

Таланттарды іздеу
Ұсыныстар

ИААФ

Таланттарды іздеу

Сіз талантты спортшыларды іздестірмес бұрын негізгі физиологиялық принциптерге назар аударуыңыз керек.

Ең алдымен, физикалық қасиеттер негізінен генетикалық факторлармен анықталады. Көптеген зерттеулерде (Klissouras V.JAP 1971, Komi P.V., Viitasalo J. H. T. Acta Phisiol, Scand., 1977 ж. және т.б.) көрсетілген.

Бір немесе бірнеше дене белсенділігіне бейімділігін анықтау үшін көптеген жастар арасында жас спортшының жасырын әлеуетін анықтауға болады. Белгілі бір спортқа арналған белгілі бір қабілеттер ұзақ уақыт арнайы дайындықтан кейін ғана жүзеге асады.

Екі тәуелсіз процесті ескеру керек:

- Белгілі бір спорт түріне тән қасиеттерді бағалаудан тұратын қабілеттерді анықтау;
- Қоршаған орта, отбасылық, мектеп, клубтық және спорттық оқыту жүйесіне байланысты қасиеттерді жетілдіру.

Талантты дамытуға не кедергі болуы мүмкін?

1) Әлеуметтік мәселелер:

- Алға қойылған мақсаттарға қол жеткізу - бұл спортшының өз мәселесі... немесе оның ата-анасының, оның жаттықтырушысының немесе Федерацияның ба?
- Отбасы мүшелерінің рөлі және олардың спортқа деген қатынасы.
- Оқу мен спортты біріктірудегі қиындықтар.

2) Жаттығу мәселелері:

- Жаттығу үрдісінде физикалық қасиеттерді жақсартудағы қиындықтар
- Қоршаған ортаға байланысты генетикалық қабілеттерін іске асырудың мәселелері
- Жас спортшының биологиялық жасының мәселелері
- Әртүрлі спорт түрлеріне қол жеткізу үшін әртүрлі жас санаттары
- Әрбір спортшының жеке жаттықтырылуы.

Бұл мәселелердің маңыздылығы

- Ұзақ уақытқа алдын ала болжамды жасау қиын

- Қазіргі таңда балалар тобы арасында олардың қайсысы музыкант, математик немесе көрнекті спортшы болатынын нақты анықтау әдістері жоқ (Montpetit және Klentrou, 1990).

Осылайша, белгілі бір ыждахаттылықпен таланттарды жетілдірудегі іздестірулер – бұл әлеуетті мүмкіндіктерді толық ашуға ықпал ететін, іздестірудің заманауи үрдістері мен оптималды жаттықтыру әдістерді қолданатын процесс болып табылады.

Жоғарыда айтылғандарды ескере отырып, сіз талантты спортшыларды табуға арналған жоспар жасай аласыз.

Ағымдағы үрдістер:

Асыл талант үш негізгі сипаттамамен ерекшеленеді:

- Белгілі бір жасқа орташа деңгейден асатын физикалық қасиеттердің деңгейі.
- Жаттықтыру әсерінен физикалық қасиеттердің даму қарқыны.
- Атлеттің өз мақсатына жетуіне ынталандыру.

Дарындыларды іздестіру - бұл бір сәттік әрекет емес, келесі ережелерге сай болатын спорттық ұйымдардың нақты қалыптастырған іс шаралары, олар:

- Тестілеудің нақты бағдарламасы
- Талантты атлеттерді іздеуді үнемі ұйымдастыру.

Кейінгі әрекеттер:

- Әр спортшының нақты болашағын анықтау
- физикалық және адамгершілік қасиеттерді дамыту үшін барлық мүмкіндіктерді анықтау
- Даму бағдарламасына қатысатын спортшылардың санын көбейту
- Жаттықтырушылар мен мамандардың даму бағдарламасына назарын аудару
- Жоғары спорттық шеберлік бағдарламалары мен атлеттерді іздеу және жетілдіру бағдарламалары.

