**Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования**

**«Детско – юношеская спортивная школа муниципального**

**образования «город Саянск»**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

на тему:

 «Проблемы спортивной ориентации и отбора спортсменов в волейболе»

Выполнил:

Ефремов Евгений Викторович

Тренер по волейболу

МОУ ДО «ДЮСШ»

Саянск

Май -2018 г

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| **Введение**  | 3 |
| **Глава 1**. Общая характеристика спорта как вида деятельности | 4 |
| 1.1 Основные понятия, классификация видов спорта | 4 |
| 1.2 Основные направления в развитии спорта как вида деятельности | 8 |
| 1.3 Основа построения процесса спортивной подготовки | 12 |
| **Глава 2**. Ориентация и отбор спортивной деятельности | 16 |
| 2.1 Понятия ориентация и отбор | 16 |
| 2.2 Способности, как критерии ориентации и отбора | 17 |
| 2.3 Морфологические и физиологические факторы ориентации и отбора | 18 |
| 2.4 Психофизиологические факторы ориентации и отбора | 22 |
| 2.5 Учёт биологического возраста при ориентации и отборе | 24 |
| 2.6 Прогностичность показателей при ориентации и отборе | 27 |
| 2.7 Моральная сторона отбора | 31 |
| 2.8 Специфика отбора волейболистов | 33 |
| **Выводы** | 35 |
| **Список литературы** | 36 |

**Введение**

В настоящее время проблема ориентации и отбора весьма многогранна, она затрагивает многочисленные аспекты – социальные, психологические, педагогические, философские и т. д.

По некоторым вопросам ориентации и отбора сложились более или менее чёткие представления и теории, по другим - они ещё находятся в стадии формирования.

Интуиция и тренерский опыт могут сослужить хорошую службу, но это не решает проблемы ориентации и отбора. Многосторонний характер проблемы делает необходимым привлечение к её решению многих специалистов – тренера, врача, психолога, физиотерапевта. [10]

Выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности – задача спортивной ориентации; отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта – задача спортивного отбора.Большинство ошибок происходит не столько от отсутствия обоснованных методов отбора, сколько из-за неправильной концепции. Что же должен увидеть тренер в будущем ученике, каким его качествам и свойствам отдать предпочтение, как предвидеть его будущие спортивные успехи? На эти и многие другие вопросы необходимо найти ответ, чтобы сделать отбор научно обоснованной, организованной и эффективной системой определения спортивных талантов.Эти проблемы отражаются в противоречиях: педагоги, работающие в ДЮСШ, проводят большую работу по ориентации и отбору детей в спортивные секции, однако, коэффициент полезного действия (КПД) таких школ составляет 8-10%. Разочарованные дети бросают заниматься спортом, многие тренеры отходят от своей профессиональной деятельности. [10]

Цель нашей работы - изучить проблему современной системы ориентации и отбора в спортивных играх на примере волейбола.

В соответствии с целью были поставлены следующие задачи:

- дать определение спортивной ориентации и отбора

- выявить специфику отбора волейболистов.

**Глава 1**. **Общая характеристика спорта как вида деятельности**

1.1 Основные понятия, классификация видов спорта

Спорт как многогранное общественное явление является сферой подготовки человека к трудовой и другим видам деятельности, удовлетворения духовных запросов общества, упрочения и расширения интернациональных связей, а также одним из важных средств этического и эстетического воспитания.

В качестве продукта общественного развития он составляет органическую часть культуры общества и в зависимости от конкретных социальных условий приобретает различные черты и формы.

Специфическим для спорта является то, что конечной его целью является физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности, без которой он существовать не может. Соревновательная деятельность осуществляется в условиях официальных соревнований с установкой на достижение высокого спортивного результата.

Исходя из сказанного выше, спорт в узком понимании можно определить как собственно соревновательную, специфической формой, которой является система соревнований, исторически сложившаяся в области физической культуры как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей (Л.П. Матвеев, 1977). [12]

Однако спорт нельзя сводить только к соревновательной деятельности, он имеет и более глубокий смысл. Это обусловлено социальной сущностью и назначением спорта в нашем обществе.

Достижение высоких спортивных результатов невозможно без достаточно хорошо отлаженной системы подготовки спортсмена, осуществляемой в сфере многообразных межчеловеческих контактов, которые складываются между тренерами, спортсменами и судьями, организаторами, зрителями и т.п. Они осуществляются на разных уровнях, начиная от спортивного коллектива и кончая соревнованиями различного международного уровня.

Таким образом, спорт в широком понимании представляет собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности.

Развитие спорта во всем мире привело к возникновению и распространению множества отдельных видов спорта, которых насчитывается в настоящее время более 200. Каждый из них характеризуется своим предметом состязания, особым составом действий, способами ведения спортивной борьбы и правилами соревнований. Наиболее распространенные виды спорта включены в программу зимних и летних Олимпийских игр.

Все виды спорта, получившие широкое распространение в мире, можно классифицировать по особенностям предмета состязаний и характеру двигательной активности на шесть групп (Л. П. Матвеев, 1977):

1-я группа – виды спорта, для которых характерна активная двигательная деятельность спортсменов с предельным проявлением физических и психических качеств. Спортивные достижения в этих видах спорта зависят от собственных двигательных возможностей спортсмена. К данной группе относится большинство видов спорта; [2]

2-я группа – виды спорта, операционную основу которых составляют действия по управлению специальными техническими средствами передвижения (автомобиль, мотоцикл, яхта, самолет и др.). Спортивный результат в этих видах во многом обусловлен умением эффективно, управлять техническим средством и качеством его изготовления; [2]

3-я группа – виды спорта, двигательная активность в которых жестко лимитирована условиями поражения цели из специального оружия (стрельба, дартс); [2]

4-я группа – виды спорта, в которых сопоставляются результаты модельно-конструкторской деятельности спортсмена; [2]

5-я группа – виды спорта, основное содержание которых определяется на соревнованиях характером абстрактно-логического обыгрывания соперника (шахматы, шашки, бридж и др.); [2]

6-я группа – многоборья, составленные из спортивных дисциплин, входящих в различные группы видов спорта (спортивное ориентирование, охота на лис, биатлон, морское многоборье, служебные многоборья и др.). [2]

Достижение высоких спортивных результатов возможно только в том случае, если есть хорошо отлаженная система подготовки спортсмена. Она представляет собой совокупность методических основ, организационных форм и условий тренировочно – соревновательного процесса, оптимально взаимодействующих между собой на основе определенных принципов и обеспечивающих наилучшую степень готовности спортсмена к высоким спортивным достижениям.

Система подготовки спортсмена включает в себя четыре крупных блока:

систему отбора и спортивной ориентации;

спортивную тренировку;

систему соревнований;

внетренировочные и внесоревновательные факторы оптимизации тренировочно – соревновательного процесса.

