

Представьте, что перед Вами стоит цель отбора наиболее перспективных спортсменов из числа учеников общеобразовательной школы.

Опишите весь цикл Ваших действий. Какие методические рекомендации Вы будете использовать? На что сделаете упор?

На первом этапе отбора проводится массовый просмотр контингентов детей 6-10 лет с целью их ориентации на занятия тем или иным видом спорта. Основная задача отбора - помочь ребёнку правильно выбрать вид спорта для спортивного совершенствования.

В группы начальной подготовки ДЮСШ принимаются дети в соответствии с возрастом, определенном для данного вида спорта. Критериями спортивной ориентации являются рекомендации учителя физической культуры, данные медицинского обследования, антропометрические измерения и их оценка с позиции перспективы.

Необходимым условием первоначального отбора детей в детско-юношескую спортивную школу является проведение его после курса обязательного обучения детей началам видов спорта.

Желательно, чтобы такой курс включал не менее 30 уроков. Это обеспечивает не только овладение детьми полезными для жизни навыками, но и значительно повышает эффективность оценки перспективности детей. При отсутствии массового обучения легко ошибиться и принять лучше бегающих, плавающих или катающихся на коньках или лыжах за более способных.

При начальной оценке перспективности детей необходимо опираться на качества и способности, которые обуславливают успех в спорте высших достижений. Признаки, имеющие временный характер и проявляющиеся только при обучении, не могут быть использованы в качестве критериев отбора. При определении способностей, например, нельзя ориентироваться на быстроту овладения техникой вида спорта.

При начальном отборе в первую очередь необходимо ориентироваться на стабильные факторы, в малой степени зависящие от тренировочных воздействий. В наибольшей мере этим признакам отвечают морфологические

показатели: Продольные размеры тела, относительная длина верхних и нижних конечностей, туловища. В определённой степени наследуется и так называемая активная масса тела (мышечный компонент состава тела).

С измерений тотальных размеров туловища в сочетании с визуальной оценкой внешнего вида ребёнка и необходимо начать оценку его перспективности.

Наряду с ростом большую роль в ряде видов спорта играет вес тела. Это относится прежде всего к видам спорта, требующим больших силовых возможностей (тяжёлая атлетика, легкоатлетические метания).

В видах спорта, где решающую роль играют функциональные возможности аэробной системы энергообеспечения (лыжные гонки, бег на длинные дистанции, плавание, велосипедный спорт), уже при первоначальном отборе необходимо оценить показатели жизненной ёмкости легких (ЖЕЛ), максимальное потребление кислорода (МПК).

Двенадцатилетние подростки, желающие заниматься лыжными гонками, должны иметь показатель ЖЕЛ – не менее 3000 – 3500 см³, МПК – 47 – 50 мл/кг/мин.

В последние годы при отборе перспективных спортсменов всё шире используются данные мышечной биопсии. Известно, что от структуры мышечной ткани в значительной степени зависит предрасположенность спортсменов к достижению высоких результатов на дистанциях различной длины. Тренировка не оказывает большого влияния на сократительные свойства волокон различных видов и их процентное соотношение; индивидуальные различия в структуре мышечной ткани в основном обусловлены генетически. На рис. 1 приведены соотношения различных мышечных волокон, характерные для спортсменов высокого класса, специализирующихся в различных дисциплинах циклических видов спорта

Оптимальное соотношение БС- (1) и МС- волокон (2) мышц в площади поперечного среза скелетной мышцы спортсменов в зависимости от продолжительности соревновательного упражнения

Количество быстро сокращающихся (БС) волокон мышц у спринтеров очень велико и может занимать до 80 % общей площади поперечного среза скелетных мышц. У спортсменов, специализирующихся на средние дистанции, это соотношение изменяется, и их мышцы характеризуются примерно равным количеством волокон различных типов. В структуре

мышечной ткани стайеров преобладают медленно сокращающиеся (МС) мышечные волокна, которые могут занимать до 80 – 90 % площади поперечного среза мышцы.

В процессе начального отбора следует широко использовать простые педагогические тесты, позволяющие оценить уровень двигательных способностей детей.

Показатели общей физической подготовленности юных волейболистов

При этом предпочтение следует отдавать тем тестам, которые характеризуют двигательные способности, в значительной мере обусловленные природными задатками. В частности, особым вниманием следует отдавать тестам, позволяющим оценить скоростные качества, координационные способности, выносливость при аэробной и анаэробной работе.

