

СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Чеснова Е.Л.

*ГОУ ВПО «Кузбасская государственная педагогическая академия»,
г. Новокузнецк, Россия*

Крутикова О.В.

НМОУ «Гимназия № 44», г. Новокузнецк, Россия

В детском возрасте создаётся основа будущих высоких и стабильных спортивных результатов. Проблема начального отбора и ориентации является одной из важнейших в системе подготовки спортсменов. Организация процесса спортивной ориентации и отбора на должном уровне позволяет выявить степень одарённости и потенциальные возможности занимающихся спортом детей на ранних этапах и, соответственно, повысить качество всей многолетней подготовки.

Основная задача отбора состоит во всестороннем изучении и выявлении задатков и способностей, в наибольшей мере соответствующих требованиям того или иного вида спорта [1, с. 186]. Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой производится выбор наиболее подходящей для него спортивной деятельности. Организационно спортивная ориентация и отбор проводятся в три этапа. Задача первого этапа - привлечение как можно большего количества одаренных в спортивном отношении детей к спортивным занятиям; задача второго этапа - выявление одаренных в спортивном отношении детей для комплектования учебно-тренировочных групп; задача третьего этапа - поиск перспективных спортсменов и зачисление их в соответствующие составы сборных команд. Конкретное содержание методики отбора обусловлено спецификой вида спорта.

Спортивный отбор - это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности. Для этого необходима комплексная методика оценки личности ребёнка, предполагающая использование различных методов исследования. Заключительный этап спортивного отбора всегда сводится к процессу принятия и реализации решения о включении или не включении в спортивную деятельность ее возможного участника [5, с. 9]. Спортивная ориентация - это система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации в определенном виде спорта [2, с. 14].

Педагогические методы отбора и спортивной ориентации позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства юных спортсменов. По мнению В.И. Ляха [3], Л.А. Семенова [5] и других, особую сложность и

проведении безошибочного отбора представляет прогнозирование возможностей юного спортсмена на несколько лет вперед. Пристальное внимание следует уделять генетически обусловленным качествам, которые мало поддаются тренировке. Наиболее лимитированные наследственностью факторы, которые, по мнению специалистов, могут служить наиболее надежными показателями при определении спортивной пригодности, являются конституционное строение тела, его антропометрические данные и основные свойства нервной системы, в значительной мере определяющие психический склад личности, ее темперамент. Генетически обусловленными являются и такие физические качества, как выносливость, быстрота, гибкость, ловкость, взрывная и относительная сила.

Учитывая вышесказанное, следует помнить, что все физические качества в той или иной степени поддаются развитию и тренировке, но не менее важным аспектом является учет сенситивного периода в развитии каждого базового двигательного качества в детском возрасте. Так, например, высоких результатов спортсмены на стайерских дистанциях могут добиться лишь при наличии определенной наследственности. Установлено, что максимальное потребление кислорода, которое характеризует индивидуальный предельный уровень потребления кислорода, соответствующий интенсивности окислительных процессов в мышцах и зависящий так же от эффективности взаимодействия дыхательной и сердечнососудистой систем как основного критерия оценки аэробной выносливости, находится в пределах, определяемых индивидуальным генотипом. Увеличение МПК в процессе самой совершенной тренировки не превышает 20-30% от исходного уровня.

Говоря о наследуемости признаков, необходимо принимать во внимание, что развитие и проявление физических качеств человека зависит в различном соотношении, как от генетических, так и от средовых факторов. Чем больше генетические факторы влияют на те или иные физические качества (высокая степень наследуемости), тем менее эти качества тренируемы, и наоборот. В связи с этим на раннем этапе спортивной специализации актуальным является выявление у детей генетической предрасположенности к тем видам спорта, успех в которых будете зависеть, прежде всего, от качеств с высокой степенью наследуемости. Важно отметить, что слабое проявление свойств личности и качественных особенностей применительно к одному из видов спорта не может рассматриваться как отсутствие спортивных способностей.

Малопредпочтительные признаки в одном виде спортивной деятельности могут оказывать благоприятными для другого вида. Поэтому прогнозирование спортивных способностей можно осуществлять только применительно к отдельному виду или группе видов спорта, исходя при этом из общих положений, характерных для системы отбора.

Проведенное нами исследование в НОУ «Православная гимназия во имя Святытеля Луки Войно-Ясенецкого» города Новокузнецка было направлено на раннюю спортивную ориентацию детей младшего школьного возраста. В процессе эксперимента каждый ученик оценивался по 9 основным тестам, используемым в практике физической культуры, а именно: измерение роста-весовых показателей, измерение времени бега на дистанции 30 и 1000 метров, челночный бег, прыжок в длину', прыжок вверх, подтягивание на перекладине, бросок мяча 0,5 кг. Для анализа результатов тестирования мы использовали только значимые показатели антропометрических данных; и физических качеств при спортивной ориентации и отборе в различные виды спорта [5]. На основе полученных результатов родителям были даны практические рекомендации, позволяющие более точно определить вид спорта, в котором потенциал ребенка будет реализован наиболее полно.

Подытоживая вышеизложенное, можно отметить, что технология ориентации и отбора едина, различие состоит лишь в подходе: при спортивной ориентации выбирают вид спорта для конкретного человека, а при отборе - человека для конкретного вида спорта. Спортивная ориентация и отбор представляют собой комплекс мероприятий по выявлению способностей, отвечающих требованиям спецификации вида спорта. Поэтому прогнозирование спортивных способностей можно осуществлять только применительно к отдельному виду или группе видов. Среди физических качеств и способностей, определяющих достижение высоких спортивных результатов, существуют генетически обусловленные качества и способности, которые с большим трудом поддаются развитию в процессе тренировки и имеют определяющее прогностическое значение при отборе детей в группы спортивных школ. Потенциальный спортивный результат зависит не столько от исходного уровня физических качеств спортсмена, сколько от темпов прироста этих качеств в процессе специальной тренировки. При выборе тестовых методик для оценки спортивной пригодности детей необходимо учитывать основные требования, предъявляемые к различным группам видов спорта, а также особенности отдельных видов спорта, используя оценочные нормативы, исходя из уровня значимости конкретных признаков для различных групп и отдельных видов спорта. В результате проведенного эксперимента мы определили способности детей к конкретному виду спорта. Раннее выявление и реализация задатков и способностей, заложенных в каждом ребенке, может стать основой его дальнейших успехов в спортивной деятельности.

Литература

1. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1998. - 496 с.
2. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2005. - 192 с. : ил.
3. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. - М.: ООО «Издательство АСТ», 1998.- 272 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.
5. Семёнов Л.А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологические и психолого-педагогические аспекты. Учебно-методическое пособие. - М.: Советский спорт, 2005. - 142 с.