

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

СИСТЕМА ВІДБОРУ ТА ОРІЄНТАЦІЇ В РІЗНИХ КРАЇНАХ СВІТУ

Шинкарук Оксана

Національний університет фізичного виховання і спорту України



Анотація

В статті рассмотрені європейський, американський і азиатський підходи, використовувані при відборі спортсменів та орієнтації їх підготовки. Показано, що програми, тести та показателі, застосовувані в процесі відбору та орієнтації підготовки спортсменів в різних країнах, мають як ряд загальних характеристик, так і суттєві відмінності в застосовуваних підходах. Більша частина тестів та реєструваних показників, що входять до системи оцінки потенціальних можливостей спортсменів в кожній з країн, не сумісні між собою. Це ускладнює обмін інформацією, сприяє розвитку системи відбору в цілому. Різні методологічні підходи при формуванні комплексу показників, оціночних шкал, інтегральних оцінок перспективності, зазвичай не враховують специфіку видів спорту, біологічний вік, характер передшествуючої підготовки, темп росту спортивних досягнень.

Ключевые слова: підхід, відбір та орієнтація підготовки спортсменів, тести, критерії.

Annotation

The article considers the European, American and Asian approaches used in the selection of athletes and their orientation training. It is shown that programs, tests and indicators used in the process of selection and orientation of training sportsmen in different countries, have a number of characteristics in common, and significant differences in the current approaches. The majority of tests and recorded parameters composing the contents of the system of evaluation of potential possibilities of athletes in each of the countries, they are not compatible. This makes it difficult to exchange information, hinders the development of a selection system in general. Different methodological approaches to the formation of a range of indicators, rating scales, integrated assessments of their perspective is often not specific to sports, biological age, previous training, the rate of growth of sports achievements.

Key words: approach, the selection and orientation of training of athletes, tests and criteria.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасних умовах спорту вищих досягнень особливу значущість набуває виявлення найбільш обдарованих, перспективних спортсменів. Це пов'язано з тим, що рекордні досягнення характерні для спортсменів, які мають найбільш оптимальні показники, характерні для даного виду спорту. З одного боку, спортсмени, що відрізняються за своїми морфологічними, функціональними, психологічними особливостями, по-різному адаптуються до різноманітних умов діяльності, з іншого боку – цілеспрямована діяльність впливає на відбір найбільш обдарованих спортсменів і на формування у них специфічного морфофункціонального статусу. Стійкий інтерес до занять спортом у дітей і підлітків в значній мірі визначається правильністю вибору спортивної спеціалізації, що, в свою чергу, залежить від відповідності індивідуальних особливостей специфіці виду спорту. Вибрати для кожного підлітка вид спортивної діяльності – завдання спортивної орієнтації; відібрати найбільш придатних, виходячи з вимог виду спорту, – завдання спортивного відбору [7].

Звичайно, не можна вважати реальним завдання – розробити безпомилкові методи відбору, наприклад, майбутніх чемпіонів Олімпійських ігор, тому що формування будь-якого таланту залежить від величезної кількості чинників, перерахувати які про-



сто неможливо, але все ж людина в силу своїх анатомічних, фізіологічних і психологічних особливостей завжди найкращим чином пристосовується до певного виду діяльності [7,11]. Розгляд наукових даних, накопичених в теорії та методиці спортивної підготовки, свідчить про великий обсяг як теоретичного, так і експериментального матеріалу досліджень. Проте великий масив наукових знань не об'єднаний у цілісну систему, в якій органічно взаємопов'язані процес спортивного відбору, орієнтації спортивної підготовки з етапами багаторічного удосконалення спортсменів. Це значно ускладнює впровадження цих знань в спортивну практику.

Все вище зазначене обумовило дослідження з даної проблематики.

Зв'язок з науковими програмами або практичними завданнями. Робота виконана в рамках науково-дослідної теми 2.12. “Формування системи багаторічного відбору та орієнтації спортсменів” відповідно до Зведеного плану НДР у галузі фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. і затвердженого тематичного плану Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України.

Мета – дослідити особливості та визначити закономірності відбору та орієнтації підготовки спортсменів в зарубіжних країнах.

