих досягнень ще не означає, що великі здібності не проявляться в майбутньому.

В.Г. Нікітушкін наводить дані, що відображають складність процесу пошуку людей, що мають всі можливі задатки до видатним спортивним досягненням. Так встановлено, що ймовірність виявлення рослого і одночасно швидкого юнака дорівнює одному з 100 тис. обстежених. Якщо до нього ж пред'явити ще й вимоги витривалості, спритності, то відшукати такого юнака можна лише одного з мільйона його однолітків. Підраховано, що беруть участь в Олімпійських іграх спортсмени складають один на мільйон від усього числа займаються спортом в світі. Слабке прояв властивостей особистості і якісних особливостей стосовно до одного виду спорту не може розглядатися як відсутність спортивних здібностей. Мало кращі ознаки в одному виді спортивної діяльності можуть виявитися сприятливими і забезпечать високу результативність в іншому. У зв'язку з цим прогнозування спортивних здібностей можна здійснювати тільки стосовно окремого виду або групи видів спорту, виходячи при цьому з загальних положень, характерних для системи відбору.

Індивідуальна спортивна схильність - комплекс індивідуальних властивостей, певні передумови (задатки, здібності, обдарованість) до прогресування в тому чи іншому виді спорту (Л.П. Матвєєв). Фахівці звертають увагу на те, що вірно визначити індивідуальну схильність до спортивних досягнень, використовуючи будь-яку одну процедуру (тестування, вимірювання зросту і маси і т.п.) за короткий час неможливо з двох основних причин:

1) спортивна схильність - багатоскладовий комплекс індивідуальних властивостей (біофізичних і особистісних психічних), ряд яких дозріває і проявляється не одночасно, а різночасно, в залежності від віку і стажу спортивної діяльності;

2) індивідуальні можливості спортивних досягнень і особистісні установки на їх реалізацію динамічні, причому змінюються як в силу природних особливостей індивідуального розвитку, так і під впливом соціальних умов життя.

Теорія і практика спорту свідчать про те, що індивідуальну спортивну схильність багато в чому зумовлюють типологічні особливості і основні властивості нервової системи людини, так як саме вони зумовлюють розвиток фізичних і рухових здібностей (Л. Волков).

Спортивна придатність - задатки взагалі - без оцінки їх ступеня, або рівня. Крім того, «придатність» включає і деякі придбані або розвинені властивості. Регулярна участь в тренуванні - найважливіша умова для діагностики спортивної придатності. Така вихідна теоретична позиція не виключає можливості встановити спортивну придатність молодій людині з тієї чи іншої межі, що обумовлює здатність до досягнень, і без попередньої тренування (наприклад, антропометричні дані або тип темпераменту). Але виявити, чи придатний юний спортсмен для тренування в даному виді спорту, можна лише тоді, коли він тренується (Д. Харрі). Таким чином, той, хто хоче знайти здатних юних спортсменів, повинен перш за все організувати тренування для якомога більшої кількості дітей та підлітків.

Індивідуальні відмінності - анатомо-морфологічні та психологічні особливості, зумовлені генотипом індивіда і які проявляються у відповідності з законами спадковості і під впливом зовнішнього середовища. З проблемою індивідуальних відмінностей, індивідуальних темпів біологічного дозрівання (біологічний вік), соматичного типу дитини і варіанти його розвитку тісно пов'язана проблема спортивних здібностей, їх розвитку в процесі спортивного тренування. Тому спортивний відбір носить до деякої міри умовний характер.

Доведено, що найбільш значущими факторами, що впливають на спортивні результати, які необхідно враховувати при відборі, є енергетичні можливості, швидко-силові і координаційні якості, успадковані здібності, морфофункціональні особливості.

В даний час наука і практика спортивного відбору має достатню інформацію про вплив морфологічних, фізіологічних, психофізіологічних та інших ознак на результати в різних видах спорту, а також дані про генетичній основі багатьох параметрів, що забезпечують спортивні успіхи (Л.В. Волков).

З перерахованих факторів тільки успадковані (генетично обумовлені) здібності не підкоряються в цілому організаційному впливу в процесі тренування.

У числі показників, що визначають індивідуальні відмінності, розглядається співвідношення паспортного і біологічного віку. Прагнення тренера залучити в спортивну секцію більш розвинених в середовищі

однолітків дітей (акселератів) найчастіше невиправдано. Діти з прискореним біологічним розвитком у подальшому дуже швидко втрачають свої переваги і, не добився «швидких» спортивних результатів, залишають заняття спортом.

У зв'язку з цим О.А. Григор'єв, А.В. Лотоненко і ін. (2010) наводять дуже цікаві дані спеціальних досліджень, які показують, що серед дітей і підлітків, рано виконують нормативи від I розряду до майстра спорту, понад 50% мають ознаки прискореного статевого дозрівання. При цьому в числі спортсменів - майстрів спорту міжнародного класу акселерати складають менше 20%. Світова практика спорту вищих досягнень свідчить про те, що вищі досягнення частіше показують спортсмени з пізнім розвитком і вкрай рідко - раннім.

