

ПРИНЯТО
на тренерском совете
протокол № 1
от « 10 » 09 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБФСУ СШ № 3
М.Н. Коржова
« 10 » 09 2019 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о критериях спортивного отбора лиц, проходящих спортивную подготовку
в муниципальном бюджетном физкультурно-спортивном учреждении
«Спортивная школа № 3»

1. Общие положения

1.1. Положение о критериях спортивного отбора лиц, проходящих спортивную подготовку в муниципальном бюджетном физкультурно-спортивном учреждении «Спортивная школа № 3» (далее - Учреждение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 02.07.2013 г.) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- порядком приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку, утвержденном приказом Минспорта России от 16.08.2013 г. № 645;
- Приказом Минспорта России от 30.10.2015 г. № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;
- федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта, культивируемым в Учреждении, программами спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в Учреждении;
- Уставом Учреждения.

1.2. В целях обеспечения этапов спортивной подготовки в Учреждении, используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов в Учреждении.

1.3. Задачами спортивного отбора являются:

- зачисление наиболее одаренных спортсменов в Учреждение, на этапы спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в Учреждении;
- выявление наиболее перспективных спортсменов, способных прогрессировать в условиях интенсивных тренировок и напряженных условий соревнований без учета ущерба для здоровья;
- выявление у спортсменов способностей к эффективному спортивному совершенствованию;
- выявление у спортсменов способностей к достижению высоких спортивных результатов, перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок;
- установление у спортсменов способностей к достижению результатов всероссийского и международного класса;
- выявление у спортсменов способностей к сохранению достигнутых результатов и их повышению;
- определение целесообразности продолжения спортивной карьеры.

2. Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной подготовки

2.1. Спортивный отбор - это система организационно-методических мероприятий, включающих тренерские, психологические, социологические и медико-биологические методы исследования, на основании которых выявляются способности детей, подростков и юношей для специализации в определенном виде спорта.

2.2. Спортивный отбор исходит из требований определенного вида спорта, с учетом которых осуществляется отбор наиболее способных для него людей. Одной из составляющих спортивного отбора необходимо считать разработку критериев, позволяющих раннее диагностирование врожденных особенностей двигательной одаренности.

2.3. Необходимо выделить три разновидности способностей:

- общие способности: здоровье, физическое развитие, трудолюбие, настойчивость, работоспособность, интересы, склонности;

- общие элементы спортивных способностей: быстрое освоение спортивной техники, умение адаптироваться к значительным мышечным напряжениям, высокий уровень функциональной подготовки, способность преодолевать утомление, успешное восстановление после нагрузок;

- специальные элементы спортивных способностей: быстрый прирост спортивных результатов, высокий уровень развития специальных качеств, высокая мобилизация, готовность и устойчивость в условиях противоборства с противником.

2.4. Система прогнозирования позволяет правильно укомплектовать спортивные группы наиболее способными и наиболее перспективными спортсменами, а с другой стороны - помогает новичку найти тот вид спорта, к которому у него имеется больше задатков, и в полной мере раскрыть свои потенциальные возможности.

Правильное осуществление спортивного отбора и прогнозирования обеспечивает наиболее эффективное создание и реализацию соревновательного потенциала.

2.5. Спортивный отбор и ориентация входит в систему многолетней подготовки спортсменов и состоит из четырех уровней:

Первый уровень - начальный отбор для выявления лиц, обладающих потенциальными способностями к успешному овладению конкретными видами спорта, проводится в три этапа:

- мероприятия, выявляющие интерес ребенка к занятиям спортом;

- тестирование и наблюдение для определения способностей детей к данному виду спорта;

- наблюдение в процессе тренировочного процесса с целью установления темпов освоения тренировочного плана.

В процессе первичного отбора необходимо использовать простые тесты по физической подготовке, которые позволяют оценить уровень двигательных способностей ребенка. Также большое значение имеет учет психологических качеств начинающих спортсменов. Данные полученные на данном этапе следует использовать как ориентировочные.