Методи досліджень. В роботі були використані такі методи: аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури, опитування, аналіз даних Інтернет, узагальнення, співставлення, методи статистики.

Результати досліджень та їх обговорення. Сьогодні склалося декілька своєрідних підходів до вирішення проблеми відбору та орієнтації здатних до занять спортом дітей, таких, як європейський та північноамериканський, активні дослідження проводять у Китаї [7, 8, 9, 10, 11].

Загальною особливістю цих підходів є комплексне вивчення стану рухової функції і психічних процесів у дітей і підлітків, що включають використання морфологічних, фізіологічних, психофізіологічних і власне педагогічних показників. При цьому окремі з реєструємих показників виражають в кількісних одиницях (сантиметри, секунди, кілограми тощо), а інші – в балах (відповідність біологічного віку паспортному,

рівень технічної підготовленості тощо). Загальна інтегральна оцінка подається у вигляді суми балів, яку виставляють спортсмену, який проходить обстеження, за кожним показником, що реєструється.

Відмінною рисою системи спортивної селекції, розробленої в США, є принцип комплексної оцінки, який полягає у нарахуванні оцінки в балах по кожному з розглянутих показників, відповідно до запропонованих оцінних таблиць.

Таблиця 1

Показники і тести, запропоновані для спортивної селекції й оцінювання перспективності в бігу (за: Arnot, Gaines, 1992)

Показник	Значущість тестів, %
Оцінка рухових здатностей Довжина кроку — біг 100 ярдів (91 м)	20-28
Серце і легені VO ² max після 12-хвилинного бігу (тест Купера)	30-38
Будова тіла Відношення зріст/вага Ширина стегон Довжина ніг Гнучкість підколінних сухожилць Відсотковий вміст жиру в тілі Тип м'язових волокон (стрибок угору)	42-50

Таблиця 2

Комплексна система оцінки перспективних можливостей плавців (за: Arnot, Gaines, 1992)

Показники і тести	Спрямованість тесту	Оцінка теста, очки
Довжина кроку — плавання 25 ярдів (23м)	Рухові спроможності	28
VO ² max після 12-хвилинного бігу (тест Купера)	Серце і легені	30
Об'єм легень		10
Пропорції тіла	Склад тіла	7
Потужність гребка під час плавання на прив'язі		15
Стрибок угору		10
Рухливість у плечових суглобах		5
Гнучкість у гомілковостопних суглобах		5
Відсотковий вміст жиру у тілі		від 0 до 10

Примітка. 100 очок — власник золотої медалі; 90 — олімпійська збірна; 80 — національна команда; 70 — регіональний чемпіон; 60 — місцевий паливода ...; ...10 — глядач на змаганнях



Сума оцінок (балів) є показником, значення якого свідчить про можливість спортсменів для досягнення високих результатів [8].

Фахівці у циклічних видах спорту пропонують використовувати однотипні тести і характеристики, що відображають:

а) рухову спроможність (за допомогою оцінки «довжини кроку», відносна значущість тесту в загальному підсумку 20–28 %);

б) можливості серця і легень шляхом оцінювання значень $VO_2 \max$ і об'єму легень, $VO_2 \max$ при цьому запропоновано визначати непрямим методом за результатами 12-хвилинного бігу (тест Купера), у даному випадку значущість становитиме 30–38 % загальної підсумкової оцінки;

в) будову тіла — у цьому розділі використано показники співвідношення різних розмірів тіла, рухливості у суглобах, вмісту жиру в тілі (%), а також характеристики вибухової сили (за результатами тесту — стрибка угору), потужності гребка (у плаванні, наприклад, сила тяги під час плавання на прив'язі тощо). Значущість показників цього розділу становить 42–50 % загальної суми очок (табл. 1, 2).

Диференціювання значущості окремих показників у загальній оцінці можливостей спортсменів забезпечується у процесі переведення результатів теста у бали (очки) за оцінними таблицями — за більш «значущими» показниками нараховується відповідно більше балів. Слід відмітити простоту і доступність запропонованої системи оцінки можливостей для будь-якого тренера, тому що не треба використовувати дорогу апаратуру.