Огромное значение при отборе детей имеет оценка состояния их здоровья. Отсутствие нарушений в нормальной деятельности организма – одно из важнейших условий достижения успеха в современном спорте.

Важным моментом осмотра детей во время отбора для занятий спортом является сопоставление их паспортного и биологического возраста. Хорошо известно, что от темпов полового созревания зависят различия в уровне развития детей одинакового паспортного возраста. Опыт же работы детско-юношеских спортивных школ свидетельствует, что часто имеет место отбор детей с ускоренным биологическим развитием, которые в дальнейшем очень быстро теряют свои преимущества и довольно рано оставляют занятия спортом. Значительно больших успехов на последующих этапах спортивного совершенствования, как правило, добиваются дети с нормальным ходом созревания или имеющие признаки замедленного биологического развития. У таких детей в возрасте 16 – 17 лет отмечается резкое возрастание функциональных возможностей различных органов и систем, в то время как у акселератов наблюдается стабилизация или снижение морфофункциональных возможностей.

Необходимо подчеркнуть, что при первичном отборе ориентация на показатели физической работоспособности является малопрогностичной. В основном они не стабильны, зависят от тренировочных воздействий и являются второстепенными в процессе отбора. Практически бесполезны при первичном отборе неспецифические для того или иного вида спорта тесты,

которые часто используют недостаточно квалифицированные тренеры. Применительно к циклическим видам спорта это, например, подтягивания в висе, отжимания в упоре лёжа, прыжки в длину с места, становая и кистевая динамометрия. Одновременно физические возможности в профильных качествах могут помочь в отборе детей, перспективных для занятий тем или иным видом спорта.

Окончательное решение о привлечении ребёнка к занятиям тем или иным видом спорта должно основываться на комплексной оценке по всем перечисленным критериям отбора, а не на учёте какого-либо одного или двух признаков. Особая важность комплексного подхода на этой ступени многолетнего отбора обусловлена тем, что спортивный результат здесь практически не несёт информации о перспективности юного спортсмена.

Спортивная практика свидетельствует о том, что на первом этапе далеко не всегда можно выявить идеальный тип детей, сочетающих морфологические, функциональные и психические качества, необходимые для дальнейшей специализации в определённом виде спорта.

Поэтому в процессе предварительного отбора необходимо ориентировать на спортивные занятия каждого ребёнка, учитывая индивидуальные особенности и не упустить из вида одарённых детей, привить им интерес к спорту.

Что такое способности человека? Являются ли способности врожденными или приобретенными характеристиками человека?

Одни защищают позицию, согласно которой и гений, и талант, и способности - результат воспитания, что врожденные возможности у всех людей абсолютно одинаковы. Другие исследователи делают вывод о наследственной предопределенности способностей.

Вопросы спортивного отбора относятся к числу недостаточно изученных и продолжают оставаться центральной проблемой детско-юношеского спорта.

Практика спортивной деятельности показывает, что основа высоких результатов закладывается в детском и юношеском спорте. Поэтому с целью эффективной и качественной подготовки резервов большого спорта необходимо дальнейшее совершенствование системы отбора и ориентации детей и подростков.

У специалистов нет единого мнения по средствам и методам оценки перспективности спортсменов, однако при отборе в первую очередь

необходимо определить уровень развития наиболее консервативных качеств и способностей. К ним можно отнести быстроту, координационные способности, а также отношение к учебно-тренировочному процессу, стремление к достижению высоких спортивных результатов и спортивное мастерство.

ОТБОР И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПЕРСПЕКТИВНОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Что такое способности человека? Являются ли способности врожденными или приобретенными характеристиками человека?

Одни защищают позицию, согласно которой и гений, и талант, и способности - результат воспитания, что врожденные возможности у всех людей абсолютно одинаковы. Другие исследователи делают вывод о наследственной предопределенности способностей.

Вопросы спортивного отбора относятся к числу недостаточно изученных и продолжают оставаться центральной проблемой детско-юношеского спорта.

Практика спортивной деятельности показывает, что основа высоких результатов закладывается в детском и юношеском спорте. Поэтому с целью эффективной и качественной подготовки резервов большого спорта необходимо дальнейшее совершенствование системы отбора и ориентации детей и подростков.