Второй уровень - углубленный отбор для выявления перспективных спортсменов, обладающих высоким уровнем способностей к данному виду спорта и склонностям к определенной специализации (игровой функции) и т.д.

Третий уровень - отбор для зачисления в коллективы спортсменов высокой квалификации (сборные команды Кемеровской области, Сибирского Федерального округа, России).

Четвертый уровень - отбор в сборные команды России для участия в ответственных соревнованиях. Осуществляется анализ информации о тренировочной и соревновательной деятельности спортсмена.

На втором, третьем и четвертом уровнях отбора учитываются не только морфофункциональные признаки и уровень физической и психической подготовленности,

но и уровень технико-тактического мастерства, функциональные возможности организма спортсмена, способность к восстановлению после выполнения больших тренировочных нагрузок.

3. Принципы отбора

3.1. При осуществлении спортивного отбора и прогнозирования необходимо соблюдать ряд принципов:

- общая гласность. Всем заинтересованным лицам должны быть известны критерии отбора, сроки завершения отбора и сроки объявления решения;

- обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду (система привлечения спортсменов к участию в тренировочных сборах, допуска к соревнованиям, система проведения самих соревнований);

- стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов. Система отбора должна быть построена так, чтобы спортсмен показал наивысший результат в главных соревнованиях тренировочного года;

- опора на установленные основные критерии мастерства спортсмена. Это уровень спортивных достижений, стабильность вступления в соревнованиях, перспективность роста.

4. Методы отбора

4.1. Основными методами отбора являются антропометрические обследования, медико-биологические исследования, контрольные испытания (тесты), психологические исследования, социологические исследования.

4.1.1. Контрольные испытания. Контрольные испытания позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства юных спортсменов.

4.1.2. Контрольные испытания (тесты) играют большую роль в системе отбора, по результатам которых обычно судят о наличии необходимых физических качеств и способностей индивида, для успешной специализации в конкретном виде спорта. Среди физических качеств и способностей, определяющих достижение высоких спортивных результатов, существуют так называемые консервативные, генетически обусловленные качества и способности, которые с большим трудом поддаются развитию и совершенствованию в процессе тренировки. Эти физические качества и способности имеют важное прогностическое значение при отборе детей и подростков в спортивные школы. К их числу следует отнести быстроту, относительную силу, некоторые антропометрические показатели (строение и пропорции тела), способность к максимальному потреблению кислорода, экономичность функционирования вегетативных систем организма, некоторые психические особенности личности спортсмена.

4.1.3. В системе отбора контрольные испытания должны проводиться с таким расчетом, чтобы выявить у ребенка способности к решению двигательных задач, проявлению двигательного творчества, умению управлять своими движениями. Потенциальный спортивный результат спортсмена зависит не столько от исходного уровня развития физических качеств, сколько от темпов прироста этих качеств в процессе специальных тренировок. Именно темпы прироста свидетельствуют о способности или неспособности человека к обучению в спортивной деятельности.

4.2. Медико-биологические методы. На основе медико-биологических методов выявляются морфофункциональные особенности, уровень физического развития, состояние анализаторных систем организма спортсмена и состояние его здоровья.

4.2.1. Морфологические показатели: рост, масса тела, относительная длина рук и ног, соотношение туловища и ног и другие показатели. На основании этих показателей определяется насколько кандидаты для зачисления в спортивную школу соответствуют тому морфотипу, который характерен для выдающихся представителей данного вида

спорта.

4.2.2. Физиологические показатели: частота сердечных сокращений (ЧСС) в покое и реакция на нагрузку, ЧД, ЖЕА, степ-тест, проба Ромберга, подвижность в суставах, позвоночнике и др.