Можна припустити, що інформативність, або надійність, цієї системи для оцінювання потенційних можливостей спортсменів трохи знижена, оскільки тут не передбачено диференційований підхід до спортсменів залежно від віку і рівня кваліфікації — ні

в процесі підбирання тестів і показників, ні під час розроблення таблиць переведення результатів тестів у бали. Варто зупинитися і на ряді інших дискусійних положень.

Для спортсменів, що займаються різними видами спорту, ця система передбачає визначення максимального споживання кисню ($VO_2 \max$) за допомогою непрямих (розрахункових) методів — тест Купера (12-хвилинний біг) або тест Астранда. Відомо, що для кваліфікованих спортсменів непрямі методи визначення $VO_2 \max$ мало інформативні через значну похибку обчислень і неспецифічний характер м'язового навантаження в ході тестування.

У таблицях переведення результатів тестування в бали (очки) за всіма показниками використаний рівномірний принцип нарахування оцінок. Для деяких показників найбільш прийнятними були б нерівномірні, наприклад – сигмоподібні, шкали або таблиці.

Слід підкреслити, що за результатами комплексного тестування із використанням даної методики немає можливості отримати дані для орієнтації спортсмена на виступ у конкретній змагальній дисципліні (на дистанції конкретної довжини), охарактеризувати різні сторони функціональної підготовленості з метою раціонального планування процесу тренування. Система не передбачає оцінки стану психічних процесів спортсменів. На жаль, автори розглянутої системи спортивної селекції не наводять даних, які б доводили її інформативність, якщо обстежити не дорослих, які вже сформувалися як у біологічному, так і в спортивному плані, а юних спортсменів. Інформативність в процесі тестування дорослих спортсменів знаходиться також на рівні декларацій (90 очок — національна збірна і тощо).

Очевидно, найімовірніший контингент для успішного застосування даної системи селекції

— це дорослі аматори виду спорту, які бажають відносно простим способом одержати оцінку свого стану на сьогодні або інформацію про зміну свого стану під впливом серії тренувальних занять.

Більш складний комплекс тестів був використаний українськими фахівцями для виявлення здібних спортсменів з метою комплектування центрів олімпійської підготовки [3]. Програма тестування реалізовувалася в два етапи — на місцях тренування й у центрі відбору. На місцях тренування і проживання за результатами тестування, проведеного тренером, спортсменів зараховували до спеціалізованих спортивних шкіл і до груп вищої спортивної майстерності. За критерій відбору при цьому використовували показники спеціальної підготовленості (результат у веслуванні на дистанції 250 м, 500 м і 2000 м) і масо-зростові показники.

Згідно із зазначеними вимогами первинного відбору, спортсмени в лабораторних умовах проходили спеціальне обстеження, у процесі якого визначали морфологічний статус, функціональні можливості, спеціальну і загальну фізичну підготовленість, деякі інші показники. В кожній групі показників спортсмен отримував оцінку в балах, що формувалася у відповідності з оцінними таблицями за визначеною методикою розрахунку.

Зокрема, оцінка статури, стосовно веслування на байдарках і каное, давалася в балах (від 1 до 6) на підставі результатів виміру довжини тіла, розмаху рук, довжини тулуба і маси тіла, з урахуванням віку, статі і виду спеціалізації спортсменів (табл. 3).

Оцінка спеціальної фізичної підготовленості в балах (від 1 до 6) визначалася за результатами веслування на дистанціях 250 м і 2000 м (табл. 4), або потужності в 1-, 2- і 4-хвилинних тестах у веслувальному басейні й на тренажері.



Модельні характеристики статури веслувальників і спосіб розрахунку загальної оцінки статури

Показник	Байдарка, юнаки			Байдарка дівчата		
	Вік, роки					
	15-16	17-18	19 і старше	15-16	17-18	19 і старше
Довжина тіла, см	179	182	185	169	172	174
Маса тіла, кг, після 19 років			82			72
Розмах рук, см	185	192	195	172	178	180
Довжина тулуба, см	63	66	69	60	63	65
Сума вимірів (показники 1—4)	427	440	531	401	413	491

Таблиця 4

Оцінка спеціальної фізичної підготовленості за результатами веслування на різних дистанціях (байдарка — К-1)

