

**ОСОБЕННОСТИ ОТБОРА НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ****А.Н. Яковлев**Полесский государственный университет,  
Yak-33-c1957@mail.ru

**Аннотация.** В статье приводятся данные исследования, которые позволяют систематизировать научные материалы, характеризующие спортивный отбор на начальном этапе.

Так, по вопросам юношеского спорта имеется ряд научных работ, опубликованных еще в прошлом столетии (А. Ф. Дунаев, 1973; Г. А. Гуцин, 1973; Л. И. Иванов, 1976; С. П. Семенов, 1980), в которых освещались вопросы по развитию основных физических качеств у юных спортсменов. Заметный вклад в систему спортивного отбора внесли ученые г. Смоленска (В.П. Губа, Р.Н. Дорохов, В.Н. Чернова, В.Г. Семенов).

Однако недостаточно изучены педагогические условия и организация процесса, направленного на эффективное функционирование спортивных структур, которые часто на практике становятся на путь форсирования тренировочного процесса, что приводит к негативным последствиям.

**Ключевые слова:** спортивный отбор, оценка особенностей учебно-тренировочного процесса, легкая атлетика.

Спортивный отбор направлен на эффективный поиск наиболее одаренных детей, способных достигнуть высоких результатов в конкретном виде спорта, при общей его гласности (критерии, сроки отбора), обеспечении равных возможностей для всех претендентов [4, 383 с; 5, С.186-191].

На начальном этапе спортивного отбора необходимы: учет медицинских, педагогических и психологических показателей, данные возрастной динамики показателей физической подготовленности, физического развития.

Ключевым положением, по мнению ученых, является оценка моторных способностей, биологического возраста в сочетании со скоростью темпов прироста способностей, поскольку их формирование связано с их взаимодействием [1, 268 с; 2, С. 131-132; 3, С. 33-38].

В качестве системного анализа научной литературы автором приведены данные анатомо-морфологических показателей для бегунов на средние дистанции различного возраста (таблица 1.).

Таблица 1. – Анатомо-морфологические критерии, наиболее характерные для бегунов на средние дистанции различного возраста

Возраст (лет)	Рост (см.)	Вес (кг.)	ОКГ (см.)	ЖЕЛ (см <sup>3</sup> )
10-12	144±6	37±7	69±3	2260±140
13-14	158±7	47±8	76±2	2780±120
15-16	170±7	59±8	86±3	4000±170
17-18	175±5	65±6	91±3	4740±150
19-20	177±5	67±5	92±3	4970±120
21 и старше	178±4	68±4	94±2	5090±120

На первом этапе спортивного отбора применяется комплекс физических упражнений – это 5 упражнений-тестов: бег на 60, 300, 600 и 2000 м и тройной прыжок с места.

Анализ полученных данных позволил утверждать, что новички, результаты которых по большинству упражнений не уступают нижней границе табличных тестов, могут быть зачислены в группу ДЮСШ.

Таблица 2. – Данные, определяющие средний уровень (возраст пубертатного развития и биологическая зрелость)

Тест	Возраст (лет)					
	10-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21 и старше
60 м	100±04	8,8±0,4	7,9±0,3	7,6±0,3	7,4±0,3	7,3±0,2
100 м	-	-	12,6±0,4	11,7±0,3	11,5±0,4	11,4±0,3
300 м	61,5±5,2	47,2±3,9	42,0±2,8	38,0±2,0	37,3±1,2	37,3±1,3
600 м	2.12,5±8,0	1.47,0±4,0	11.33,0±4,0	1.26,0±3,0	1.23,0±2,0	1.22,0±2,0
1000 м	-	3.17,0±7,0	2.51,0±6,0	2.34,0±4,0	2.31,0±4,0	2.28,0±3,1
2000 м	8.43,0±19,0	7.11,0±13,0	6.27,0±10,0	5.48,0±7,0	5.33,0±6,0	5.21,0±5,0
3000 м	-	11.14,0±23,0	9.59,0±22,0	8.54,±18,0	8.39,±14,0	8.21,0±12,0
Тройн. с/м.	500±40	610±40	720±40	770±40	780±30	810±30
10-й с/м (м)	-	22±1,90	25±2,20	26±1,50	27±1,70	28±2,10
400 м	-	67,0±3,5	56,9±2,2	53±1,6	51±1,1	50±1,1
800 м	-	2.34,0±4,0	2.07,0±3,0	1.57,0±2,0	1.54,0±2,0	1.51,0±2,0
1500 м	-	5.23,0±11,0	4.35,0±9,0	4.03,0±5,0	3.54,0±4,0	3.47,0±4,0

Спортивный отбор сложен по структуре и содержанию, постоянно пополняется новыми научными данными, которые отражены в виде ключевых направлений:

1. Подготовительные мероприятия. Организационные положения этого направления должны вписываться в систему действующего образования, независимо от форм собственности, опираются на действующее законодательство в сфере физической культуры и спорта.