4.2.3. На протяжении всего испытательного срока занимающиеся подвергаются медицинскому освидетельствованию, которое должно исключить наличие скрыто протекающих патологических изменений в организме спортсмена, препятствующих занятиям спортом в объеме, предусмотренном программой спортивной школы.

4.3. Психологические методы.

Научные исследования подтвердили зависимость спортивных достижений от психических особенностей спортсмена, которые в значительной степени обусловлены свойствами высшей нервной деятельности. Исследования этих свойств выявили их влияние на успешность обучения и тренировки, уровень достижений, способность демонстрировать результаты в напряженных условиях соревнований. В ряде исследований отмечается зависимость между свойствами высшей нервной деятельности и спортивной специальностью. Каждый вид спорта требует наличия у спортсмена таких свойств процессов возбуждения и торможения, которые бы в полной мере обеспечивали достижение спортивного мастерства именно в данной специализации.

4.4. Социологические методы. В ходе социологических обследований выявляются интересы детей и подростков к занятиям тем или иным видом спорта, эффективные средства и методы формирования этих интересов, формы соответствующей разъяснительной и агитационной работы среди детей школьного возраста. Социологические критерии включают характеристику мотивов, интересов и запросов учащихся: показатели, характеризующие формирующее влияние спорта, семьи, коллектива на индивида.

4.4.1. Важное значение в спортивном отборе имеет всесторонний анализ причин отсева юных спортсменов, проявивших задатки для успешного спортивного совершенствования на первых этапах многолетней подготовки.

4.4.2. Окончательное решение о привлечении детей к занятиям определенным видом спорта должно основываться на комплексной оценке всех перечисленных данных. Особая важность комплексного подхода на первых ступенях отбора обусловлена тем, что спортивный результат здесь практически не несет информации о перспективности юного спортсмена. Процесс отбора тесно связан с этапами спортивной подготовки и особенностями вида спорта (возраст начала занятий, возраст углубленной специализации в избранном виде спорта, классификационные нормативы и т.д.).

5. Этапы отбора

5.1. Отбор это длительный процесс, он равен длительности спортивной жизни спортсмена, начиная от зачисления в спортивную школу и заканчивая комплектованием сборных команд. Невозможно моментально оценить спортивную пригодность, какими бы совершенными не были методы оценки. Это обусловлено невозможностью четкого выявления способностей спортсмена на отдельном этапе возрастного развития и многолетней подготовки, а так же сложным характером взаимоотношений между наследственными факторами, которые проявляются в виде задатков, и приобретёнными, вследствие специально организованного тренировочного процесса. Поэтому имеет смысл говорить о разных этапах отбора.

5.2. На первом, начальном, этапе, происходит массовый просмотр, агитация и тестирование детей с целью ориентирования их для занятий спортом. Отбор в спортивную школу на первом этапе ведется по следующим направлениям:

- наблюдения за детьми на уроках физкультуры, на занятиях физкультуры в детских садах;
- прослеживание протоколов соревнований различного уровня по видам спорта;

- агитационные мероприятия с целью выявить интерес к занятиям.

Отбор в группы начальной подготовки производится на основании результатов индивидуального тестирования, для выявления у спортсменов двигательных умений, необходимых для освоения соответствующей программы спортивной подготовки.

5.3. На втором этапе отбора перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки тренер исследует:

- уровень развития качеств, оценка исходных показателей для прогноза спортивных достижений;

- врожденные задатки (строение тела, свойства нервно-мышечного аппарата, особенности высшей нервной деятельности);

- общие способности (трудолюбие, работоспособность, интересы).

- биологический возраст ребенка. Биологический возраст отражает онтогенетическую зрелость индивидуума, его работоспособность и характер адаптивных реакций. Критериями оценки биологического возраста могут быть морфологические, функциональные, биохимические, иммунологические, цитохимические параметры, ценность которых в определении степени созревания организма меняется в зависимости от этапов постнатального онтогенеза. Для диагностики биологического возраста у детей и подростков чаще всего используют такие показатели, как развитие зубов, первичные и вторичные половые признаки, сроки формирования костной ткани, строение капилляров ногтевого ложа, акцент при спортивном отборе на детей - акселератов не всегда целесообразен. Нередко подростки с замедленными темпами индивидуального развития более способны, но их одаренность проявится позднее, их зона наилучшего роста наступает позже.

