

Таланттарды іздеу
Ұсыныстар

ИААФ

Таланттарды іздеу

Талантты спортшыларды іздестірмес бұрын негізгі физиологиялық принциптерге назар аударуыңыз керек.

Ең алдымен, физикалық қасиеттер негізінен генетикалық факторлармен анықталады. Бұл көптеген зерттеулермен ерекшеленеді (Klissouras V. *JAP* 1971; Komi P.V., Viitasalo J.H.T. *Acta Physiol. Scand.* 1977, etc.).

Бір немесе бірнеше дене белсенділігіне бейімділігін анықтау, жас спортшының көптеген жастар арасында жасырын әлеуетін ашуды білдіреді. Белгілі бір спортқа арналған қабілеттер ұзақ уақыт арнайы дайындықтан кейін ғана іске 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:

- Мақсатқа қол жеткізу - спортшының өз мәселесі ме..... жоқ әлде оның ата-анасының, жаттықтырушысы немесе Федерациясының мәселесі ме?
- Отбасы мүшелерінің рөлі және олардың спортқа деген қатынасы.
- Оқу мен спортты біріктірудегі қиындықтар.

2) Жаттығу мәселелері:

- Оқу 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 спортшыны жеке дайындау.

Бұл мәселелердің өзектілігі

- Ұзақ мерзімді болжау жасау әрине қиын
- Қазіргі таңда балалардың қайсысы топ ішінен жарылып болашақта математик, музыкант немесе атақты спортшы болатынын анықтайтын нақты әдіс жоқ (Montpetit and Klentrou, 1990).

Тақим Осылайша, кейбір таланттарды іздестіру мен жетілдіру - іздеудің қазіргі үрдістерін ескеретін және әлеуетті мүмкіндіктерді толық ашуға ықпал ететін үздік әдістерді қолдана алатын процесс болып табылады..

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

Заманауи тенденциялар:

Нағыз талант үш негізгі сипаттамамен ерекшеленеді:

- Белгілі бір жасқа орташа деңгейден асатын физикалық қасиеттердің деңгейі.
- Жаттығуына әсер ететін физикалық қасиеттердің даму қарқыны.
- спортшыны өз мақсатына жетуіне ынталандыру.

Таланттарды іздестіру - бұл бір реттік әрекет емес, бірақ спорттық ұйымдардың жақсы қалыптасқан оқиғасы, олар келесі ережелерге сай болуы керек:

- Тестілеудің нақты бағдарламасы
- Талантты спортшыларды іздестірудің үнемі ұйымдастырылуы

Кейінгі әрекеттер:

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

Статистика (1 -2 кестелер)

Кесте

Талантты іздеу жүйесі дамыған елдер					
	Ел	Бағдарлама басы	Халық Млн	Медальдардың саны	Медаль/Халық
1	ГДР	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

Сеулдағы Олимпиадаойындарының статистикасы -1988

Кесте 2

	Ел	Халық млн	Медальдардың саны	Медаль/Халық
5	Корея	38	33	1/1 151 515
6	ФРГ	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

1/990 506 іздеу жүйесімен салыстырғанда

Іріктеуді 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 спортшыларды, тестілеу және жаттығу орнына орналастыру.

Осы спорт түрінің талаптар талдауы

Сарапшылар, әдебиет көздері, ғылыми әзірлемелер ұсынған деректерді талдау.

Екі спорт түрінен мысал - футбол және жүзу (3-4-сурет)

Сурет 3

Психологиялық қасиеттер

Морфология

Тактикалық қабілеттер

Футболшының қабілеттілігі

Физиологиялық қасиеттер

Сурет 4

	Психология	
	- мотивация	
	- стресске қарсылық	
	- жігер	
Сырғанау		Қуат көзі
-дене өлшемі	Жүзудегі	-аэробты
-дене бөліктерінің қатынасы	нәтижелер	-анаэробты
-салмағы		- лактты
-терісі		-алактатты
	Судағы қозғалысы	
	-мықтылық немесе бұлшықет күші	
	-цикл ұзақтығы	
	- қозғалыс қарқыны	

Әлеуетті талантты бағалау процесінде маңызды рөл атқаратын факторлар:

• Антропометрия:

Биіктігі, салмағы, пайыз май массасы, дене салмағының ауырлық орталығы, жеке дене бөліктерінің пропорциясы

• физикалық қасиеттері:

реакция жылдамдығы және оның автомобиль құрамдас, төзімділік, жылдамдық төзімділік, беріктігі, динамикалық және статикалық беріктігі, икемділігі, үйлестіру.

