

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 15

Тема: Характеристика понять «спортивний відбір» і «спортивна орієнтація». Взаємозв'язок «спортивного відбору» і «спортивної орієнтації»

План:

- 1. Методи спортивного відбору**
- 2. Етапи спортивного відбору**

Цілеспрямована багаторічна підготовка і виховання спортсменів високого класу – це складний процес, якість якого визначається цілим рядом факторів. Один із таких факторів – відбір обдарованих дітей і підлітків, їхня спортивна орієнтація.

Спортивний відбір – це комплекс заходів, що дозволяють визначити високий ступінь схильності (обдарованість) дитини до того або іншого роду спортивної діяльності (виду спорту).

Спортивний відбір – тривалий, багатоступінчастий процес, який може бути ефективним лише в тому випадку, якщо на всіх етапах багаторічної підготовки спортсмена забезпечена комплексна методика оцінки його особи, що припускає використання різних методів дослідження (педагогічних, медико-біологічних, психологічних, соціологічних тощо).

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

Спортивна орієнтація виходить з оцінки можливостей конкретної людини, на основі якої робиться вибір найбільш відповідної для неї спортивної діяльності.

Вибрати вид спортивної діяльності – завдання *спортивної орієнтації*; відібрати найбільш придатних, виходячи з вимог виду спорту, – завдання *спортивного відбору*.

Велика різноманітність видів спорту розширює можливість індивіда досягти майстерності в одному з видів спортивної діяльності. Слабкий прояв властивостей особи і якісних особливостей стосовно одного з видів спорту не може розглядатися як відсутність спортивних здібностей. Малопереважні ознаки в одному виді спортивної діяльності можуть виявитися сприятливими факторами і забезпечувати високу результативність в іншому виді. У зв'язку з цим прогнозування спортивних здібностей можна здійснювати тільки стосовно окремого виду або групи видів, виходячи при цьому із загальних положень, характерних для системи відбору.

Здібності – це сукупність якостей особи, що відповідає об'єктивним умовам і вимогам до певної діяльності і що забезпечує успішне її виконання. У спорті мають значення як загальні здібності (що забезпечують відносну легкість в оволодінні знаннями, уміннями, навичками і продуктивність у різних видах діяльності), так і спеціальні здібності (необхідні для досягнення високих результатів у конкретній діяльності, виді спорту).

Спортивні здібності багато в чому залежать від генетично зумовлених показників, які відрізняються стабільністю, консервативністю. Тому *при прогнозуванні спортивних здібностей* слід звертати увагу передусім на ті відносно мало мінливі ознаки, які обумовлюють успішність майбутньої спортивної діяльності. Оскільки роль спадкових ознак максимально розкривається при пред'явленні до організму високих вимог, то при оцінці діяльності юного спортсмена необхідно орієнтуватися на рівень вищих досягнень.

Разом із вивченням консервативних ознак прогноз спортивних здібностей припускає виявлення тих показників, які можуть суттєво змінюватися під впливом тренування. При цьому для підвищення точності прогнозу необхідно брати до уваги як темпи росту показників, так і їх початковий рівень. У зв'язку з гетерохронністю розвитку окремих функцій і якісних особливостей мають місце певні відмінності в структурі прояву здібностей спортсменів у різні вікові періоди. Особливо виразно ці відмінності спостерігаються в тих, хто займається технічно складними видами спорту, де високих спортивних результатів досягають вже в дитячому і підлітковому віці і в яких уся підготовка спортсмена, від новачка до майстра спорту міжнародного класу, протікає на тлі складних процесів формування юного спортсмена.

Спортивний відбір починається в дитячому віці і завершується в збірних командах країни для участі в Олімпійських іграх. Він здійснюється в чотири етапи.

Питання для самоперевірки та контролю знань

1. Що таке спортивний відбір?
2. Назвіть основні методи спортивного відбору.
3. Що таке спортивна орієнтація?
4. Що прийнято розуміти під здібностями спортсмена?
5. Охарактеризуйте етапи спортивного відбору.

Список використаної літератури:

1. Шамардіна Г.М. Основитеорії та методики фізичного виховання / Г.М. Шамардіна. – 2-ге вид., перероб. та доп., - Дніпропетровськ: Пороги, 2007. – 425 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Круцевич Т. Ю. – Т. 1, 2. – К. :Олімпійська л-ра, 2008. – 392 с.
3. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002. – 864с.
- 4.Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.

5. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 583с.
6. Теория и методика физической культуры: учебник /Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464с.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 480с.
8. Сокирко О. С., Клопов Р.В. Теорія спортивного тренування: Навчальний посібник для факультету фізичного виховання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напрямів підготовки «Фізичне виховання», «Спорт», «Здоров'я людини» / О.С. Сокирко, Р.В. Клопов – Запоріжжя: ЗНУ, 2014. – 113 с.