Тест	Вік, роки	Оцінка, бал					
		1	2	3	4	5	6
Проходження дистанції 250 м, с	Чоловіки						
	15-16	61	59	57	56	55	53
	17-18	57	55	54	53	52	51
	19 і старше	55	54	52	51	50	49
	Жінки						
	15-16	67	65	63	61	60	59
	17-18	63	61	60	59	58	57
19 і старше	61	60	58	57	56	55	
Проходження дистанції 2000 м, хв	Чоловіки						
	15-16	9:20	9:10	9:00	8:50	8:40	8:30
	17-18	9:00	8:50	8:40	8:30	8:20	8:10
	19 і старше	8:50	8:40	8:30	8:20	8:10	8:00
	Жінки						
	15-16	10:10	10:00	9:50	9:40	9:30	9:20
	17-18	9:50	9:40	9:30	9:20	9:10	9:00
19 і старше	9:40	9:30	9:20	9:10	9:00	8:50	

Загальна оцінка статури виводиться за сумою вимірів росту, розмаху рук і довжини тулуба, після 19 років додається маса тіла.

За розміром відхилення індивідуальних даних спортсмена від сумарної оцінки (показник 5) нараховується:

- 10 і більше — 6 балів;
- від 5 до 9 — 5 балів;
- від 0 до 4 — 4 бали;
- від -1 до -4 — 3 бали;
- від -5 до -8 — 2 бали;
- від -9 до -12 — 1 бал.

Загальна фізична підготовленість оцінюється в балах (від 1 до 7) на підставі результатів у бігу на 800 м жінки / 1500 м чоловіки і виконання чотирьох вправ силового характеру.

Функціональні можливості оцінюються у балах (від 1 до 6) за значеннями показників максимального споживання кисню і максимальної кисневої нестачі, зареєстрованих в умовах одно та двохвилинної роботи максимальної потужності на веслувальному ергометрі.

Комплексну оцінку стану спортсменів було виражено сумою балів, завдяки якій визначався ранг (рівень) спортсмена: • перший рівень — 35 і більше балів (кандидати в збірну команду країни); • другий рівень — 25–34 бали (збірні команди спортивних товариств).

Слід зазначити, що застосування подібної комплексної методики протягом кількох років дозволило не тільки визначити перспективних спортсменів, а й простежити за становленням їхньої спортивної майстерності в багаторічній динаміці.

До оригінальних можна віднести методологічні підходи, що використовували в Латвійському центрі спортивного відбору. За даними Ж.Ю. Морозової, обстеження в Латвійському центрі проводили за комплексом, що включає сім блоків показників [5].

Перевага цієї системи полягає у використанні показників стану здоров'я, морфологічного і біологічного розвитку, стану психіки спортсменів, що проходять обстеження, нарівні з показниками загального і спеціального фізичного розвитку, технічної майстерності тощо. Усього було визначено близько ста показників, багато з яких реєструються за допомогою методу анкетування й оцінюються суб'єктивно (наприклад, дисциплінованість, бажання тренуватися тощо), а потім їх переводять у бали. Водночас більшість цих показників не використовували в



інших лабораторіях, що утруднювало зіставлення результатів досліджень.

Організаційні і методичні основи спортивного відбору в СРСР і тепер у Росії передбачають кілька етапів відбору в процесі багаторічної підготовки спортсменів [6].

Перший етап. Масовий огляд дітей 2–4 класів середньої школи у віці 7–10 років із метою створення банку даних про фізичний стан і залучення найбільш обдарованих дітей до дитячих спортивних шкіл з видів спорту. Використовуються порівняно прості тести і показники, щоб їх можна було виконати на уроці в середній школі: біг 30 м; біг 5 хв; біг на місці 10 с; човниковий біг 3 × 10 м; стрибок у довжину, стрибок угору, нахил уперед, підтягування на перекладині й кидок м'яча.