В практике спорта широко распространены понятия «спортивная деятельность» и «соревновательная деятельность». Зачастую их употребляют как синонимы, однако содержание и смысловое значение каждого из них значительно отличаются друг от друга.

Спортивная деятельность характерна для спорта как многогранное общественное явление, так как она затрагивает различные сферы деятельности человека. Достижение максимального результата невозможно без включения в сферу спорта большого количества людей различных профессий. Социологи, врачи, педагоги, физиологи, инженеры, специалисты из аппарата управления, сферы искусства, материально-технического обеспечения и многие другие обеспечивают функционирование спорта в стране. Причем деятельность этих людей определяется социальными и экономическими условиями жизни общества.

Учитывая сказанное, спортивная деятельность есть упорядоченная организация деятельности по обеспечению максимального оздоровления и совершенствования человека в сфере спорта. Ее основные принципы и формы определяются социальными условиями функционирования спорта в обществе.

Соревновательная деятельность по отношению к официальным соревнованиям выступает в своем абсолютном значении как собственно соревновательная деятельность. И в этом плане это есть специфическая двигательная активность человека, осуществляемая, как правило, в условиях официальных соревнований на пределе психических и физических сил человека, конечной целью, которой является установление общественно значимых и личных результатов.

Конечным результатом соревновательной деятельности является спортивное достижение, которое характеризуется количественным или качественным уровнем показателей в спорте.

Спортивное достижение – это показатель спортивного мастерства и способностей спортсмена, выраженный в конкретных результатах. [2]

Спортивная и соревновательная деятельность, организация и проведение различного рода соревнований органически вливаются в спортивное движение, так как во всех направлениях последнего (массовый общедоступный спорт и спорт высших достижений) они играют существенную роль. Отсюда спортивное движение – это социальное течение, спортивная практика в сфере массового спорта и спорта высших достижений.

Наряду с понятием «спорт» часто используют понятие «физическая культура» или их сочетание «физическая культура и спорт». Однако не все виды спорта можно отнести к составляющим физической культуры. Это связано с тем, что под термином «физическая культура» понимают органическую часть культуры общества и личности, рациональное использование человеком двигательной активности в качестве фактора оптимизации своего состояния и развития, физической подготовки к жизненной практике.

1.2 Основные направления в развитии спорта как вида деятельности

Спорт во всем мире развивается в основном по двум направлениям:

1) общедоступный спорт (массовый);

2) спорт высших достижений.

Общедоступный спорт включает в себя: школьно – студенческий спорт, профессионально – прикладной спорт, физкультурно – кондиционный спорт, оздоровительно – рекреативный спорт. [2]

В зависимости от направленности занятий в общедоступном спорте в процессе систематических занятий решается целый ряд задач: образовательные, воспитательные, оздоровительные, профессионально – прикладные, рекреативные, повышения своего физического состояния (кондиции).

Основу общедоступного спорта составляет школьно – студенческий спорт, ориентированный на достижение базовой физической подготовленности и оптимизацию общей физической дееспособности в системе образования и воспитания (общеобразовательные школы, гимназии, лицеи, колледжи, профессионально-технические училища, институты и др.).

Таким образом, школьно – студенческий спорт обеспечивает общую физическую подготовку и достижение спортивных результатов массового уровня. В массовое спортивное движение входит также профессионально – прикладной спорт как средство подготовки к определенной профессии (военное и служебное многоборье, пожарно – прикладной спорт, различные виды борьбы и восточных единоборств в военно – воздушных, десантных, внутренних войсках и частях специального назначения).

Физкультурно – кондиционный спорт служит средством поддержания необходимого уровня работоспособности, повышения физической подготовленности людей, которые принимают участие в массовых официальных соревнованиях.

В массовое спортивное движение также входит и оздоровительно – рекреативный спорт как средство здорового отдыха, восстановления, оздоровления организма и сохранения определенного уровня работоспособности.

Спорт высших достижений – деятельность, направленная на удовлетворение интереса к определенному виду спорта, на достижение высоких спортивных результатов, которые получают признание у общества, на повышение, как собственного престижа, так и престижа команды, а на высшем уровне – престижа Родины. [2]

Достижения в большом спорте возможны только благодаря постоянной тренировочно – соревновательной деятельности с большими физическими и психическими напряжениями. Выступление в соревнованиях накладывает большую ответственность на спортсмена; высокая цена каждой ошибки, каждого неудачного старта становится фактором, определяющим жесткие требования к его психике. В этом основная специфика спорта высших достижений.

В то же время спорт высших достижений как бы вырастает из общедоступного спорта, связан с определенной преемственностью в отношении средств и методов подготовки, стимулирует массовое спортивное движение, создавая ориентиры достижений.

Современный спорт высших достижений также неоднороден. В настоящее время в нем наметился ряд направлений:

супердостиженческий (любительский) спорт;

профессиональный спорт;

профессионально-коммерческий спорт:

достиженческо – коммерческий спорт;

зрелищно – комерческий спорт;

супердостиженческий (любительский) спорт в настоящее время

все больше приобретает признаки профессионального спорта в той его части, которая касается нагрузочных требований, организации тренировочно – соревновательной деятельности. [2,5]

Представители любительского спорта высших достижений, как правило, являются студентами, учащимися или военнослужащими, что дает им право называть себя любителями (хотя заработки их в настоящее время часто граничат с заработками профессионалов). Спортсмены-любители почти всегда строят свою подготовку с прицелом на главные соревнования: Олимпийские игры, чемпионаты мира, Европы, России. Успешное выступление на этих соревнованиях позволяет им поднять свой рейтинг, а в дальнейшем, перейдя в чистые профессионалы, добиться более высоких гонораров.

Основное отличие профессионально-коммерческого спорта от так называемого супердостиженческого любительского заключается в том, что он развивается как по законам бизнеса, так и по законам спорта в той мере, в какой их можно воплотить в подготовке спортсменов – профессионалов. На систему соревнований спортсменов-профессионалов оказывают влияние определенные целевые установки, заключающиеся в успешном выступлении в длинной серии стартов, следующих один за другим, что связано с материальными вознаграждениями за каждый старт в соответствии со «стоимостью» атлета на «спортивном рынке». В связи с этим часть, профессионалов не ставит перед собой задачу войти в состояние наивысшей готовности спортивной формы только 2 – 3 раза в годичном цикле. В течение длительного периода времени они поддерживают достаточно высокий, однако, не максимальный уровень подготовленности.

Спортсменов – профессионалов можно разделить на три группы.