Статистика (1-2 кесте)

1-кесте

Талантты іздеу жүйесі дамыған елдер					
	Ел	Бағдарламаның басталуы	Халық Млн	Медальдар саны	Медаль / Халық
1	ГФР	1962	17	102	1/166 666
2	Болгария	1980	8.5	35	1/242 857
3	Венгрия	1978	10.5	23	1/456 521
4	Румыния	?	22	24	1/916 666
5	КСРО	1970	255	132	1/1 931 818
Барлығы			313	316	1/990 506

Сеулдегі Олимпиада ойындарының статистикасы -1988

2-кесте

	Ел	Халық млн	Медальдар саны	Медаль / Халық
5	Корея	38	33	1/1 151 515
6	ГФР	62	40	1/550 000
8	АҚШ	217	94	1/ 308 510
9	Франция	55	16	1/3 437 500
10	Италия	57	14	1/4 071 728
Барлығы		429	197	1/2 177 665

Іздеу жүйесімен салыстырғанда 1/990 506

Таңдауды қалай ұйымдастыру керек

Бұл процесс үш негізгі шартты қанағаттандыруы керек:

- Барлық құрылымдардың жұмысын төменнен жоғарыға дейін үйлестіру

(отбасы, ұйымдастырушылар, мектеп, мұғалімдер, клуб, жаттықтырушылар, федерация, Спорт агенттігі, Білім және ғылым министрлігі)

- әзірленген модельге сәйкестендіріңіз

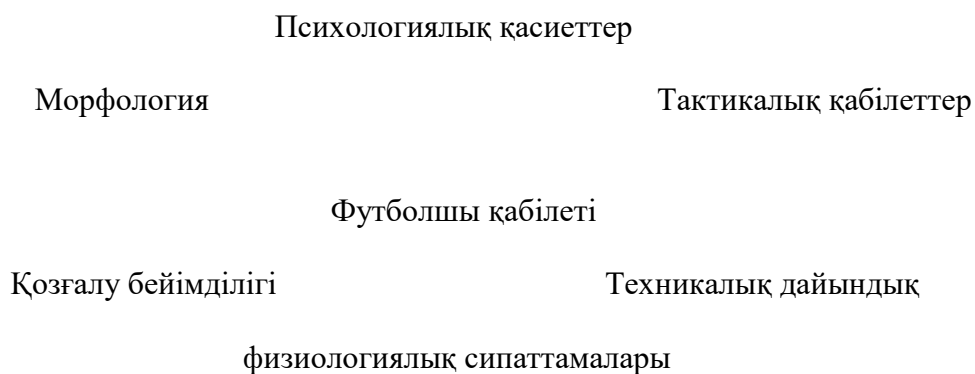
- тестілеу үшін тиісті құрылымдардың болуы: жас атлеттерді, тестілеу және жаттығу орындарын орналастыру.