Другий етап. Відбір перспективних спортсменів для комплектування навчально-тренувальних груп і груп спортивного вдосконалення у системі спортивних шкіл і шкіл вищої спортивної майстерності. Відбір передбачає оцінку стану здоров'я; виконання контрольних нормативів, розроблених для кожного виду спорту; вивчення темпів приросту фізичних якостей і спортивних результатів. Важливу роль відіграють морально-вольові («бійцівські») якості, що характеризують спроможність спортсмена показувати високі й стійкі результати в складній змагальній обстановці, а також рівень мотивації, дисципліна і працьовитість. При цьому особливу значущість має педагогічна характеристика попередніх етапів підготовки спортсмена, в якій виділяють такі чинники, як спроможність переносити високі тренувальні і змагальні навантаження, та спроможність швидко відновлювати сили.

Третій етап. Перегляд і відбір талановитих спортсменів на юнацьких і юніорських змаганнях. Пошук талановитих спортс-

менів і залучення їх до центрів олімпійської підготовки і шкіл-інтернатів спортивного профілю відбуваються шляхом вивчення змагальної діяльності й тестування учасників змагань.

Тестування проводить суддівська колегія. Програма тестування включає два-три тести із загальної фізичної підготовки і три-чотири тести зі спеціальної фізичної підготовки, що мають велику прогностичну значущість для досягнення високих спортивних результатів в обраному виді спорту.

Четвертий етап. Відбір для проходження централізованої підготовки до Олімпійських ігор та інших міжнародних змагань. З метою відбору контингенту молодих спортсменів для проходження централізованої підготовки в складі збірних команд щорічно з кожного олімпійського виду спорту проводився перегляд спортсменів на навчально-тренувальному зборі з тестуванням учасників на базі центрів олімпійської підготовки.

До складу команди на збір включалися молоді спортсмени на основі результатів оцінки змагальної діяльності й тестування.

Огляд проводять наприкінці підготовчого або початку змагального періоду, коли спортсмени перебувають в стані високої роботоздатності. Програма обстеження спортсменів складалася з таких частин: стан здоров'я; спортивний анамнез і спеціальна підготовленість; функціональні можливості (за даними тесту із потужністю, що східчасто підвищується), морфофункціональний стан серця; психодіагностика; антропометрія.

Підсумкова оцінка формується в трьох градаціях: «придатний», «умовно придатний» і «не придатний». Зокрема, підсумкова оцінка «придатний» дається за відсутності протипоказань за станом здоров'я; за успішного освоєння програмно-нормативних вимог спортивної школи олімпійського

резерву; за позитивної динаміки спортивних досягнень (темпи росту вище за середнє і високі); за відповідності індивідуальних показників фізичного розвитку, функціональних можливостей і фізичної підготовленості необхідному діапазону розвитку ознак.

Особливістю комплексної системи, розробленої в Українському центрі спортивного відбору, є її вузька спрямованість на виявлення з числа спортсменів категорії резерву (спортсмени училищ олімпійського резерву, шкіл-інтернатів спортивного профілю тощо) найбільш талановитих, здатних у перспективі досягти результатів міжнародного рівня [1, 2, 7]. У зв'язку з цими завданнями програма тестування жорстко адаптована до специфіки групи циклічних видів спорту і кожного виду спорту окремо.

Особливістю цієї системи є комплексне вивчення стану рухової функції і психічних процесів дітей і підлітків за допомогою морфологічних, фізіологічних, психофізіологічних і власне педагогічних показників. При цьому окремі показники, що їх реєструють, виражаються в кількісних значеннях (секунди, кілограми тощо), а інші — в балах (відповідність біологічного віку паспортному, рівень технічної підготовленості тощо). Загальна інтегральна оцінка подається у вигляді суми балів, виставлених спортсмену по кожному із показників.

Розроблено диференційовані оцінні шкали по кожному з показників з урахуванням статевих і вікових особливостей дітей. У цілому програма обстеження включає кілька блоків показників:

- стан здоров'я (за підсумками диспансеризації);
- біологічний розвиток і його відповідність паспортному віку;
- психічну усталеність до чинників фізичного характеру;
- попередню підготовку і специфічні спроможності в обраному виді спорту;



• фізіологічні показники, що лімітують спеціальну роботоздатність у спорті.