У специалистов нет единого мнения по средствам и методам оценки перспективности спортсменов, однако при отборе в первую очередь необходимо определить уровень развития наиболее консервативных качеств и способностей. К ним можно отнести быстроту, координационные способности, а также отношение к учебно-тренировочному процессу, стремление к достижению высоких спортивных результатов и спортивное мастерство.

Спортивный отбор - это система организационно-методических мероприятий, включающих педагогические, психические, социологические и медико-биологические методы исследования, на основании которых выявляются способности детей, подростков и юношей для специализации в определенном виде спорта или группе видов спорта. Начальный отбор детей в спортивные школы можно осуществлять в двух формах - в форме отсева и в форме выбора.

Отсев - это отбор из числа лиц желающих заниматься определенным видом спорта. Выбор - это отбор, проводящийся тренером на уроках физической культуры или соревнованиях кандидатов, не знающих, что их оценивают.

На первом этапе отбора необходимо определить моторно-одаренных детей. Специализированный отбор должен проводиться не ранее, чем в середине, но и не позднее чем в конце второго года учебно-тренировочных занятий. За это время можно достаточно точно определить способности и обеспечить значительную функциональную подготовленность детей.

Возраст начала занятий избранным видом спорта является важной константой спортивного совершенствования. Большинство тренеров и специалистов считают, что оптимальный возраст начала занятий в легкой атлетике 9-10 лет, а начало специализированной подготовки с 13-14 лет. Наиболее одаренные спортсмены достигают наивысших результатов через 5-7 лет тренировок, а демонстрация высоких результатов происходит в течение 5-10 лет.

На каждом этапе подготовки спортсмена необходимо выделить ведущие факторы, успешное развитие которых создаст прочную базу для дальнейшего роста специальной подготовленности. Именно на выявление этих факторов должен быть нацелен отбор в первую очередь.

Наибольшую прогностическую значимость при отборе юных бегунов имеют тесты, позволяющие в первую очередь оценивать уровень выносливости, например 20-минутный бег с учетом пройденного расстояния или бег с интенсивностью 60% от максимальной.

При этом недостаточно проводить разовую оценку спортивных способностей. Поэтому прогнозировать способности детей к бегу на выносливость можно только после полутора лет специализированных занятий, предусматривающих не только выявление уровней общей и специальной выносливости, но и темпов их прироста.

Важным аспектом подготовленности спортсмена являются скоростно-силовые показатели. Самой распространенной формой определения скоростно-силовых качеств спортсмена являются прыжковые упражнения: прыжок в верх с места, прыжок в длину с места, различные многоскоки.

При отборе необходимо учитывать особенности биологического возраста занимающихся детей, так как развитие двигательных качеств и прирост спортивных результатов у подростков находится в прямой зависимости от

индивидуальных темпов полового созревания. При этом установлено, что у подростков с высоким уровнем развития выносливости, наблюдается и более высокая степень полового созревания.

Выбор критериев отбора на каждом этапе подготовки должен основываться на благоприятных периодах диагностики отдельных качеств и способностей детей и подростков.

Наиболее важным моментом спортивного отбора является прогнозирование спортивных способностей. Надежный прогноз должен предусматривать не только вероятную динамику результатов, но и включать все более или менее существенные факторы, определяющие роль спортивного мастерства.

Согласно теории и практики научного предсказания, успешный прогноз возможен только в том случае, если рассматриваемые изменения носят стабильный характер. Поэтому важным условием прогнозирования является изучение динамики психических, физических и функциональных показателей.

Таким образом, в настоящее время во многих видах спорта сложилась своя традиционная формула проведения отбора перспективных спортсменов, а основными критериями успешности отбора являются результативность соревновательной деятельности и стабильность выступления.

Большую роль в отборе играют педагогические контрольные испытания (тесты), по результатам которых судят об уровне развития физических, психических и технико-тактических качеств и темпах их прироста. Тесты должны отвечать определенным требованиям. Важным качеством теста является информативность. Информативность теста - это степень точности, с какой он измеряет свойство, для оценки которого используется. Другим критерием теста является надежность, которая предполагает высокую стабильность показателя. Тесты должны быть объективными - точно характеризовать уровень развития того или иного качества спортсмена. Программа тестирования должна соответствовать специфике вида спорта, половым, возрастным и квалификационным особенностям обучающихся.

Спортивные способности определяются комплексом наследственных и средовых факторов. Это требует всестороннего анализа физических и психических свойств юного спортсмена.

