

Влияние современных методологических принципов в спорте на выстраивание системы отбора и подготовки спортивного резерва

***С.Л.Садырин,
Генеральный директор СДЮСШОР
«Красноярск», к.пед.н., доцент***

Принципы спортивной подготовки представляют собой педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы.



Общие принципы системы физического воспитания

Связи физического воспитания с трудовой и военной практикой

Всестороннего развития личности

Оздоровительной направленности физического воспитания

Принципы обучения и тренировки

Сознательности и активности

Наглядности

Систематичности

Прочности

Научности

Доступности и индивидуализации

Принципы спортивной тренировки

Направленность к высшим достижениям

Единство общей и специальной подготовки

Непрерывность тренировочного процесса

Волнообразность тренировочной нагрузки

Цикличность тренировочного процесса

Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок

Методические положения системы многолетней подготовки спортсменов:

целевая направленность подготовки юных спортсменов по отношению к высшему спортивному мастерству

соразмерность и рациональные соотношения развития основных физических качеств

перспективное опережение формирования спортивно-технического мастерства

основой процесса многолетней подготовки является дифференцированный подход



Спортивный отбор — это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному 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.).



**1 этап – отбор в группы
начальной подготовки**

**2 этап – отбор в группы
спортивной специализации**

Этапы спортивного отбора

**3 этап – комплектование
групп спортивного
совершенствования**

**4 этап – комплектование групп
спортивного
совершенствования**

МИНИМАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ ЛИЦ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Этапы спортивной подготовки	Баскетбол	Волейбол	Регби	Футбол	Хоккей
Начальной подготовки	8	9	9	8	9
Спортивной специализации	12	12	11	10	10
Совершенствования спортивного мастерства	14	14	15	13	13
Высшего спортивного мастерства	14	14	16	14	14

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Этапы спортивной подготовки	Баскетбол	Волейбол	Регби	Футбол	Хоккей
Начальной подготовки	3	3	3	3	3
Спортивной специализации	5	5	5	5	5
Совершенствования спортивного мастерства	Без ограничений	Без ограничений	Без ограничений	Без ограничений	Без ограничений
Высшего спортивного мастерства	Без ограничений	Без ограничений	Без ограничений	Без ограничений	Без ограничений

Этап начальной подготовки

- обучение основам техники двигательных действий;
- формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике;
- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса

Этап спортивной специализации

- формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности;
- формирование навыков соревновательной деятельности;
- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса

Тренировочный процесс на различных этапах подготовки

Этап спортивного совершенствования

- совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- развитие навыков соревновательной деятельности спортсменов;
- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса

Этап высшего спортивного мастерства

- подготовка спортсменов к достижению результатов уровня сборных команд РФ
- совершенствование навыков соревновательной деятельности спортсменов;
- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ

Физические качества	Баскетбол	Волейбол	Регби	Футбол	Хоккей
Скоростные способности	3	3	3	3	3
Координационные способности	3	3	3	2	3
Вестибулярная устойчивость	3	3	2	2	3
Выносливость	2	2	3	3	2
Мышечная сила	2	2	3	2	2
Телосложение	3	3	2	1	1
Гибкость	1	1	1	2	2

СООТНОШЕНИЕ ОБЪЕМОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА ХОККЕЙ

Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	1 год	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
Общая физическая подготовка (%)	13 - 17	13 - 17	13 - 17	13 - 17	9 - 11	9 - 11
Специальная физическая подготовка (%)	4 - 6	4 - 6	9 - 11	9 - 11	9 - 11	4 - 6
Техническая подготовка (%)	35 - 45	35 - 45	26 - 34	18 - 23	13 - 17	13 - 17
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	9 - 11	9 - 11	9 - 11	9 - 11	13 - 17	9 - 11
Технико-тактическая (%)	22 - 28	22 - 28	26 - 34	31 - 39	35 - 45	39 - 51
Участие в соревнованиях (%)	5 - 8	5 - 8	5 - 8	5 - 8	10 - 15	10 - 15

Заключение:

- 1. Ведущий компонент спортивной подготовки - формирование личности спортсмена, обладающего высоким нравственным и духовным потенциалом.**
- 2. Важным критерием эффективности многолетней подготовки является наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для определенного вида спорта.**
- 3. Преимущество задач, средств и методов тренировки детей, подростков, юношей и взрослых спортсменов, поступательный рост объема средств общей и специальной физической подготовки, соблюдение принципа постепенности в процессе многолетней подготовки.**

Заключение:

- 4. Опережающий рост спортивно-технической подготовки в многолетнем тренировочном процессе**
- 5. Формирование у юных спортсменов устойчивой потребности и позитивной мотивации в занятиях спортом**
- 6. Комплексное использование в процессе спортивной подготовки принципов спортивной тренировки в единстве с общими принципами педагогики и физического воспитания**

СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!