Осы спорттағы талаптарды талдау

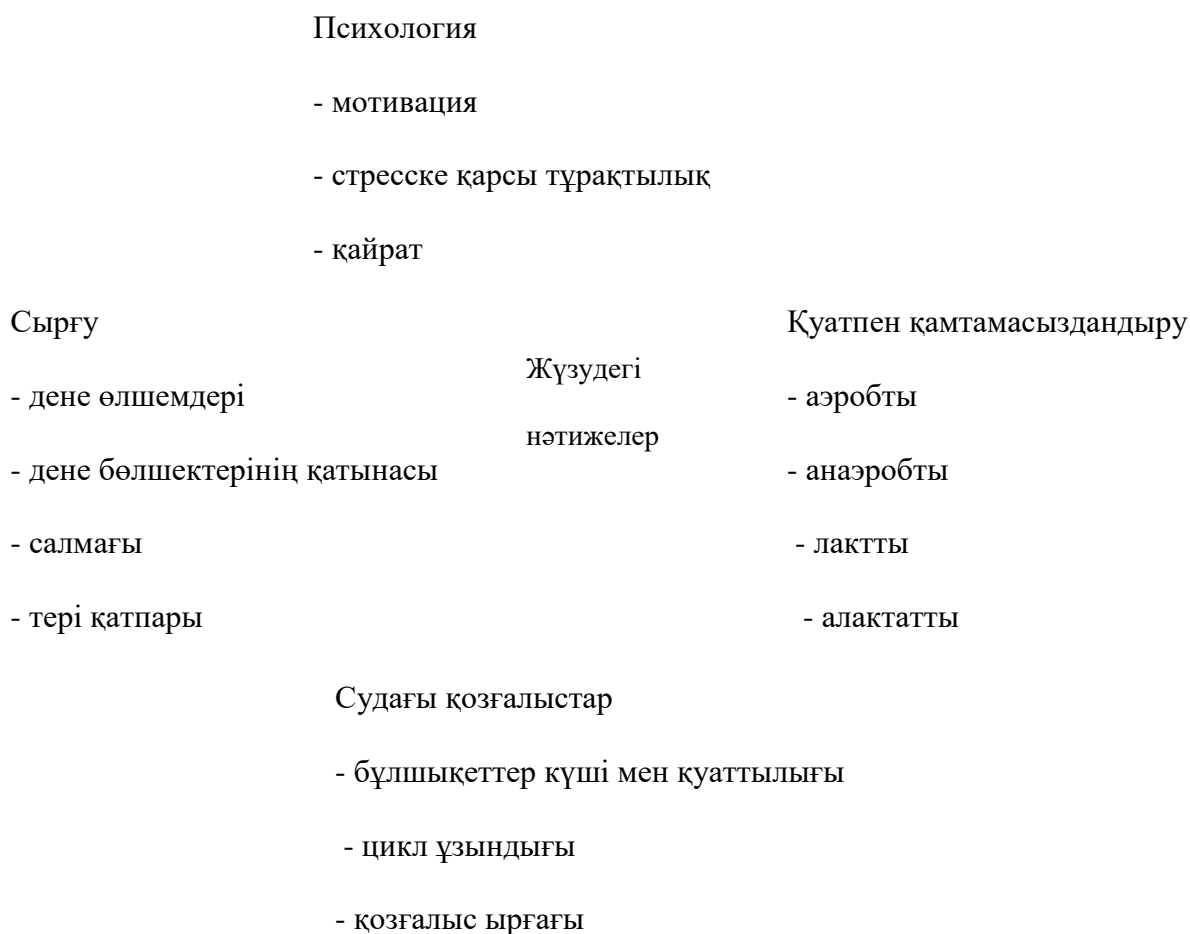
Сарапшылар, әдебиет көздері, ғылыми әзірлемелер ұсынған деректерді талдау.

Еі спорт түріне арналған мысалдар - футбол және жүзу (3-4-сурет)

3-сурет



4-сурет



Әлеуетті талантты бағалау процесінде маңызды рөл атқаратын факторлар:

- Антропометрия:

Бойы, салмағы, май массасының пайызы, дене массасының ауырлық орталығы, дене бөліктерінің пропорциясы

- физикалық қасиеттері:

Реакция жылдамдығы және оның қозғалтқыш компоненті, төзімділік, жылдамдықтың төзімділігі, күші, динамикалық және статикалық күші, икемділігі, үйлестіруі.

- Физиологиялық сипаттамалары:

аэробты және анаэробтық қуаты мен сыйымдылығы.

- Жүйке- бұлшықет қасиеттері:

Теңгерім, қарқындылық сезімі, сырғу сезімі.

- Жалпытану қабілеттілігі:

Тактикалық ойлау, талдау, әлеуметтік бейімделу.

- Психологиялық қасиеттер:

Шоғырлану, психикалық тұрақтылық, ынталандыру, стресске бейімделу.

- Әлеуметтік сипаттамалар:

Командада бейімделу, командалық жұмыс, жаттықтырушымен қарым-қатынас

Тесттер

Сынақтарды таңдау және олардың сенімділігі:

Қарапайымдылық, дәлдік, қол жетімділік және

Болжамдылық:

Тест болашақ мүмкін болатын жетістіктерге, жасына, оқыту тәжірибесіне және білім деңгейіне байланысты болуы керек. Ол тиісті жаттықтыруы бар нақты спорт түрлерінің мүмкін жетістіктерімен салыстырылады.