5.4. Наследственные признаки, генетические факторы. Генетически зависимыми являются многие морфофункциональные признаки, определяющие спортивные способности человека и передающиеся по наследству от родителей к детям. Наряду с конституцией тела и физическими качествами наиболее генетически обусловлены основные свойства нервной системы, а также развития анаэробных возможностей организма и наличия быстрых волокон в скелетных мышцах.

5.5. На третьем этапе определения перспективности тренер применяет следующие виды работ:

Тестирование качеств. Как для начального отбора, так и для оценки динамики спортивного роста. Наиболее значительные изменения в физическом развитии происходят с трехлетней периодичностью. Соматические признаки (рост, вес, ширина шеи, окружность плеча, окружность бедра и др.) имеют двухлетнюю периодичность изменения. Тестирование, проведенное без учета ритмов биологического развития, может обусловить неправильную оценку спортивной пригодности по темпам прироста спортивных результатов.

Необходимо построить работу так, чтобы спортсмен стремился показать наивысшие результаты

5.6. На четвертом этапе отбора происходит оценка спортивных результатов и его стабильность. На этом этапе происходит отбор в сборные команды района, края для участия в соревнованиях. В основном критериями отбора на четвертый этап являются:

- технико-тактическая подготовленность;

- спортивно-техническое мастерство;

- прирост результатов за первые полтора года занятий избранным видом спорта;

- высокий уровень развития специальных качеств, высокая мобилизация, готовность и устойчивость в условиях противоборства с противником.

Среди методов отбора распространены экспертиза (экспертные оценки), аппаратный метод и метод тестов.

6. Критерии спортивного отбора

6.1. К критериям отбора относятся качественно-количественные характеристики специальных возможностей.

Тренерские критерии спортивного отбора:

- уровень развития физических качеств;
- уровень технико-тактической подготовленности;
- уровень спортивно-технического мастерства;
- темп роста спортивных достижений;
- координационные возможности;
- способность юных спортсменов к эффективному решению двигательных задач в

условиях напряженной борьбы.

Медико-биологические критерии спортивного отбора:

- состояние здоровья;
- биологический возраст;
- морфофункциональные признаки;
- состояние функциональных и сенсорных систем организма;
- индивидуальные особенности высшей нервной деятельности.

Психологические критерии спортивного отбора:

- особенности темперамента;
- особенности характера;
- степень развития волевых качеств.

Под организацией отбора понимается комплекс мероприятий, направленных на наиболее эффективное и рациональное использование методов отбора.

6.2. Отбор можно определить, как процесс, сочетающий в себе установление определённых критических уровней выполнения действий спортсменом и наблюдения за его поведением. Целью процесса отбора является предсказание успеха. Первоначальная оценка исследуемых позволяет установить определенную категорию предвидения (наличие качества, которое в своем развитии обеспечит высокий уровень конкретной специальной способности), а повторное обследование, проводимое через определенный промежуток времени дает категорию различия. Прогнозирование заключается в установлении отношения между этими двумя категориями. Следовательно, суть процесса состоит в необходимости выяснения: сохраняют ли свое преимущество те, кто обладал им в начале первичного отбора.

6.3. Однако справедливо и то, что некоторые способности отличаются высокой стабильностью и обладают достаточной прогностичностью на всех этапах отбора. К числу этих характеристик относятся данные психомоторики, координационные способности и технической подготовленности детей и подростков. Все эти факторы говорят о том, что достаточный прогноз развития потенциальных способностей индивида можно получить лишь в результате длительного наблюдения.