К первой группе следует отнести спортсменов, которые стремятся успешно выступить как на Олимпийских играх, чемпионатах мира, так и в серии кубковых и коммерческих стартов. [5]

Ко второй группе следует отнести спортсменов, имеющих высокие результаты, но не настраивающихся на успешное участие в крупнейших соревнованиях. Главная их задача – успешное выступление в различных кубковых, коммерческих соревнованиях и стартах по приглашению. [5]

К третьей группе следует отнести спортсменов-ветеранов, особенно специализирующихся в спортивных играх, единоборствах, фигурном катании на коньках. Эти спортсмены, поддерживая средний уровень физической подготовленности и очень высокий технический уровень, сопровождающийся высоким артистизмом, демонстрируют высшее спортивное мастерство ради зрителей и высоких заработков. [5]

Промежуточное положение в спортивном движении между общедоступным (массовым) спортом и спортом высших достижений занимают спортсмены, занимающиеся в системе детских спортивных школ, клубов, секций.

По статистическим данным, в Российской Федерации число занимающихся на различных этапах многолетней подготовки в спортивных школах следующее:

начальной подготовки – 70,6%;

начальной и углубленной специализации – 27,1%;

спортивного совершенствования – 1,7%;

высшего спортивного мастерства – 0,45%.

Таким образом, в спорт высших достижений переходит всего около 2% занимающихся. [2,5]

Таким образом, современная система спортивных школ и клубов работает как на спорт высших достижений, так и на общедоступный (массовый) спорт.

1.3 Основа построения процесса спортивной подготовки

Процесс подготовки спортсменов высокой квалификации можно условно разделить на три взаимосвязанные составляющие: построение процесса, его реализация и контроль за ходом подготовки.

В процессе построения спортивной подготовки целостность тренировочного процесса обеспечивается на основе определённой структуры, которая представляет собой относительно устойчивый порядок объединения компонентов (подсистем, сторон и отдельных звеньев), их закономерное отношение друг с другом и общую последовательность.

Структура тренировки характеризуется, в частности:

порядком взаимосвязи элементов содержания тренировки (средств, методов общей и специальной физической, тактической и технической подготовки и т.д.); [3,10]

необходимым соотношением параметров тренировочной нагрузки (ее количественных и качественных характеристик объема и интенсивности); [3,10]

определенной последовательностью различных звеньев тренировочного процесса (отдельных занятий и их частей, этапов, периодов, циклов), представляющих фазы или стадии данного процесса, во время которых тренировочный процесс претерпевает закономерные изменения. [3,10]

В зависимости от масштаба времени, в пределах которого протекает тренировочный процесс, различают:

а) микроструктуру – структуру отдельного тренировочного занятия, структуру отдельного тренировочного дня и микроцикла (например, недельного);

б) мезоструктуру – структуру этапов тренировки, включающих относительно законченный ряд микроциклов (суммарной длительностью, например, около месяца);

в) макроструктуру – структуру больших тренировочных циклов типа полугодичных, годичных и многолетних. [10]

Многолетний процесс спортивной подготовки от новичка до высот мастерства может быть представлен в виде последовательно чередующихся больших стадий, включающих отдельные этапы многолетней подготовки, связанные с возрастными и квалификационными показателями спортсменов.

Следует отметить, что в отдельных видах спорта нет четких границ между стадиями и этапами многолетнего процесса, как и строгих временных рамок этих стадий и этапов.

Рациональное построение многолетней спортивной тренировки осуществляется на основе учета следующих факторов: оптимальных возрастных границ, в пределах которых обычно достигаются наивысшие результаты в избранном виде спорта; продолжительности систематической подготовки для достижения этих результатов; преимущественной направленности тренировки на каждом этапе многолетней подготовки; паспортного возраста, в котором спортсмен приступил к занятиям, и биологического возраста, в котором началась специальная тренировка; индивидуальных особенностей спортсмена и темпов роста его мастерства.

Многолетний процесс тренировки и соревнований спортсмена строится на основе следующих методических положений.

Единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки всех возрастных групп. Основным критерием эффективности многолетней подготовки является наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

Целевая направленность по отношению к высшему спортивному мастерству в процессе подготовки для всех возрастных групп.

Оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе многолетней тренировки.

Неуклонный рост объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется. Из года в год увеличивается удельный вес объема средств специальной подготовки по отношению к общему объему тренировочной нагрузки и соответственно уменьшается удельный вес общей подготовки.

Поступательное увеличение объема и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок. Каждый период очередного годичного цикла должен начинаться и завершаться на более высоком уровне тренировочных нагрузок по сравнению с соответствующими периодами предыдущего годичного цикла.

Строгое соблюдение постепенности в процессе использования тренировочных и соревновательных нагрузок, особенно в занятиях с детьми, подростками, так как всесторонняя подготовленность неуклонно повышается лишь в том случае, если тренировочные и соревновательные нагрузки на всех этапах многолетнего процесса полностью соответствуют его биологическому возрасту и индивидуальным возможностям спортсмена.

Одновременное воспитание физических качеств спортсменов на всех этапах многолетней подготовки и преимущественное развитие отдельных качеств в возрастные периоды, наиболее благоприятные для этого. В школьные годы имеются возможности для развития всех физических качеств, если обеспечено эффективное педагогическое воздействие, которое, однако, не должно принципиально изменять закономерности возрастного развития тех или иных сторон двигательной функции человека. [2,10]

Преимущественная направленность тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки определяется с учетом этих сенситивных периодов развития физических качеств. Вместе с тем целесообразно уделять внимание воспитанию тех физических качеств, которые в данном возрасте активно не развиваются. Особенно важно соблюдать соразмерность в развитии общей выносливости и скоростных способностей, в развитии общей выносливости и силы, т.е. тех качеств, в основе которых заложены разные физиологические механизмы.

У девочек сенситивные периоды формирования физических качеств наступают на один год раньше.

Чтобы рационально построить многолетний тренировочный процесс, следует учитывать сроки, необходимые для достижения наивысших спортивных результатов в том или ином виде спорта. Как правило, способные спортсмены достигают первых больших успехов через 4 – 6 лет, а высших достижений – через 7 – 9 лет специализированной подготовки.

Процесс многолетней подготовки спортсменов условно делится на 4 этапа: предварительной подготовки, начальной спортивной специализации, углубленной специализации в избранном виде спорта, спортивного совершенствования.

Продолжительность этапов многолетней подготовки обусловлена особенностями вида спорта, уровнем спортивной подготовленности занимающихся. Четкой границы между этапами не существует. Решая вопрос о переходе к очередному этапу подготовки, следует учитывать паспортный и биологический возраст спортсмена, уровень его физического развития и подготовленности, способность к успешному выполнению возрастных тренировочных и соревновательных нагрузок.

**Глава 2. Ориентация и отбор спортивной деятельности**

2.1 Понятия ориентация и отбор

Целенаправленная многолетняя подготовка и воспитание спортсменов высокого класса – это сложный процесс, качество которого определяется целым рядом факторов. Один из таких факторов – отбор одаренных детей и подростков, их спортивная ориентация.