Використовувані оцінні шкали, реалізовані в комп'ютерній програмі, дозволяють перевести кількісні показники, подані в різних одиницях виміру, у бали. Специфічні показники, що мають більш високий зв'язок зі спортивними результатами, одержують «преміальні бали» на підставі відповідних коефіцієнтів. З урахуванням значень інтегральних оцінок, отриманих за педагогічним і фізіологічним блоками, розраховують індекс перспективності (від 0 до 10 балів) — нормований показник, що відображає можливості спортсмена згодом демонструвати результати високого класу.

Таким чином, комплексний метод оцінювання перспективних можливостей спортсменів й орієнтації тренування дозволяє визначити індекс перспективності спортсмена; охарактеризувати можливості спортсмена за інтегральним педагогічним показником; за інтегральним фізіологічним показником; визначити слабкі сторони підготовленості; вибрати варіант тренування або

його корекції, оптимальний для даного спортсмена; порівняти кількох спортсменів і згрупувати їх по одній або декільком ознакам [1, 7].

Типовими для європейської системи селекції можна назвати методологічні підходи, використувані в 1970–1980-ті роки в НДР [4, 6]. З цією метою використовували комплексну програму, що включала тести і показники, які дозволяли всебічно схарактеризувати стан рухової функції спортсменів. Водночас ця програма була спрямована на переважне виявлення стану швидкісно-силових компонентів рухової функції спортсменів (табл. 5), тому її інформативність в процесі оцінювання систем організму, що лімітують рівень витривалості, не може бути однаково високою. Орієнтація тренувального процесу за результатами обстеження даною системою не передбачена.

Система відбору в Китаї включає кілька груп показників, що відображають (на прикладі плавання) особливості росту кісток; морфологічні показники (зріст, довжина кінцівок, ширина плечей, стегон, масо-зростовий індекс, м'язова маса, відсоток жиру

тощо); психологічні характеристики (амбіції і бажання змагатися, психологічна усталеність, сильна воля); рівень розвитку рухових якостей — гнучкості, сили тощо. Як тести використовують спеціальні вправи [9]. Наприклад, у плаванні — спортивні дистанції 50, 100, 400, 800 м, результати в них оцінюють з урахуванням віку скелета спортсменів. Зрозуміло, що на всіх дистанціях спортсмену важко досягти стандартних значень результату, але плавець повинен прагнути показати такий результат хоча б в одному або у двох видах. У таблиці 6 як приклад, що ілюструє цей підхід, подано нормативи для хлопчиків.

Відмінною рисою системи відбору в Китаї є використання показників, що характеризують природно-біологічні особливості розвитку організму дітей.

Враховують вік, у якому відмічається активний ріст скелета і тривалість періоду активного росту (табл. 7).

З даних таблиці 7 видно, що підлітки, у яких період активного росту починається у 12,5–14 років (хлопчики), 10,5–12 років (дівчата) і продовжується чотири роки, мають більший відсоток

Таблиця 5

Критерії спортивної придатності дітей Німеччини 10–16 років за показниками швидкісно-силових здатностей (за: Майснер-Петиг, Корт, Шобер, 1990)

Комплексні чинники	Тести і показники
Динамічна швидкісна сила	Біг 30 м, 60 м, потрійний стрибок, штовхання ядра, сила відштовхування тощо
Швидкість прийняття рішення (ігрові види спорту і єдиноборства)	Тест “Лабіринт”, час кроку в тесті, час тесту, час опори
Статична сила (повільні силові рухи)	Максимальна сила
Швидкість реакції (циклічні рухи за стартовим сигналом — спринт)	Оптична реакція, звукова реакція, максимальна частота педалювання, теплінг-тест, реакція спостереження
Здатність до прискорення (всі види спорту)	Час утримання максимальної частоти педалювання, досягнуте прискорення
Швидкість тонких рухів (види спорту, що потребують точності без участі сили)	Ідеомоторна реакція, швидкість рухів рук, ідеомоторна координація (час і помилка)
Антиципація у тесті “Лабіринт” (ігрові види спорту і єдиноборства)	Орієнтування в просторі, вибір стратегії в тесті, час кроку, час тесту
Здатність до розслаблення	Швидкість розслаблення після субмаксимального напруження