Дитячим тренерам, які реалізують завдання спортивного відбору в групи початкової підготовки, необхідно знати конкретні вікові орієнтири визначення швидкості статевого дозрівання у хлопчиків і дівчаток (табл. 1).

Таблиця 1

Вікові орієнтири визначення темпів біологічного розвитку

Варіант темпу біологічного розвитку	Період появи перших статевих ознак (років)	
	хлопчики - юнаки	дівчинки - дівчини
Ранній	10	8 – 9
Середній	12 – 13	10 – 11
Пізній	15 і пізніше	13 і пізніше

Важливо відзначити і той факт, що великих успіхів на етапах спортивного удосконалення домагаються, як правило, діти з нормальним ходом біологічного розвитку. У таких дітей у віці 16 - 17 років відзначається різке зростання функціональних можливостей різних органів і систем організму, в той час як у акселератів спостерігається стабілізація або навіть зниження морфофункціональних можливостей (О.А. Григор'єв та ін.).

Саме відмінності в індивідуальних особливостях спортсменів призводять до того, що досягнення певних результатів до кожної з них приходить по-різному і в різний час, що в повній мірі відноситься і до динаміки приросту результату.

Не менш значущим для досягнення максимально можливих спортивних результатів є раціональне проведення відбіркових заходів на наступних етапах спортивної підготовки у всіх видах спорту.

Спортивна селекція - система заходів, що передбачають і періодичний відбір кращих спортсменів на різних етапах спортивного удосконалення (А.В. Лотоненко). При відборі спортсменів в збірні команди або їх підготовки до участі в відповідальних змаганнях дуже актуальною стає

завдання визначення стану готовності спортсмена в період безпосередньої підготовки до змагань. Це продиктовано не тільки прагненням тренерів команди до корекції перед змагального етапу спортивного тренування, але і бажанням уникнути помилок при комплектуванні команди. У зв'язку з цим в різних видах спорту використовуються різноманітні тести, за допомогою яких тренери оцінюють оперативний рівень працездатності кандидатів для участі в конкретних змаганнях.

Свій виправданий сенс, на думку Л.П. Матвєєва, спортивний відбір набуває тоді, коли вирішуються проблеми конкурсного комплектування професійно-орієнтованих спортивних установ і аналогічних груп спортсменів, підготовлених для поповнення рядів тих, хто присвячує себе спорту вищих досягнень. Відбір спортсменів виправданий і тоді, коли на спортивно-конкурентній основі комплектуються збірні команди і регламентується допуск до змагань високого рангу в прямій залежності від наявного рівня індивідуальних спортивних досягнень. Такий відбір закономірно обумовлений конкурентним характером спорту і, в принципі, не «відбраковує» нікого і не позбавляє спортивних перспектив, навпаки, може стимулювати спортивні дерзання.

На кожному етапі багаторічної підготовки існують свої особливості спортивного відбору. Тому майбутньому тренеру важливо вивчити структуру, цільові установки і особливості етапів, методи і засоби спортивного відбору з тим, щоб максимально ефективно будувати основу кожного етапу спортивної підготовки.

Питання для самоперевірки та контролю знань

1. Основи теорії та методики спортивного відбору.
2. Методологічні основи розробки спортивного відбору.
3. Спортивна орієнтація.
4. Сутність поняття «спортивний відбір» і «спортивна орієнтація».
5. Проблеми спортивного відбору.
6. Структура спортивної обдарованості та її оцінки у системі спортивного відбору.

Список використаної літератури:

1. Іваній І.В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту: навчально-методичний посібник. Київ: Університетська книга, 2023. 128 с.
2. Зайченко І.В. Теорія і методика професійного навчання. Київ: Ліра-К, 2024. 580 с.
3. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки: у запитаннях і відповідях: навчально-методичний посібник. Київ: КНТ, 2019. 159 с.
4. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. Київ: НВП Поліграфсервіс, 2013. 136 с.

5. Шкретій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. Київ: Олімп. л-ра, 2005. 257 с.

Інформаційні ресурси

1. З а к о н У к р а ї н и «Про фізичну культуру і спорт» від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
2. Закон України «Про антидопінговий контроль у спорті». *Відомості Верховної Ради України*. 2001. № 23. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=2353-14>.
3. Закон України «Про підтримку олімпійського, паралімпійського руху та спорту вищих досягнень в Україні». *Відомості Верховної Ради України*. 2000. № 43. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1954-14>.
4. Олімпійська хартія Міжнародного Олімпійського комітету. URL: <http://noc-ukr.org/files/OfficialDocuments/CHARTER%20July%202007-Feb08.pdf>.