Спортивный отбор – это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта). [10]

Спортивный отбор – длительный, многоступенчатый процесс, который может быть эффективным лишь в том случае, если на всех этапах многолетней подготовки спортсмена обеспечена комплексная методика оценки его личности, предполагающая использование различных методов исследования (педагогических, медико – биологических, психологических, социологических и др.).

Педагогические методы позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно – технического мастерства юных спортсменов. На основе медико – биологических методов выявляются морфофункциональные особенности, уровень физического развития, состояние анализаторных систем организма спортсмена и состояние его здоровья. С помощью психологических методов определяются особенности психики спортсмена, оказывающие влияние на решение индивидуальных и коллективных задач в ходе спортивной борьбы, а также оценивается психологическая совместимость спортсменов при решении задач, поставленных перед спортивной командой.

Социологические методы позволяют получить данные о спортивных интересах детей, раскрыть причинно – следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям.

Спортивная ориентация – система организационно – методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта. [10]

Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой производится выбор наиболее подходящей для него спортивной деятельности.

Выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности – задача спортивной ориентации; отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта – задача спортивного отбора.

Большое разнообразие видов спорта расширяет возможность индивида достичь мастерства в одном из видов спортивной деятельности. Слабое проявление свойств личности и качественных особенностей применительно к одному из видов спорта не может рассматриваться как отсутствие спортивных способностей. Мало предпочтительные признаки в одном виде спортивной деятельности могут оказаться благоприятными факторами и обеспечивать высокую результативность в другом виде. В связи с этим прогнозирование спортивных способностей можно осуществлять только применительно к отдельному виду или группе видов, исходя при этом из общих положений, характерных для системы отбора.

2.2 Способности, как критерии ориентации и отбора

Способности – это совокупность качеств личности, соответствующая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение. В спорте имеют значение как общие способности (обеспечивающие относительную легкость в овладении знаниями, умениями, навыками и продуктивность в различных видах деятельности), так и специальные способности (необходимые для достижения высоких результатов в конкретной деятельности, виде спорта).

Спортивные способности во многом зависят от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью, консервативностью. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей следует обращать внимание, прежде всего нате относительно мало изменчивые признаки, которые обусловливают успешность будущей спортивной деятельности. Поскольку роль наследственно обусловленных признаков максимально раскрывается при предъявлении к организму занимающегося высоких требований, то при оценке деятельности юного спортсмена необходимо ориентироваться на уровень высших достижений.

Наряду с изучением консервативных признаков прогноз спортивных способностей предполагает выявление тех показателей, которые могут существенно изменяться под влиянием тренировки. При этом для повышения степени точности прогноза необходимо принимать во внимание, как темпы роста показателей, так и их исходный уровень. В связи с гетерохронностью развития отдельных функций и качественных особенностей имеют место определенные различия в структуре проявления способностей спортсменов в разные возрастные периоды. Особенно отчетливо эти различия наблюдаются у занимающихся в технически сложных видах спорта, в которых высоких спортивных результатов достигают уже в детском и подростковом возрасте и в которых вся подготовка спортсмена, от новичка до мастера спорта международного класса, протекает на фоне сложных процессов формирования юного спортсмена. [2]

2.3 Морфологические и физиологические факторы ориентации и отбора

Необходимость учета морфологических признаков человека при ориентации и отборе определяется двумя моментами: морфологические особенности влияют на спортивные результаты (через весоростовые данные – в тяжелой атлетике, баскетболе, волейболе, спортивной гимнастике, так и через появление двигательных качеств, т.е. косвенно); морфологические особенности генетически обусловлены, т.е. являются устойчивыми признаками человеческой конституции. Правда, некоторые морфологические показатели можно изменить в процессе тренировки и соблюдением определенного режима питания, использования гидропроцедур (бани) и т. д. Однако изменение поперечных размеров тела практически не касается вертикальных (длины тела и конечностей) и ряда других морфологических особенностей костного аппарата. Поэтому в целом оправдана ориентация спортивных педагогов на особенности телосложения.

Недаром еще в Древней Греции Филострат Флавиус (III в. н. з.) в трактате «О гимнастике» писал, что желающий посвятить себя пятиборью должен быть высокорослым, сильным и прямым, мышцы его должны быть ни чрезмерно развиты, ни недоразвиты, он должен иметь скорее длинные, чем соразмерные бедра и изворотливый подвижный таз для поворотов при метании копья и диска и для прыжков. [6]

Морфологические особенности и их влияние на спортивные достижения изучает сравнительно молодая наука – спортивная антропология, выросшая из более общей науки – соматологии, изучающей телосложение человека.

Спортивная антропология изучает тотальные размеры тела, их пропорции и типы телосложения.

Тотальные размеры тела и их пропорции. Первичным этапом изучения морфологических особенности спортсменов является определение тотальных размеров тела, которые делят на:

- пространственные;

- весовые.

К первым относятся линейные размеры (длина тела и периметр грудной клетки на уровне соединения четвертого ребра с грудиной), объемные (объем тела) и поверхностные (поверхность тела). Ко вторым относится масса тела (вес в кг).

Большое распространение в антропологии получило определение пропорций тела, т. е. соотношения ориентированных и разных плоскостях (вертикальной и горизонтальной) размеров отдельных частей тела. Наиболее часто при таком подходе используются индексы, т. е вычисление процентных долей длины конечностей, ширины плеч и т. п. от каких-либо других размеров (например, от длины тела). По соотношению длины конечностей и ширины плеч к общей длине тела выделяют три типа пропорций: брахиморфный, для которого характерно широкое туловище и короткие конечности; долихоморфный, отличающийся узким туловищем и длинными конечностями; мезоморфный, занимающий промежуточное положение между двумя предыдущими типами.

Однако эта классификация справедлива лишь при условии, что длина тела у разных людей будет одинаковой. С увеличением длины тела изменяется и соотношение между измеряемыми параметрами: высокорослые относительно низкорослых имеют более короткие ноги, более длинное туловище и более широкие плечи.

Недостатком индексов является то, что при сопоставлении абсолютных размеров тела остается без учета корреляция между ними, которая влияет на величину индекса. Поэтому Г.С.Туманян и Э.Г. Мартиросов считают, что использование индексов оправдано лишь в сочетании с другими, более объективными методами исследования. [6]

Типы телосложения. Второй этап изучения морфологических особенностей человека состоит в общей оценке телосложения, в определении его типов (соматотипов). Существует много различных классификаций этих типов, созданных Э. Кречмером, В. Шелдоном, В.В. Бунаком и другими. При характеристике соматотипов учитываются не только линейные размеры скелета, но и мягкие ткани – мышечная и жировая. Мышечная масса называется активной, жировая – пассивной. Чем больше активная масса, по сравнению с пассивной, тем больше удельный вес тела.