**Оцінка спеціальної підготовленості плавців
за часом проходження дистанцій і віку скелету (за: Jinri Jiang, 1993)**

Вік скелета, років	Дистанція і стиль плавання					
	50 м вільний, с	100 м вільний, хв	100 м брас, хв	100 м батерфляй, хв	100 м на спині, хв	Всього миль на рік
9	37.1	-	-	-	-	190
10	34.5	-	-	-	-	250
11	32.1	1:10	1:30	1:20	1:20	300
12	30.6	1:03	1:22	1:11	1:14	560
13	28.4	1:01	1:17	1:07	1:08	810
14	27.0	58.0	1:14	1:03	1:05	1100
15	26.4	55.0	1:11	1:00	1:03	1400
16	25.0	54.0	1:09	58.0	1:00	1500

Примітка. 1 миля = 1,6093 м (британська, американська).

**Ріст скелета та кількість дітей, які показали згодом високі спортивні результати,
% (за: Jinri Jiang, 1993)**

Початок активного росту дитини, вік	Тривалість періоду активного росту, роки	Відсотки за даними Шанхаю, %	Відсотки, за даними Китаю, %
10—11, хлопчики	Короткий, 2	-	-
Ранній	Звичайний, 3	-	-
8—9, дівчата	Тривалий, 4	7,4	11,1
12,5—14, хлопчики	Короткий, 2	14,8	11,1
Звичайний	Звичайний, 3	18,5	11,1
10,5—12, дівчата	Тривалий, 4	51,9	66,9
15—16, хлопчики	Короткий, 2	3,7	-
Пізній	Звичайний, 3	3,7	-
13—14, дівчата	Тривалий, 4	-	-

(66,7 %) серед дітей, які згодом досягли високих результатів у спорті. Саме на цю групу підлітків, які відрізнялися відповідними особливостями розвитку в онтогенезі, орієнтуються фахівці Китаю під час відбору. Водночас дітям і підліткам, у яких стрімкий ріст починається пізніше, важко досягти результатів високого рівня, оскільки їхній м'язовий системі не вистачає сили і потужності. Молоді спортсмени, у яких відмічено ранній початок стрімкого росту при короткій або звичайній його тривалості, як вважають автори, навряд чи можуть стати олімпійськими чемпіонами

— вони можуть стати чемпіонами тільки в юнацькій віковій групі.

Висновки

В багатьох видах спорту відсутня обґрунтована система специфічних тестів і інформативних критеріїв, які дозволяють виявити перспективних спортсменів, визначити їх схильність до роботи різної спрямованості та розробити рекомендації щодо орієнтації тренувального процесу.

Аналіз програм, тестів та показників, які застосовуються в процесі відбору та орієнтації підготовки спортсменів в різних країнах, свідчить про наявність

як низки спільних характеристик, так і суттєвих відмінностей в підходах:

— велика частина тестів та показників, які реєструються і складають зміст системи оцінки потенційних можливостей спортсменів в країнах, несумісні між собою. Це ускладнює обмін інформацією, стримує розвиток системи відбору в цілому;

— різні методологічні підходи при формуванні комплексу показників, оцінних шкал, інтегральних оцінок перспективності часто не враховують специфіку виду спорту, біологічний вік, характер попередньої підготовки, темпи



зростання спортивних досягнень тощо.

