

Общая характеристика этапов отбора и ориентации пловцов.

Современная игровая практика и научные исследования убедительно свидетельствуют о том, что наивысшие достижения в плавании доступны лишь особенно одарённым спортсменам, обладающим редкими морфологическими свойствами, высочайшим уровнем физических и психических способностей, а также технического и тактического мастерства. А поскольку мало кто обладает соответствующим комплексом задатков, проблема их поиска отличается сложностью и остротой.

Отбор ориентации пловцов, как в прочем и спортсменов любой иной специализации, не одномоментное событие, а практически непрерывный процесс, включающий пять основных этапов, связанных с определённой последовательностью многолетней спортивной подготовки.

В разных дисциплинах плавания благоприятный возраст для наивысших результатов, продолжительность подготовки и каждого из этапов существенно отличаются.

На каждом этапе отбора должен осуществляться «отсев» пловцов, не способных к эффективному решению задач последующих этапов многолетней тренировки. К начальному обучению плаванию и первичному отбору допускаются все дети, не имеющих серьёзных отклонений в состоянии здоровья и с достаточным уровнем физического развития. Опыт показывает, что таких детей около 80%. После первичного отбора к последующей начальной подготовке целесообразно привлечь 10-12% наиболее способных детей. В результате следующего этапа – предварительного отбора – должно остаться 15-20%, прошедших начальную подготовку. После промежуточного отбора к специализированной базовой подготовке допускается 15-20% тех, кто прошёл предварительный этап. После основного отбора должно остаться 10-12% прежнего контингента.

При осуществлении спортивного отбора необходимо обеспечить комплексность оценки перспективности с использованием

морфофункциональных, социально-психологических и других критериев. При этом на первом и втором этапах многолетнего спортивного отбора основную роль играют генетически детерминированные признаки. На последующих этапах их роль снижается и возрастает значение подверженных влиянию тренировки спортивно-технических, психологических и функциональных признаков.

Кратко охарактеризуем в наиболее общем виде задачи и критерии каждого этапа из многолетнего отбора.

Первичный отбор. *Задача* – определить для каждого конкретного ребёнка целесообразность занятий плаванием. *Основные критерии:* 1) возраст, благоприятный для начала занятий; 2) отсутствие серьезных отклонений в состоянии здоровья; 3) соответствие морфотипа требованиям плавания; 4) соответствие уровня двигательных способностей.

Предварительный отбор. *Задача* – оценка способностей юных пловцов к эффективному спортивному совершенствованию. *Основные критерии:* 1) отсутствие отклонений в состоянии здоровья; 2) Соответствие возможностей мышечной системы, энергетического потенциала, двигательных способностей.

Промежуточный отбор. *Задача* – оценка возможностей достижения высокого мастерства в конкретных соревновательных дисциплинах. *Основные критерии:* 1) устойчивая мотивация к достижению высокого мастерства; 2) отсутствие отклонений в состоянии здоровья, способных воспрепятствовать успешному спортивному совершенствованию; 3) психологическая и функциональная готовность к перенесению больших нагрузок; 4) резервы адаптации функциональных систем и механизмов, прироста двигательных качеств, совершенствование элементов техники в конкретных дисциплинах плавания.

Основной отбор. *Задача* – оценка перспектив достижения результатов международного класса. *Основные критерии:* 1) степень мотивации к достижению вершин мастерства и отсутствие препятствий к этому по

состоянию здоровья; 2) психологическая и функциональная подготовленность к перенесению тренировочных и соревновательных нагрузок в различных сложных условиях; 3) способность к максимальной реализации достигнутой подготовленности в условиях жесткой конкуренции; 4) способность к адекватному восприятию соревновательной ситуации.

Заключительный отбор. *Задача* – оценка целесообразности продолжения занятий спортом и прогнозирование продолжительности сохранения им высокого мастерства. *Основные критерии:* 1) наличие мотивации и отсутствие препятствующих сохранению мастерства отклонений в состоянии здоровья; 2) возраст спортсмена, продолжительность сохранения им высокого уровня; 3) наличие необходимых для сохранения достигнутой подготовленности резервных возможностей организма; 4) благоприятствующее продолжению занятий спортом высших достижений социальное и материальное положение.