

## МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОТБОРА ДЕТЕЙ НА РАННИХ ЭТАПАХ СТАНОВЛЕНИЯ ИХ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

Уровень результатов в современном спорте столь высок, что для их достижения спортсмену необходимо обладать редкими морфологическими данными, уникальным сочетанием комплекса физических и психических способностей, находящихся на предельном уровне развития. Такое сочетание даже при самом благоприятном построении многолетней подготовки и наличии всех необходимых условий встречается крайне редко. Поэтому одной из центральных в системе подготовки спортсменов высшей квалификации является проблема спортивного отбора и ориентации подготовки спортсменов.

Отбор и ориентация тесно связаны со структурой многолетнего совершенствования спортсмена. В соответствии с этим представляется целесообразным сопоставить этапы спортивного отбора с пятью этапами многолетней тренировки спортсмена, и выделить, соответственно, пять этапов отбора, в результате каждого из которых должен быть дан ответ на вопрос: способен ли обследуемый решить те конкретные задачи, которые стоят на данном этапе многолетней подготовки. В соответствии с этим и устанавливается основная задача отбора на каждом из пяти этапов. Для каждого из приведенных этапов отбора характерны свои методы и критерии, точность оценок и категоричность заключений.

На каждом этапе спортивного отбора не только выявляется целесообразность дальнейшей подготовки спортсмена, но и дается подробная оценка его задатков и способностей, сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей, осуществляется анализ предшествующего этапа подготовки: его направленности, величины и характера нагрузок, их адекватности индивидуальным особенностям спортсмена и др. Все эти данные являются основой для ориентации подготовки спортсмена на очередном этапе многолетнего совершенствования. Таким образом, этапы спортивного отбора органически увязываются со спортивной ориентацией.

Методика спортивного отбора на этапе начальной подготовки определяется основной задачей первой ступени отбора - помочь ребенку правильно выбрать вид спорта для спортивного совершенствования.

Одним из основных моментов, определяющих дальнейшие спортивные успехи ребенка, является возраст начала занятий спортом [1, 2, 3]. В отдельных случаях нельзя отказывать в приеме в спортивную секцию и детям, чей возраст несколько превышает приведенные границы. Следует сказать, что в спортивных школах многих стран мира на протяжении многих лет существует тенденция искусственного омоложения спорта высших достижений. Это отражается в программах детско-юношеских спортивных школ, системе соревнований, введении различных ограничений для великовозрастных спортсменов. Практика убедительно свидетельствует о том, что такой подход приводит к негативным последствиям. На это обстоятельство многократно обращали внимание специалисты (Чудинов В. И., 1976; Платонов В.Н., 1980; 1986; Булгакова Н.Ж., 1976, 1986; Сахновский К.Н., 1995 и др.) [4], показывая, что искусственное «омоложение» приводит к нарушению принципиальных закономерностей спортивного отбора и многолетнего совершенствования.

Например, В. И. Чудинов (1976) [4] показал, что только в 13% случаев «директивный» возраст совпадает с фактическим возрастом начала занятий спортом спортсменами добившихся выдающихся результатов. В подавляющем большинстве видов спорта фактический возраст начала занятий сильнейших спортсменов на 3-5 лет больше «директивного».

В связи с этим руководителям детских спортивных школ, которые делают акцент на привлечение к занятиям детей 6-7 лет, необходимо учесть следующие обстоятельства. Во-первых, стремление к более раннему прогнозированию спортивных способностей сопряжено с резким снижением его достоверности. Во-вторых, особенности современной спортивной тренировки предъявляют столь высокие требования к организму спортсмена, что дети, которые раньше приступили к занятиям спортом, как правило, раньше и уходят из спорта. И действительно, многочисленные наблюдения показывают, что дети, приступившие к занятиям в 6-8-летнем возрасте, во многих случаях прекращают занятия спортом в 15-17 лет, т. е. до оптимального возраста для достижения спортивных результатов.

Специфика каждого вида определяет оптимальное время начала занятий спортом, что накладывает свой отпечаток и на систему отбора и ориентации. Спортивная борьба предъявляет к спортсменам комплекс специфических требований, которые необходимо учитывать при отборе детей и подростков в спортивные школы. Ранняя диагностика таких качеств, как смелость, решительность, настойчивость, а также умение ориентироваться в сложной обстановке и быстро решать тактические задачи, - залог успешного спортивного совершенствования. Важно определить способность занимающихся управлять временными, пространственными и силовыми параметрами движений, характерными для отдельных видов единоборств.



Рисунок - Факторы, обуславливающие возможности достижения высоких спортивных результатов

Результативность тренировки на ранних этапах становления спортивного мастерства большой степени определяется сочетанием факторов, обуславливающих возможность воспитания выдающихся спортсменов, которое представлено на рис. 1.1.

Актуальна проблема составления модельных характеристик или профессиограмм борцов-дзюдоистов каждой весовой категории. Это будет являться разработкой идеальных типов борцов дзюдо. Целью деятельности тренера при начальном отборе является поиск таких детей, которые в перспективе, т. е. после нескольких лет занятий, будут близки к идеалу. При этом большинство специалистов считают необходимым учитывать факторную теорию развития, согласно которой окончательный тип морфофункциональной организации спортсмена зависит от взаимодействия двух факторов: наследственности и среды.

Другой важной задачей отбора является прогнозирование темпов роста спортивных достижений. Научной основой такой задачи является поиск батареи тестов, которые позволят с высокой вероятностью прогнозировать степень одаренности детей для занятий. На более поздних этапах отбора в качестве тестов могут быть использованы специальные движения (в дзюдо это могут быть захваты, защиты, броски, комбинации), а также различные тактические приемы. Важным тестом первоначального отбора, может служить скорость приема и переработки информации. Этот показатель характеризует способность человека к быстрому опознанию сигналов, их переработке и принятию решения.

На данном этапе отбора следует также оценивать интенсивность и распределение внимания, глубинное зрение, точность пространственно-временных характеристик движения. В конце первого года обучения по мере освоения техники единоборства в качестве тестов могут быть использованы определение простой и сложной двигательной реакции при осуществлении захватов, оценка "чувства дистанции", двигательного темпа, а также способность различать временные и пространственные характеристики приемов. Спортивная борьба предъявляет высокие требования к сердечно-сосудистой и дыхательной системам организма спортсмена. Поэтому в качестве тестов могут быть использованы различные функциональные пробы, которые позволяют определить уровень выносливости, с этой же целью можно исследовать ЧСС между схватками. Быстрое восстановление пульса свидетельствует о хорошей специальной выносливости спортсмена.

Подобную методику и тесты могут использовать тренера при отборе детей для занятий борьбой дзюдо, однако на более поздних этапах следует применять более специфические тесты, что обосновывается различиями в соревновательной деятельности и методике подготовки.

Диалектическая взаимосвязь спортивной ориентации и отбора со структурой многолетней спортивной тренировки открывает новый ракурс рассмотрения методических основ отбора в многолетней перспективе тренировки. Данное направление исследований может быть перспективным для разработки новых эффективных методик ориентации и отбора в борьбе дзюдо.

Литература.

1. Верхошанский Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
2. Волков В. М. Физические способности детей и подростков. – Киев: Здоров'я, 1981. – 116 с.
3. Волков В. М., Филин В. П. Спортивный отбор. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
4. Шварц В.Б., Хрущев С.В. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - 151 с.