В нашей стране широкое распространение получила классификация соматотипов, предложенная В.В. Бунаком. Она включает три типа: грудной, мускульный и брюшной. В спортивной антропологии пользуется известностью классификация американского ученого В. Шелдона, выделившего четыре основных соматотипа: эктоморфный – человек стройного телосложения, с умеренным жировым покровом; мидиальный – идеальный, с точки зрения В. Шелдона, тип спортсмена – не худ, не слишком солиден, среднего роста, пропорционально сложен и т. п.; эндоморфный – человек, отличающийся большим развитием жировой ткани и пищеварительных органов; мезоморфный – сильное развитие мышц, костей и соединительной ткани. [6]

Очевидно, при отборе важно учитывать и второстепенные морфологические особенности, такие, как форма осей ног (прямая, х - образная и о - образная). По данным Л.С. Соловьева, меньшая прыгучесть отмечается у спортсменов с х-образной формой осей ног.

В ряде видов спорта (спортивной и художественной гимнастике, фигурном катании и других) большое значение имеет подвижность в суставах – плечевом, тазобедренном и др., называемая «выворотностью», гибкостью и т. п., в зависимости от того, о каком суставе или суставах идет речь. Показано, что «выворотность», например, развивается в результате упражнений слабо, особенно после 12 лет (Н.Е. Высотская), поэтому во время отбора в некоторые виды спортивной деятельности к этому показателю надо предъявлять жесткие требования. [2,6]

В плавании большое значение придают таким морфологическим показателям, как охватные размеры тела, площадь сечения тела, различающиеся у представителей разных видов плавания.

Физиологические показатели для спортивной ориентации и отбора разработаны пока еще плохо. Можно отметить достижения лишь в разработке критериев для видов деятельности, связанных с проявлением выносливости.

Максимальное потребление кислорода (МПК). Важным показателем врожденных аэробных возможностей организма является уровень МПК.

По данным скандинавских ученых, МПК, определяемое у новичков является хорошим прогностическим показателем к занятиям бегом и конькобежным спортом: чем больше МПК, тем больше шансов, что у данного человека имеются хорошие задатки для работы на выносливость. Обоснован с этому они видят в том, что прирост МПК в результате тренировок составляет 20--30% и не может ликвидировать разницу между уровнем МПК у выдающихся спортсменов и спортсменов среднего уровня мастерства. На прогностическую значимость МПК указывает и В.В. Михайлов.

Показатели периферического кровообращения. Реакции периферического кровообращения могут являться хорошим прогностическим показателем способностей к выносливости. Это было показано при сравнении сосудистых периферических реакций у юных и высококлассных велосипедистов.

Способность терпеть недостаток кислорода. По данным А.Б. Гандельсмана и В.М. Волкова, способность терпеть значительные гипоксемические (недостаток кислорода) и гиперкапгические (избыток углекислого газа) сдвиги свидетельствует о предрасположенности к бегу на длинные и средние дистанции. Так как МПК имеет генетическую основу (В.Б. Шварц, И.Л Крамов, В.М. Зациорский, Л.П. Сергиенко и другие), отмечается, что влияние генетического фактора больше сказывается па показателях кровообращения, чем дыхания. При этом с возрастом повышается мера наследственных влияний для жизненной емкости легких (ЖЕЛ), что объясняют зависимостью ЖЕЛ от размеров грудной клетки, наследственная обусловленность которых с возрастом увеличивается. [6]

2.4 Психофизиологические факторы ориентации и отбора

Свойства темперамента относятся к психическим свойствам, которыми один человек в своем поведении отличается от других. К ним относят (В.С. Мерлин): тревожность, эмоциональную возбудимость, импульсивность, лабильность и ригидность. Тревожностьэто свойство, определяемое степенью беспокойства, озабоченности, эмоциональной напряженности человека в ответственной и особенно угрожающей ситуации. Эмоциональная возбудимость – это легкость возникновения эмоциональных реакций на внешние и внутренние воздействия. Импульсивность характеризует быстроту реагирования, принятия и исполнения решения Ригидность и лабильность обусловливает легкость и гибкость приспособления человека к изменяющимся внешним воздействиям: ригиден тот, кто трудно приспосабливается к изменившейся ситуации, кто инертен в поведении, косен в привычках и образе мыслей; лабилен тот, кто быстро приспосабливается к новой ситуации. [4,7,14]

Свойства темперамента связаны со свойствами нервной системы. Например, тревожность выше у лиц со слабой нервной системой, ригидность больше у лиц с инертностью нервных процессов. Однако свойства темперамента не сводимы только к свойствам нервной системы. Последние отражают физиологические особенности протекания нервных процессов, а свойства темперамента – психологические особенности человека, и по иерархии занимают промежуточное место между свойствами характера . (высшими), и свойствами нервной системы (низшими).

Как показано Б.А. Вяткиным, спортивные достижения в ситуации психического напряжения зависят от свойств темперамента, поэтому их целесообразно учитывать при отборе и ориентации в различные виды спорта. Об этом же свидетельствуют и другие данные. Например, обследование нескольких сот спортсменов, представителей различных видов спорта, показало, что у парашютистов, прыгунов в воду очень редко встречается высокая тревожность. Очевидно, это мешает, получать удовольствие от занятия таким видом спорта, который требует риска, смелости. Поэтому люди с высокой тревожностью либо не идут в эти секции, либо быстро уходят из них. В то же время, по данным Р.Н. Зюковой, для занимающихся художественной гимнастикой высокая тревожность может играть положительную роль, так как позволяет более точно воспроизводить и медленный, и быстрый темп. По ее же данным, эмоциональная возбудимость определяет точность восприятия и воспроизведения длительности звуков, малая импульсивность способствует восприятию и воспроизведению музыкальных акцентов. [7]

Очевидно, и личностные особенности оказывают влияние на эффективность деятельности и выбор того или иного вида спорта. Например, в работе Ф.Б. Березина и Р.В. Рожанец показано, что игровые виды спорта выбирают лица с высокой активностью, оптимизмом, жизнерадостностью, избытком энергии и сознанием собственных возможностей; художественную гимнастику, акробатику, конный спорт предпочитают лица с жаждой признания, склонностью к некоторой театральности в поведении, с богатым воображением, с живостью и выразительностью эмоциональных реакций. [14]

Однако исчерпывающих данных на этот счет пока нет, в связи, с чем требуется дальнейшее, более развернутое изучение этого вопроса.