Большинство специалистов считают, что способности детей и подростков к определенной спортивной деятельности можно выявить в раннем возрасте и придают большое значение изучению и решению этой важной проблемы.

Если исходить из того, что отбор - начало многолетнего процесса спортивной подготовки, то совершенствование системы контрольных испытаний для отбора с ориентацией на высшее спортивное мастерство имеет огромное значение.

Список информационных источников:

1. Баландин, В.И. Прогнозирование в спорте / В.И. Баландин, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 129с.
2. Бартенев, Л.В. Бег на средние и длинные дистанции / Л.В. Бартенев. - М. Физкультура и спорт. 1997.- 132с.
4. Бриль М.С. Перспективы совершенствования системы отбора юных спортсменов / М.С. Бриль, В.П. Филин. // Теория и практика физической культуры.- 1982.- №8.- С.30-32.
5. Брянкин, С.В. Проблемы оценки способностей / С.В. Брянкин.- М.: 1978 - С.163.
6. Брянкин, С.В. Организация отбора в современном спорте / С.В. Брянкин, Контанистов А.Т. - М.: Физкультура и спорт, 1998. - 135с.
7. Брянкин, С.В.. Основная квалификация форм спортивного отбора / С.В. Брянкин, Б.Н. Шустин. // Совершенствование системы подготовки спортсменов. - М.:1979. - С. 46
8. Вайцеховский, С.М. Книга тренера / С.М. Вайцеховский. – М, 1971. - 223с.
9. Волков, В.М. Спортивный отбор (Медико-биологические основы) / В.М. Волков. - Смоленск,1979.- 57с.
10. Волков В.М. Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин. - М.: Физкультура и спорт.1983.- 89с.
11. Гагуа, Е.Д. Тренировка по легкой атлетике / Е.Д. Гагуа. – М, 1999.- 121с.
12. Гужаловский, А.А. Проблема теории спортивного отбора / А.А. Гужаловский. // Теория и практика физической культуры. - 1993. -№7.- 30-32.

Следует различать две стадии определения спортивной отбора. Первая — первичный отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта, ориентирование наиболее способных спортсменов и углубленные специальные тренировки в избранном виде спорта. Вторая стадия — отбор и комплектование сборных команд субъектов РФ, сборных учебных заведений, а также отбор лучших спортсменов в сборную команду страны для участия в ответственных международных стартах.

Первая стадия определения спортивной пригодности включает три этапа:

- первый этап предусматривает первичный отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта.
- второй перспективный этап — отбор и ориентацию наиболее способных юных спортсменов.
- третий этап — для углубленной специализированной тренировки в избранном виде спорта.

Основными задачами первого этапа определения спортивной пригодности является привлечение возможно большего количества одаренных в спортивном отношении детей и подростков к спортивным занятиям, их предварительный просмотр и организация начальной спортивной подготовки. К критериям, определяющим целесообразность привлечения детей к занятиям различными видами спорта, относятся рост, вес, особенности телосложения ребенка.

Важное значение для правильного определения спортивной пригодности имеют наблюдения тренера и учителя физической культуры за детьми в ходе занятий на уроках физической культуры, в спортивных секциях, внутришкольных, районных и городских соревнованиях и во время проведения контрольных испытаний.

Путем подбора специальных средств можно направленно влиять на формирование у младших школьников способностей к занятиям тем или иным видом спорта.

К вступительным испытаниям на первичном этапе определения спортивной пригодности допускаются дети и подростки, прошедшие медосмотр в общеобразовательной школе и не имеющие отклонений в состоянии здоровья. Следует учитывать близость места жительства ребенка к спортивной базе, отношение родителей к его спортивным занятиям, успеваемость в общеобразовательной школе.

Если есть возможность, учащихся целесообразно направлять в летние спортивно-оздоровительные лагеря, где есть условия для более детального определения их способности к занятиям избранным видом спорта.

В процессе определения спортивной пригодности контрольные испытания должны проводиться с таким расчетом, чтобы определить не столько то, что уже умеет делать поступающий, сколько то, что он сможет сделать в дальнейшем, то есть выявить его способности к решению двигательных задач, проявлению двигательного творчества, умению управлять своими движениями.

На втором этапе определения спортивной пригодности осуществляется углубленная проверка соответствия предварительно отобранного контингента занимающихся требованиям, предъявляемым к успешной тренировке в избранном виде спорта. В течение 3–6 месяцев тренер всесторонне изучает возможности занимающихся путем наблюдений в процессе спортивной тренировки, контрольных испытаний, соревнований и контрольных прикидок, комплектует учебно-тренировочные группы из числа наиболее способных детей и подростков.