2. Родовая ориентация. Генетические факторы и свобода выбора спортивной ориентации в настоящем и будущем отвечает интересам личности и общества.

3. Отбор в спортивные школы и набор в физкультурно-спортивные школы. Педагогический процесс ориентирован на личность и её успешную жизнедеятельность.

4. Ролевая ориентация. Специализация с учетом особенностей личностей, её психологическое сопровождение и коррекция.

Проявления генетических влияний на физические качества зависят от: возраста, мощности работы и периода онтогенеза [1, 268с.].

В перспективе на начальных стадиях ее изучения необходимо решить вопросы предварительной подготовки и спортивной специализации, особенно важно выявить морфологические особенности занимающихся лёгкой атлетикой, их соответствие конкретным требованиям этого вида спорта, определить сенситивные периоды в свете развития основных физических качеств, способности к обучаемости различным упражнениям, типологические свойства нервной системы, темперамент.

В дальнейшем необходимо изучать индивидуальные характеристики во всей их совокупности. Результаты собственных исследований показали, что в развитии физических качеств спортсмены разделяются по индивидуально-групповым характеристикам, генетически заложенным в организме индивида.

При отборе детей в детские спортивные школы для тренеров и организаторов спорта существует несколько условий:

Условие 1. Каждый ребенок должен иметь право стать большим спортсменом. Все дети, изъявившие желание серьезно заниматься спортом, должны получить такую возможность в полной мере.

Условие 2. Максимум за 1,5-2 года, а лучше еще и раньше, должен быть произведен отсев всех бесперспективных детей попавших в конкретную специализацию. Ранний отсев пройдет для детей наиболее безболезненно и даст им возможность проявить себя в других видах спорта, которые ему обязательно должен порекомендовать тренер на будущее.

Условие 3. Высокая квалификация детского тренера. Обобщая сложившиеся представления, можно сформулировать основные задачи спортивного отбора.

Необходимо реализовать принципы творческого, аналитического поиска индивидуальных правил и закономерностей планирования для каждого своего ученика.

Поиск эффективных направлений развития спортсмена по этапам многолетнего прогресса на основе постоянного, тщательного контроля, учёта, наблюдений и точного анализа позволяет корректировать предстоящие участки маршрута спортивного восхождения.

**Выводы.** Ключевое значение при отборе детей в ДЮСШ имеет оценка состояния их здоровья – это отсутствие наследственных заболеваний, болезни сердца, нарушение обмена веществ, психологические расстройства, травмы опорно-двигательного аппарата.

Системный учет показателей, характеризующих возраст и пол, характер обмена веществ, степень психоэмоционального напряжения, состояния внутренней и внешней среды и многие другие факторы, которые оказывают заметное воздействие на физиологические показатели организма.

Наибольшая наследственная обусловленность выявлена для морфологических показателей, меньшая - для физиологических параметров и наименьшая - для психологических признаков. Среди морфологических признаков наиболее значительны влияния наследственности на продольные размеры тела, меньшие - на объёмные размеры, ещё меньшие - на состав тел. Направленность и содержание воспитания физических качеств регламентируется социальными принципами физического воспитания.

#### **Список использованных источников**

1. Ахметов, И. И. Молекулярная генетика спорта / И. И. Ахметов. – М.: Советский спорт, 2009. – 268 с.
2. Баландин, В. И. Психофизиологические аспекты отбора и подготовки юных спортсменов / В. И. Баландин // Тезисы докладов 14 Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы совершенствования системы подготовки спортивного резерва»: Великие Луки, 11-14 октября 1994 г. -М., 1994.- С. 131-132.
3. Врублевский, Е. П. Морфофункциональные аспекты отбора и тренировки спортсменок в скоростно-силовых видах легкой атлетики / Е.П. Врублевский, В.Ф. Костюченко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. - № 4 (50). – С. 33-38.
4. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфо-биомеханический подход) : монография / В. П. Губа. - М. : Сов. спорт, 2012. – 383 с.
5. Давыдов, В. Ю. Совершенствование дифференцированного подхода к развитию физических качеств спортсменов / В. Ю. Давыдов, А. Ю. Журавский, А. Н. Яковлев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт, 2013. - Т.3.- С.186-191.