2.5 Учёт биологического возраста при ориентации и отборе

В отличие от паспортного возраста, измеряемого годами с момента рождения человека, биологический возраст определяется темпами полового созревания. Половое созревание начинается у разных детей в разное время: у одних (акселератов) в 10 – 11 лет, у других (ретардантов) в 15 – 16 лет. У школьников из сельской местности половое созревание наступает несколько позже, чем у городских. [9]

Знание биологического возраста при ориентации и отборе необходимо, в связи с тем, что темпы полового созревания определяют уровень физического развития и соматотип. Среди детей с ускоренным развитием чаще встречаются эндоморфные типы телосложения: у этих детей оказываются большими показатели мышечной силы. Юноши с более поздним развитием часто специализируются в видах спорта, предъявляющих жесткие требования к быстроте и в гораздо меньшей степени – к мышечной силе и выносливости. У мальчиков мезоморфного типа процесс полового созревания достигает своего пика примерно на год раньше, чем у мальчиков эктоморфного типа.

Естественно, что тот школьник, у которого, например, в 12 лет половое созревание находится на третьей стадии, будет иметь преимущество по физическим данным перед школьником того же паспортного возраста, но с наступившим еще периодом полового созревания. Поэтому без учета биологического возраста за одаренного можно принять акселерата, а за неодаренного – ретарданта. Знание же биологического возраста не только поможет более правильно построить прогноз о перспективах физического развития школьника в будущем, но и ориентироваться в том, к каким видам спорта более всего предрасположен данный ребенок.

В последние годы показана связь между уровнем полового созревания детей и их мышечной работоспособностью и показателями двигательной активности, между возрастом полового созревания и более совершенной функцией сердечнососудистой и дыхательной систем, а также более крупными размерами тела. В связи с этим важно знать признаки, по которым можно судить о степени полового созревания. Первым признаком наступления пубертатного периода является изменение голоса у подростков – в среднем в 12,5 лет. Волосы на лобке появляются в среднем в 13 лет, набухание сосков и формирование кадыка – в 13,5 лет. Последними появляются волосы в подмышечных впадинах – в 14 лет. [6,9]

Другим способом диагностики степени физиологической зрелости является определение «скелетного» или «костного» возраста ребенка, что достигается путем сравнения степени окостенения скелета со средними возрастно-половыми нормами. Для этого имеются атласы с набором рентгенограмм, показывающие характерный для каждого возраста уровень окостенения отдельных костей кисти и предплечья. Определяют стадии окостенения бедренной и безымянной костей, а также эпифизов бедренной и большой берцовой костей. В каждом возрасте корреляция длины и веса тела значительно больше с костным возрастом, чем с паспортным. Межгрупповые различия длины тела при группировке детей по костному возрасту, как отмечает Н. Бенли, в два раза меньше, чем при группировке по паспортному возрасту. [9]

Между темпами окостенения и развитием вторичных половых признаков имеется высокая степень соответствия, поэтому для определения биологического возраста можно пользоваться в равной мере либо тем, либо другим способом. В практических целях более удобен способ, использующий вторичные половые признаки, так как он не требует рентгенографии. Однако и тот, и другой способ требуют участия врача для квалифицированной диагностики и из этических соображений – при определении степени половой зрелости.

Возраст полового созревания, как и возраст скелетной зрелости, все же ограничивает дифференциацию типов, так как они могут быть использованы лишь в определенном возрастном периоде – 13 – 14 лет, когда наблюдаются наибольшие индивидуальные различия в появлении вторичных половых признаков, и в возрасте 16 – 17 лет, когда достигается скелетная зрелость. В то же время для спортивной практики важным бывает строить прогноз о физических данных на более ранних этапах онтогенеза – в 7 – 8 лет. В качестве критерия здесь можно использовать показатель возраста соматического развития, определяемый с помощью таблицы, разработанной В.Г. Властовским (см. кн.: Акселерация роста и развития детей. М., 1976, с207), или же сравнивая данные физического развития внутри группы. Правда, в последнем случае не исключены ошибки, так как наличный уровень физического развития может быть обусловлен условиями воспитания.

Половое созревание, объективными показателями которого у девочек является появление мензес, а у мальчиков – почтение первых волос на лобке, может начаться в 8 – 11 лет у девочек и в 10 – 11 лет – у мальчиков. Таких случаев может быть 20%. Такой же процент случаев находят и с поздним половым созреванием в 16 – 17 лет. Отмечается, что основная масса детей достигает полового созревания в возрасте 13 – 14 лет. [6,9]

2.6 Прогностичность показателей при ориентации и отборе

Используемые для ориентации и отбора показатели должны обладать прогностической силой, т. е. не только фиксировать сегодняшнее развитие школьника, но и позволять предсказывать, как изменятся эти показатели в будущем, т. е. каков будет относительный уровень развития школьника, когда он станет взрослым. Иначе говоря, нужно, чтобы по исходным данным ребенка (по ювенальным признакам) можно было судить о величине тех же показателей в конце заданного периода, интересующего тренера (о дефинитивных признаках). [8]

Прогностичность различных показателей во многом определяется тем, в какой мере они зависят от генетического и фенотипического факторов, т. е. от врожденности или изменчивости под влиянием условий жизни.

Роль наследственности или влияний среды проявляется при сравнении однояйцовых близнецов, особенно когда их воспитание ведется раздельно, в разных условиях. Подобные наблюдения единичны, но они представляют большую ценность для науки. Кроме того, используется метод разобщенного физического воспитания близнецов, с помощью которого удалось убедительно доказать влияние внешней среды на физическое развитие детей. При направленной тренировке одного из близнецов, как показано М. Мак Гроу, В. Клиссурасом, Е.Н. Кострубиной, Ю.С. Антиповым и Б.И. Коганом, он имеет преимущество перед контрольным близнецом по двигательным возможностям. Однако при отсутствии преднамеренного разного воспитания близнецов их данные оказываются по многим параметрам идентичными, что свидетельствует о роли генетического фактора (в связи с тем, что у двуяйцовых близнецов, не говоря уже об обычных братьях и сестрах (сносах), такое сходство либо выражено гораздо слабее, либо вообще отсутствует). Например, по данным К. Штерна, коэффициент корреляции между длиной тела у однояйцовых близнецов был значительно выше, чем у двуяйцовых и сибсов: 0,93; 0,64 и 0,60 соответственно. То же найдено и в отношении веса тела: 0,91; 0,63 и 0,58. Однако для разных морфологических признаков влияние наследственности количественно неравноценно. Так, для веса тела воздействие этого фактора менее существенно, чем для длины тела (В.Б. Шварц, Б.А. Костюк и др.). Выявлена также генетическая обусловленность нейродинамических особенностей человека и ряда психических процессов (И.В. Равич-Щербо, В.Ф. Михеев, В.Д. Мозговой). Все это объясняет, почему часто у спортсменов находят морфологические особенности, сходные с родителями. Например, у молодых штангистов низкого и ниже среднего роста в 40% случаев рост отца и в 70% случаев – рост матери также был низким. [8,10].