5-кесте: Өртүрлі жас топтарында нәтижелердің тұрақтылығын бағалау (11 және 16 жас)

Индекстер	11:16
Бойы	0.864
Салмағы	0.700
Өткір өкпе сыйымдылығы	0.729
Иық түйінінің мобильділігі	0.609
Ауыр күш	0.717
Жылжымалы ұзындығы	0.602
Тест 4x50м	0.537
50 м	0.444
100 м	0.642
200 м	0.522
400 м	0.653
800 м	0.851

Нәтижелерді бақылау және талдау

Ұйымдастырушыларға қойылатын талаптар:

- Ұлттық деңгейде жақсы ұйымдастыру
- іріктеу координаторларының болуы
- тестілеуді таңдау, бағдарламаны құрастыру және зерттеу хаттамалары
- Тестілеуді талдау және ұсыныстар:
 - параметрлерді бағалау
 - жеке профильдер
 - жеке ауысымдарды бақылау
 - сыналғандарды іріктеу

Нәтижелерді талдаудың мысалы:

Аудандағы балалар саны	3 700
40% әлеуетті ойыншылар	1480
40% футбол ойнайды	592
40% жылдамдыққа сай келеді	236
40% қуат сипаттамаларына жарамды	94
40% аэробтық мүмкіндіктері үшін қолайлы	37

Тестілеудің нәтижелерін сәйкестігіне келтіру үшін қажет:

1 – нәтижелер ретін ұсыну

2 - оларды спорттық нәтижеге әсер ететін техниканы және басқа параметрлерді тестілеу деректерімен байланыстырады.

Мұндай талдаулар жас атлеттердің жастан жасқа жеткендегі қабілеттілігінің дамуынан бастап спорт саласындағы максимум нәтижелерге дейінгі білімді талап етеді.

Әмбебап таланттарды іздеу бағдарламасы

Бағдарлама талантты спортшылардың тестілеу деңгейлерін дәйекті түрде анықтайды:

• 1 деңгей: 10 жасқа дейін:

Оңтайлы қозғалыс әрекеттерін меңгеру және физикалық қасиеттерді дамыту (жалпы дене шынықтыру).

Мектеп

• 2-деңгей: 10-12 жас, жаттығудың басталуы

Осы спорт түрінің негізгі физикалық қасиеттерін дамыту *«Талантты іздеу»*

Мектеп / клуб / федерация

• 3-деңгей: 13 – 15 жас аралық «Талантты дамыту» жарысында оқу жүктемесі мен бастамасы

Жеке физикалық қасиеттерді жетілдіру

Мектеп / клуб / федерация

• 4-деңгей: 16-18 жас аралық таңдалған «Талантты бекіту» пән бойынша жаттықтыру жүктемесі мен бастамасын арттыру

Клуб/ Федерация

ИААФ ұсынымдары

Жас спортшыларға арналған ұсыныс Парижде (2003) ИААФ Конгрессімен қабылданды.

Заманауи зерттеулер (ЕАА деректері, Курт Хогберг, 2005) жас жеңіл атлетшілердің ең маңызды кезеңі 13-15 жыл екенін растайды. «Балалардың жеңіл атлетикасы» әдісін қолдана отырып, 15 жастан бастаған жас атлеттердің дамуын даярлаудың келесі әдістемесін ұсынамыз: оқу бағдарламалары мен жарыстар (кестелер 6-7-8). Кесте 6

ИААФ жастар жобасы

Мектеп	ИААФ
Дене шынықтыру сабақтары	Клубтар және басқалар
Мектеп чемпионаты	Әлем чемпионаты
Мектепаралық жарыстар	Аймақтық және ұлттық
13-15 жас	Командалық жарыс
Негізгі тех	Балалар жеңіл атлетикасы атлетика түрлері бойынша
	7-12 жас
	Базалық дайындық

Солдан төменнен жоғарыға

Бастауыш мектеп 7-12 жас

Орта мектеп 13-15 жас

Жоғарғы мектеп 16 17 18 жастағы

Оң жақтан Бастауыш мектеп

Команда жарыстары / Клубтар

Клубтар

Кесте 7

13-15 жас аралығындағы жарыстар

Бұл бағдарламаның міндеті осы жас санатында қалыптасқан алшақтықты жабу болып табылады.

Негізгі іс-шаралар түрлі:

- Жоспар тек федерациямен ғана емес, сонымен бірге мектеп басшылығымен де келісілуі керек.

Жарыс бағдарламасы 6 күнге арналған: 4 күн - жеңіл атлетика түрлері, 2 күн - кросс (күнделікті, қорытынды хаттамаға арналған нәтижелер жиынтықта).