• Физиологиялық сипаттамалары: аэробты және анаэробтық қуаты мен сыйымдылығы.

• Жүйке-бұлшықет қасиеттері: балансы, қарқыны сезімі, сырғанай сезімі.

• Когнитивті қабілеттер:

Тактикалық ойлау, талдау, әлеуметтік бейімделу.

• Психологиялық қасиеттер:

Шоғырлану, психикалық тұрақтылық, ынталандыру, стресске бейімделу.

• Әлеуметтік сипаттамалар:

Командада бейімделу, командалық жұмыс, жаттықтырушымен қарым-қатынас

Тесттер

Тесттерді таңдау және олардың сенімділігі:

Қарапайымдылық, дәлдік, қол жетімділік және ... болжамдылық.

Болжамдылық:

Тест болашақ мүмкін болатын жетістіктерге, жасына, оқыту тәжірибесіне және пәндердің білім деңгейіне байланысты болуы керек. Ол белгілі бір спорт түріндегі жетістіктерге сәйкес жаттығуларымен салыстырылуы керек.

Кесте 5: Әр жастағы топтардағы нәтижелердің тұрақтылығын бағалау (11 и 16 лет)

Индекстер	11:16
Бойы	0.864
Салмағы	0.700
Өкпе сыйымдылығы	0.729
Иық буыны	0.609
Итеру күші	0.717
Сырғу 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
 - іріктеуден өткізу

Нәтижелерді талдау үлгісі:

Аудандағы балалар саны	3 700
40% потенциалды футболшылар	1480
40% футбол ойнайды	592
40% жылдамдығы жағынан сәйкес келеді	236
40% күш қуат сипаты жағынан сәйкес келеді	94
40% аэробты қабілеттілігі жағынан сәйкес келеді	37

Тестілеудің нәтижелерін сәйкестігіне келтіру үшін қажет:

- 1 - нәтижелер нәтижелерін ұсыну
- 2 - оларды спорттық нәтижеге әсер ететін техниканы және басқа параметрлерді тестілеу деректерімен байланыстырады.

Мұндай талдаулар жас спортшылардың жас ерекшеліктерінің даму ерекшеліктерін білуді талап етеді.

Әмбебап таланттарды іздеу бағдарламасы

Бағдарлама дарыды спортшылардың тестілеу деңгейлерін дәйекті түрде анықтайды:

- 1 деңгей: 10 жылға дейін:
Оңтайлы моторлық әрекеттерді меңгеру және физикалық қасиеттерді дамыту (жалпы дене шынықтыру).

Мектеп

- 2-деңгей: 10-12 жыл, жаттығудың басталуы

«Талантты іздеу» спорт түрінің негізгі физикалық қасиеттерін дамыту

Мектеп/ Клуб/ Федерация

- 3-деңгей: 13 – 15 жас «Талантарды дамыту» жарысында көрсетілімнің басталуы және оқу бапкерлік жүктемесінің артуы
Спецификалық физикалық қасиеттерді жетілдіру

Мектеп/ Клуб/ Федерация

- 4-деңгей: 16-18 жас «Талантты белгілеу» пәні бойынша оқу жүктемесі мен өнімділікті арттыру

Клуб/ Федерация

ИААФ ұсыныстары

Жас спортшыларға арналған ұсыныс Парижде (2003) ИААФ Конгрессімен қабылданды. Заманауи зерттеулер (ЕАА деректері, Курт Хогберг, 2005) жас спортшылардың ең маңызды кезеңі 13-15 жыл екенін растайды. «Балалардың жеңіл атлетикасы» әдісін қолдана отырып, 15 жастағы жас спортшылардың дамуынан бастап спортшыларды даярлаудың келесі әдістемесін ұсынамыз:

оқу бағдарламалары мен конкурстар (кестелер 6-7-8).