Однако, принимая во внимание эти генетические исследования, следует учитывать ряд моментов. В разные возрастные периоды действие генетического фактора различно по силе. Например, по данным Б.А. Костюка, уровень наследственных влияний на тотальные размеры тела повышается с возрастом. Однако в период полового созревания прогностичность показателей снижается или совсем теряется. Это связано с тем, что темпы полового созревания у детей различны. У медленно созревающих, по данным В.Г. Властовского, время от появления первых признаков до сильного их развития составляет в среднем 3 года 10,5 месяцев, у быстро созревающих -- 1 год 2,5 месяца. Поскольку медленно созревающие начинают половое развитие раньше, они вначале опережают быстро созревающих по физическому развитию, в частности – в росте тела. Однако затем быстро созревающие к периоду половой зрелости догоняют в развитии первых, а в последующем и опережают их. Поэтому, если тренер будет отбирать подростков по ростовым данным, он может допустить ошибку, так как часть высокорослых приходится на медленно созревающих, а часть низкорослых или среднего роста – на быстро созревающих.

Роль генетического фактора проявляется отчетливее при больших нагрузках. Превышение оптимального уровня нагрузок приводит к задержке физического и полового созревания, в частности – угнетает пролиферативную фазу менструального цикла и выделение активных фракций эстрогенов. В этом случае юных спортсменов можно принять за ретардантов, каковыми в действительности они, может быть, и не являются.

Не следует ожидать, что дети будут копией своих родителей. Имеющиеся в литературе данные о сходстве достижений родителей и их детей при занятиях спортом излишне оптимистичны. Например, по данным Б. Кретти, имеется связь между способностями детей и родителей в беге на короткие дистанции (50 – 90 м) и в прыжках в длину. Однако в метании мяча к опорном прыжке такая связь отсутствует. Не очень убедительные и данные X. Гребе и Л. Гедды, нашедших, что у 50% выдающихся спортсменов дети тоже проявляли спортивные способности. Во – первых, 50% детей все же не проявили этих способностей; во – вторых, остальные проявили их не обязательно в том виде спорта, в котором зарекомендовали себя родители; в – третьих, прогноз зависел от того, оба родителя имели высокие достижения или один. В первом случае прогноз повышается до 70%, во втором случае снижается до 30%. Поэтому попек талантливых спортсменов в семьях, где родители достигли определенных спортивных высот, может себя и не оправдать. Кроме того, этот путь отбора практически мало что дает, так как выдающихся спортсменов очень мало. [10]

Другое дело – познакомиться с физическими данными родителей отбираемого в спортивную секцию ребенка. Особенно важно это сделать при прогнозировании веса и полноты ребенка: если родители тучные, то с большой долей вероятности следует ожидать, что и ребенок после периода полового созревания станет таким же.

Имеющиеся данные о сходстве склонностей и интересов у однояйцовых близнецов (по данным Р. Линка, 94% их занимались спортом, причем 87% избрали одинаковую специализацию и свыше 70% имели одинаковые достижения) можно объяснить как сходными условиями воспитания и нежеланием одного близнеца отставать от другого, так и некоторой генетически обусловленной склонностью к предпочтению (и не предпочтению) определенных видов деятельности, ситуаций и т. п. Например, если у обоих близнецов имеется высокая тревожность, то есть основания ожидать, что оба будут избегать видов спорта, связанных с переживанием чувства боязни.

Поскольку соматические типы генетически обусловлены и влияют на проявление различных двигательных качеств, есть основание полагать, что в определенной мере высокая прогностичность будет проявляться и в отношении ряда функциональных, а не только морфологических показателей. Это подтверждает и ряд исследований.

Ю.Е. Розин и Э.И. Ядкевич, наблюдая юных гимнастов с 10 – 11 лет до 15 – 16 лет, установили, что те из них, кто имел при первом обследовании более высокие показатели относительной силы и подвижности в суставах, сохраняли это преимущество перед другими и в последующие годы. Те же, кто имел низкий уровень этих показателей, не сумели поднять их до оптимального даже при дополнительных занятиях, проводившихся сверх программы. Аналогичный вывод в отношении силы мышц сделаны В.М. Волковым и Г.В. Носовым, а в отношении прыгучести – Л.Н. Соловьевым. Сохранение преимущества в росте показано многими авторами – Р.Д. Туденхаймом и М.М. Снайдером, Дж. Танкером и др. Прогностичность же весовых показателей значительно меньше: по весу тела младшего школьника нельзя предсказать, каким будет его вес в старшем школьном возрасте.

Чешский исследователь Й. Ульбрнх показал, что уровень выносливости к динамической работе является прогностическим признаком уже в 11 – 12 лет, так как в 18 лет спортсмены сохранили имевшееся у них преимущество или отставание. [8,10]

Менее надежны в прогностическом отношении психомоторные показатели, и совсем ненадежны – показатели, характеризующие уровень развития психических функций – память, устойчивость внимания, оперативность мышления (В.В. Волков).

2.7 Моральная сторона отбора

В заключение остановимся на моральной стороне отбора. Поскольку отбор в виды спорта – это система мероприятий, направленная на поиск и привлечение к занятиям конкретным видом спорта одаренных людей с целью получения в будущем высокого спортивного результата, нет возможности удовлетворить желание каждого заниматься тем или иным видом спорта. В этом существенное отличие отбора от ориентации, которая направлена на выбор человеком вида спортивной деятельности с учетом его интересов, склонностей и способностей и которая призвана обеспечить удовлетворенность занятиями данным видом спорта не только от достижения конкретного спортивного результата, но и от самого процесса занятий этим видом спорта.

В связи с ограничениями, которая система отбора накладывает на выбор школьником того или иного вида спорта, возникает сложный вопрос. С одной стороны, бесспорно, что любой школьник имеет право заниматься тем видом спорта, каким ему хочется. С этой точки зрения система отбора имеет отрицательную сторону: принудительность запрета заниматься тем или иным видом деятельности, не считаясь с «мне, нравится», «я хочу» и другими выражениями мотивированности личности. Действительно, отбор с требованиями, предъявляемыми к человеку определенным видом спорта, уподобляется золотой туфельке из сказки «Золушка», подошла ножка к туфельке – будешь принцессой, не подошла – прощай мечты.

Чтобы разобраться в том, правомочен ли с морально – правовой стороны отбор в различные виды деятельности, необходимо учесть ряд моментов.