- Конкурса алты спортшыдан тұратын команда қатысады, әр қатысушы 2 немесе 3 жеңіл

атлетиканың 2 немесе 3 түрін таңдайды. Мысалы, 1 жүгіру, 1 секіріс, 1 лақтыру және эстафетаға қатысу.

Ескерту: Арнайы тестілеуге екі қосымша күн бөлінеді.

Кесте 8

Жеңіл атлетика топтары

Топтар	Түрлері	Қыздар	Ұлдар
Г 1	Спринт	50-100 м	50-100 м
Г 2	Кедергілер	50 м (0.65-10.5-7.5)	50 м (0.76-10.5-7.5) 100 м (0.84-13-8.5)
Г 3	Орта қашықтық Спорттық жүріс	1000-2000 м 2000-3000 м	1000-2000 м 3000-4000 м
Г 4	Секіру	Ұзындыққа секіру, биіктікке секіру, үш қарғып секіру, сырықпен секіру	Ұзындыққа секіру, биіктікке секіру, үш қарғып секіру, сырықпен секіру
Г 5	Лақтыру	Ядро (3 келі), найза (500 г) диск (800 г), балға (3 келі)	Ядро (4келі), найза (600 г) диск (1 келі), балға (4 келі)
+	Эстафеталар	4x50 м	4x50 м

Талантты немесе биологиялық жастағы өз әріптестерінен асып түсетін спортшылар үшін ұлттық мектеп чемпионатында, ұлттық чемпионатта және ірі халықаралық жастар арасындағы жарыстарға қатысуға мүмкіндік беретін жеке оқу бағдарламасы ұсынылады.

Жеңіл атлетикаларда атлетиканы іздеу бағдарламасы бастапқы мектепті бітіргеннен кейін (негізінен 11 жастан бастап) басталады.

12 жастан бастап спортшыларға нақты сынақтар (9-кесте) ұсынылады, олар жарыстардағы мүмкін нәтижелерді болжауға мүмкіндік береді. Тағы 15 жылдағы (спорттық мамандықтың басталуы) спортшыларды тестілеуге негізделген сенімді болжамдар жасалуы мүмкін.

Кесте 9

12-14 жас аралығындағыларға сынақтар

- 30 метрден жоғары басталады
- Медициналық допты 2-3 келіге артқа қарай алға
- бір аяққа 2 секіру (сол және оң жақта)

Төзімділік сынағы (Соорет сынағы)

- Ұсынылған тесттер байқаудың басталу және аяқталу кезеңінде (4 ай) наурыздан маусымға дейін екі рет жүргізіледі.
- Жалпы тестілеу бағдарламасы 8 күндік жарыстар мен оқу-жаттығу жиындарында (наурыз-шілде) тестілеудің 2 күнінде өткізіледі,

Ескерту: наурыздағы алғашқы жарыс барлық спортшыларға арналған жүгіруге арналған

Мектеп пен ИААФ арасындағы қарым-қатынас

Олардың деңгейінің әлеуеті:

- дене тәрбиесі мұғалімдері мен жаттықтырушылар
- олар көбінесе бірдей адамдар
- Олар сол іспен айналысады
- Олар бірдей педагогикалық және оқу принциптерін пайдаланады
- Жиі бірдей әдістерді қолданады:

1. Дене сапасын бағалайды
2. Бірдей бөлшектерге назар аударады
3. Дене сапасының жақсаруына бірдей қарайды.

Сондықтан, екеуі де жас спортшыларды жетілдіру үшін ұқсас әдістемелерді қолдануы керек.

Бұл үшін мектеп пен спорттық ұйымдар (спорт клубтары / ұлттық федерациясы) арасындағы ынтымақтастықты нығайту қажет. Мұндай ынтымақтастық спорттық таланттарды оңтайлы іздеуге және жақсартуға көмектеседі.

Қорытынды

Білім беру және спорт жүйесінде жоғары жетістіктердегі спорт қозғалысы жас ұрпақтың спорттық және физикалық дайындығын одан әрі дамыту үшін үнемі ынтымақтасуға тиіс.

Әдебиет:

Cazorla Georges, INSEP Paris, personal communications.

- Klissouras V., *JAP* 1971.

- Komi MP.V., Vitasalo J.H.T., *Acta Phisiol. Scand.* 1977.

- Gozzoli C., Malek El Hebil, Elio Locatelli, IAAF CECS Level I–II Courses.