Кесте 6

ИААФ жастар жобасы

Мектеп	ИААФ
Дене шынықтыру сабақтары	Клубтар және басқасы
Мектеп чемпионаттары Мектепаралық жарыстар Жеңіл атлетика түрлері бойынша негізгі техника	Әлем чемпионаттары 13-15 жас арасында аймақтық және ұлттық топ жарыстары

Балалар жеңіл атлетикасы

7-12 жас

Негізгі дайындық

Сол жақтан астынан – жоғарыға

Бастауыш мектеп 7-12

Орта мектеп 13 15
Жоғарғы мектеп 16 17 18 жас

Оң жақтан Бастауыш мектеп
Топтық жарыстар
Мектеп/клубтар
Клубтар

Кесте 7

13-15 жас аралғындағы арасындағы жарыстар

- Осы бағдарламаның мақсаты - осы жас санатында қалыптасқан ойықты жабу. Негізгі қызмет түрлері:
 - Жоспар тек федерациямен ғана емес, сонымен бірге мектеп басшылығымен де келісілуі керек.
 - Жарыс бағдарламасы 6 күнге есептелген: 4 күн - жеңіл атлетика түрлері, 2 күн - кросс (әр күн қорытынды хаттамаға арналған нәтижелер жинақталады).
 - алты спортшыдан тұратын жарыс командасы қатысады. Әрбір қатысушы 2 немесе 3 жеңіл атлетика түрін таңдап алады. Мысалы, 1 жүгіру, 1 секіріс, 1 лақтыру және эстафетаға қатысу.
- Ескерту: Арнайы тестілеуге екі қосымша күн бөлінеді.

Кесте 8

Жеңіл атлетика топтамасы

Топтар	Түрлер	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 Жүру	1000-2000 м 2000-3000 м	1000-2000 м 3000-4000 м
Г 4	Секіру	Ұзындық, биіктік, үш қарғып, сырық	Ұзындық, биіктік, үш қарғып, сырық
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 асатын спортшылар үшін ұлттық мектеп чемпионатында, ұлттық чемпионатта және ірі халықаралық жастар арасындағы жарыстарға қатысуға мүмкіндік беретін жеке оқу бағдарламасы ұсынылады.

Жеңіл атлетикадан талантты спортшылардың іздеу бағдарламасы бастауыш мектепті бітіргеннен кейін басталады (негізінен 11 жастан бастап).

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

Кесте 9

12-14 жас аралық тесттер

- 30 м биік бастаудан бастап
- 2-3 келі медицинболды арқамен қарап алға лақтыру
- 2 рет бір аяқта тұрып секіру (оң және сол)
- Төзімділік тесті (Купер тесті)

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

Ескерту: наурыздағы алғашқы жарыс барлық спортшыларға арналған жүгіруге арналған

ИААФ пен мектеп арасындағы қарым қатынас

- Олардың потенциалды деңгейі:
- дене тәрбиесі мұғалімдері мен жаттықтырушылары көбінесе бір адамдар болады.

- Олар бір іспен айналысады
- Олар бірдей педагогикалық және оқу принциптерін пайдаланады
- жиі бірдей әдістерді қолданыңыз:

1. Физикалық жағдайын бағалау
2. Бірдей бөлшектерге назар аударады
3. Физикалық жағдайының дамуына 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 спорт Талант Талант оңтайлы іздеуге және жақсартуға көмектеседі.

Қорытынды

Білім беру жүйесіндегі спорттық қозғалыс және жоғары жетістіктердегі спорт жас ұрпақтың спорттық және физикалық дайындығын одан әрі дамыту үшін үнемі бірлесіп жұмыс жасауы керек.

Әдебиет:

Cazorla Georges, INSEP Paris, personal communications.

- Klissouras V., *JAP* 1971.
- Komi MP.V., Vitasalo J.H.T., *Acta Physiol. Scand.* 1977.
- Gozzoli C., Malek El Hebil, Elio Locatelli, IAAF CECS Level I –II Courses.