Первое. Отбор должен касаться лишь тех звеньев в системе физического воспитания, в которых главным направлением работы является подготовка высококвалифицированных спортсменов (школы – интернаты спортивного профиля, школы высшего спортивного мастерства и т. п.). Это означает, что отбор не должен касаться массового спорта. [2]

Второе. При отборе нужно исходить не столько из желанья каждого, сколько из целесообразности занятий данным видом спорта конкретным лицом. В.И. Ленин говорил, что «равенства сил и способностей людей в социалистическом обществе ждать нелепо». Поэтому для общества целесообразно (прежде всего, с экономических позиций), чтобы человек занимался тем делом, к которому у него больше способностей. Если перед нашим спортивным движением стоит задача подготовить мае герои экстра – класса, то эта задача будет решаться в наиболее короткое время и с наименьшими экономическими и энергетическими затратами только в том случае, если в школы высшего спортивного мастерства будут отбираться наиболее способные. [14]

Кроме того, в ряде видов спорта деятельность спортсменов связана с экстремальными ситуациями, возникающими непредвиденно или неожиданно. В этом случае к спортсмену предъявляются дополнительные требования в плане его психологической устойчивости, которой обладают далеко не все. Набор людей для занятий этими видами спорта без учета их возможностей, противостоять стрессу может привести к тому, что спортсмен, и даже обладая высокой техникой и физической подготовкой, становится ненадежен в экстремальной ситуации. Например, в альпинизме трусость спортсмена может привести к растерянности, нерешительности и к гибели всей группы.

Третье. Отбор потенциально выполняет и гуманистическую функцию, хотя на первый взгляд об этом не может быть и речи, поскольку человека против его желания не берут в секцию или отчисляют по прошествии некоторого времени. Гуманизм отбора связан с тем, что неспособный человек, стремящийся достичь в избранном им виде спорта высоких спортивных достижений, будет испытывать чувство неудовлетворенности из – за медленного роста своих спортивных результатов. «Я хочу» или «Мне нравится» вовсе не означает, что «Я смогу», как это обычно считают дети, которые еще не умеют соразмерять желания II возможности. При наличии у школьника высокого уровня притязаний (желание быстро выполнить высокий разрядный норматив) и при малых способностях к этому часто наступал! разочарование, так как достигаемые результаты оказываются низкими. Уход из спортивной секции подрывает веру в свои силы.

Следовательно, разумно организованный отбор, проводимый на научной основе и с объективным изучением личности, в конечном итоге должен выполнять гуманную функцию – предупреждать человека от ждущего его при неправильном выборе деятельности разочарования. [14]

Именно так и считают ведущие тренеры. В интервью заслуженный тренер СССР Л.М. Сегалович сказал, что его поиск начинается, как это ни огорчительно, с отсева. «Невероятно трудно найти в себе силы сказать мальчишке, чтобы он не приходил на следующее занятие, но приходится делать это – для его, же пользы, потому что не подходит мальчишка не для спорта вообще, а для бокса. А в зале штанги его, может быть, ждут, не дождутся» (см.: Советский спорт, 1978, 21 января).

Но, для того чтобы не заставлять школьников ходить из одной секции в другую в поисках своего спортивного призвания, тренеры любого вида спорта должны заниматься не только отбором, но и ориентацией, т.е. советовать школьнику, где он может лучше себя проявить. А это требует от тренера широких знаний: нужно знать, какие различия и сходства имеются между видами спорта в отношении требований, предъявляемых к качествам человека. Пока не создана служба спортивной ориентации для желающих, заниматься спортом, это – единственный путь, быстрого и адекватного поиска школьниками своего призвания в нем.

2.8 Специфика отбора волейболистов

Выбор, направленность и совершенствование волейболистов проводится по критериям, распространяющимся на оценки:

- морфологических особенностей;

- физических и функциональных качеств;

- особенностей личности.

Все эти особенности и качества тренер не оценивает в их «прирожденной» форме и непосредственно, а оценивает в качестве предпосылок развития в направлении желаемого уровня физической, технико-тактической и соревновательной готовности. Таким образом, оценки и показатели, с одной стороны, принимают черты аналитической работы, а с другой – суть подхода состоит в синтезе показателей отдельных качеств. Дело в том, что тренер стремится к суммарному представлению актуальных и прогнозированных качеств кандидатов, а не к простым и изолированным оценкам их быстроты, силы, прыгучести, роста и т. д. [10]

Проведение границы между морфологией и функциями, конечно, является совершенно искусственным, но по причинам дидактики будет оправданно, если в настоящей работе мы их рассмотрим раздельно, подразумевая при этом узкую и нерасторжимую связь между строением тела и функциями.

**Выводы**

1) Спортивная ориентация – система организационно – методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта.

Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой производится выбор наиболее подходящей для него спортивной деятельности.

Спортивный отборэто комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта).

Спортивный отбор – длительный, многоступенчатый процесс, который может быть эффективным лишь в том случае, если на всех этапах многолетней подготовки спортсмена обеспечена комплексная методика оценки его личности, предполагающая использование различных методов исследования (педагогических, медико-биологических, психологических, социологических и др.).

2) Выбор, направленность и совершенствование волейболистов проводится по критериям, распространяющимся на оценки:

- морфологических особенностей;

- физических и функциональных качеств;

- особенностей личности.

Все эти особенности и качества тренер не оценивает в их «прирожденной» форме и непосредственно, а оценивает в качестве предпосылок развития в направлении желаемого уровня физической, технико-тактической и соревновательной готовности. Таким образом, оценки и показатели, с одной стороны, принимают черты аналитической работы, а с другой – суть подхода состоит в синтезе показателей отдельных качеств. Дело в том, что тренер стремится к суммарному представлению актуальных и прогнозированных качеств кандидатов, а не к простым и изолированным оценкам их быстроты, силы, роста и т. д.

**Список использованных источников:**

1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх/ М.С. Бриль. -М, 1980

2.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.- М, 2000

3. Зациорский В.М. Основы спортивной метрологии/ В.М. Зациорский. Москва, 1979

4. Ковалев А.Г., Мясищев В.Н.Психологические особенности человека/ А.Г. Ковалев, В.Н.Мясищев. Санкт – Петербург, 1960

5. Теория и методика физического воспитания: Учебник для пединститутов/ Под ред. Б.А. Ашмарина.- М.,1997

6. Никитюк Б.А. Факторы роста и морфофункционального созревания организма. - М., 1978

7. Козлов В.У., Гладышева А.А. Основы спортивной психологии.- М., 1977

8. Гримм Г. Основы конституциональной биологии и антропометрии. - М.,1967

9. Грошенков С.С., Лясотович С.И. О прогнозе перспективных спортсменов.- Теория и практика физической культуры.,1973

10. Николич А., Параносич В. Отбор в баскетболе/ - Москва, 1980

11. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учебник. - Москва, 2000

12. Матвеев Л.П. Общая теория спорта: Учебник. - Москва 1997

13. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М, Спортивные игры: Учебник. - Москва, 2000

14. Гогунов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учебное пособие. - Москва. 2000