Література

1. Запорожанов В. Количественные и качественные критерии оценки потенциальных возможностей юных спортсменов / Вадим Запорожанов // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: IV Міжнар. наук. конгр. — К., 2000. — С. 43.
2. Красильщиков А. К. Критерии отбора одаренных спортсменов в гребле на байдарках и каноэ / А. К. Красильщиков, О. А. Шинкарук // Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке: сб. науч. тр. — К.: КГИФК, 1992. — С. 102—111.
3. Кузьмин А. И. Комплексная оценка индивидуальных возможностей спортсменов как фактор подготовки резерва сборных команд по гребному спорту / А. И. Кузьмин, В. Ф. Дяченко // Гребной спорт: ежекварт. — Днепропетровск, 1994. — С. 6—8.
4. Майснер-Петиг Д. Некоторые аспекты разработки критериев спортивной пригодности по показателям быстроты и скоростно-силовых способностей / Д. Майснер-Петиг, Д. Корт, Х. Шобер // Теоретические и методические аспекты проблемы отбора в спорте. — М., 1990. — С. 10—22.
5. Морозова Ж. Ю. Методика комплексной оценки перспективности юных спортсменов для отбора в учебно-тренировочные группы спортивных школ / Ж. Ю. Морозова // Проблемы отбора и подготовки перспективных юных спортсменов. — М., 1989. — С. 67—68.
6. Ран З. Некоторые организационно-методические проблемы отбора в спорте / З. Ран // Теорет. и метод. аспекты проблемы отбора в спорте: (Результаты совместных исследований специалистов ГДР и СССР по проблеме «Одаренность – Отбор») / под ред. Н. Ж. Булгаковой. — М., 1990. — С. 5-9.
7. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О. А. Шинкарук. — К.: Олимп. л-ра, 2011. — 360 с.
8. Arnot R. Tratado de la actividad fisica: Seleccione su deporte / R. Arnot, C. Gaines. — Barcelona: Paidotribo, 1992. — 453 p.
9. Jinri Jiang M. S. How to select potential Olympic swimmers / M. S. Jinri Jiang // American swimming magazine. — 1993. — Feb.—mar. — P. 14—18.
10. Klaus A. Erfahrungen bei der talentforderung und auswahl am beispill der leicht-atletic / A. Klaus // Talenterkennung und forderung im sport (Leipzig, 22—24 jan. 1991). — Leipzig, 1991. — P. 108—118.
11. Zaporozhanov V. Dobor i kwalifikacja do sportu / V. Zaporozhanov, H. Sozanski. — Warszawa, 1997. — P. 5—14.
12. Zaporozhanov B. Quantitative and qualitative criteria for assessing the potential of young athletes / Vadim Zaporozhanov // Olympic sport and sport for all: problems health, recreation, sports medicine and rehabilitation: IV Int. Science. Congress. - K., 2000. - P. 43.
13. Morozova J. Yu. Method of complex estimation of perspective of young athletes for the selection of the training group of sports schools / J. Yu. Morozova // Problems of selection and training of promising young athletes. - M., 1989. - P. 67-68.
14. Krasiltchikov A. K. Criteria for the selection of athletes in rowing / A. K. Krasiltchikov, O. A. Shynkaruk // Selection, control and forecasting of the sports training: collected scientific articles. - K., 1992. - P. 102-111.
15. Kuzmin A. I. Comprehensive assessment of individual empowerment athletes as a factor in the training of reserve teams for rowing sports / A. I. Kuzmin, V. F. Dyachenko // Rowing. - Dnepropetrovsk, 1994. - P. 6-8.
16. Meissner-Petig D. Some aspects of developing criteria fitness indicators quickness and speed-power capabilities / A. Meissner-Petig, D. Court, H. Schober // Theoretical and methodological aspects of the problem of the selection in the sport. - M, 1990. - P. 10-22.
17. Ran N. Some organizational and methodical problems of selection in sport / N. Ran // Teoret. and method. aspects of the problem of the selection in sport: (Results of combined researches of specialists of the GDR and the USSR on the Talent Selection release) / Ed. by N. J. Bulgakova. - M, 1990. - P. 5-9.
18. Shynkaruk O. A. The selection of athletes and the orientation of their training in the process of multi-year improvement (on the material of Olympic sports) / O. A. Shynkaruk. - Kiev: Olymp. lit., 2011. - 360.
19. Arnot R. Tratado de la actividad fisica: Seleccione su deporte / R. Arnot, C. Gaines. — Barcelona: Paidotribo, 1992. — 453 p.
20. Jinri Jiang M. S. How to select potential Olympic swimmers / M. S. Jinri Jiang // American swimming magazine. — 1993. — Feb.—mar. — P. 14—18.
21. Klaus A. Erfahrungen bei der talentforderung und auswahl am beispill der leicht-atletic / A. Klaus // Talenterkennung und forderung im sport (Leipzig, 22—24 jan. 1991). — Leipzig, 1991. — P. 108—118.
22. Zaporozhanov V. Dobor i kwalifikacja do sportu / V. Zaporozhanov, H. Sozanski. — Warszawa, 1997. — P. 5—14.