Важно учитывать не столько исходный уровень контрольных показателей, имевшихся у детей при наборе в ДЮСШ, сколько динамику изменения этих показателей на протяжении периода занятий.

Такой подход обеспечивает возможность с более высокой степенью точности выявлять потенциальные возможности занимающихся, их спортивную одаренность. Ведущими критериями прогнозирования на данной стадии являются темпы роста физических качеств и быстрота формирования двигательных навыков (моторная обучаемость).

О моторной обучаемости можно судить по времени, которое требовалось занимающемуся для овладения техникой того или иного упражнения. Темпы формирования двигательных навыков и развития физических качеств позволяют в какой-то мере предвидеть перспективность спортивного совершенствования занимающихся в будущем.

Задачами третьего этапа определения спортивной отбора состоит в выявлении степени соответствия индивидуальных данных юных спортсменов требованиям, которые будут предъявлены к ним на этапе высших спортивных достижений. На данном этапе необходимо ответить на вопрос о том, можно ли ориентировать того или другого спортсмена на углубленную спортивную подготовку к высшим спортивным достижениям.

Длительность второго этапа составляет от 1,5 до 2 лет. На этом этапе проводятся педагогические наблюдения, контрольные испытания, соревнования и прикидки, медико-биологические и психологические обследования. В этот период окончательно решается вопрос о спортивной специализации занимающегося.

На третьем этапе определения спортивной пригодности возрастает роль психологических наблюдений за учащимися. Сила, подвижность и уравновешенность нервных процессов являются в значительной степени природными свойствами центральной нервной системы человека, которые с большим трудом поддаются совершенствованию в процессе многолетней тренировки.

Для изучения волевых качеств детям и подросткам целесообразно предлагать контрольные задания, обычно в соревновательной форме. Показателями интенсивности проявления волевых усилий занимающихся служит успешное выполнение упражнений с кратковременным напряжением, показателями настойчивости выполнение относительно сложных в координационном отношении упражнений, для освоения которых требуется продолжительное время.

Решительность и смелость занимающихся можно определить с помощью выполнения различных упражнений в усложненных условиях.

Целеустремленность оценивается на, основании отношения испытуемых к занятиям, освоению специальных упражнений. Следует подчеркнуть необходимость всестороннего изучения личности спортсмена, а не отдельных его способностей. Поэтому оценивая, юного спортсмена следует по основе различных видов его деятельности (соревнование, тренировка, обследование в лабораторных условиях).

На первом этапе определения спортивной пригодности проводится медицинская экспертиза состояния здоровья детей. Занимающиеся подвергаются углубленному медицинскому освидетельствованию.

Дополнительные сведения о заболеваемости школьников можно получить от участкового врача по месту жительства детей.

При определении спортивной пригодности необходимо учитывать особенности развития детского организма. У детей младшего школьного возраста прогрессивно совершенствуется нервная система, которая к 11 годам достигает высокой степени развития. Однако чем моложе ребенок, тем более выражено в коре головного мозга преобладание процессов возбуждения над процессами торможения.

Кровеносные сосуды у них относительно шире, чем у взрослых; этим определяется более низкая величина артериального давления. Объем крови, выбрасываемой сердцем при каждом сокращении, в половину меньше, чем у взрослых. Поэтому для обеспечения организма нужным количеством кислорода, доставляемого кровью, сердце ребенка должно делать значительно больше сокращений. У младших школьников верхние дыхательные пути (полость носа, гортань, бронхи) уже, чем у взрослых.

Дыхание у детей поверхностное, частота его несколько больше (22–25 уд/мин), чем у взрослых (16–18 уд/мин).

Способность детского организма в 10–11 лет обеспечивать высокий уровень тканевого обмена благодаря эффективной деятельности сердца является предпосылкой для хорошего приспособления в этом возрасте к нагрузкам, требующим общей выносливости. В силу анатомо-физиологических особенностей развития организма у детей 10—11 лет относительно высок уровень аэробной производительности организма, что и определяет допустимость использования в большом объеме физических нагрузок аэробного характера.

После 11–12 лет у детей отмечается сравнительно быстрое развитие различных органов и систем организма. В этот возрастной период высшая нервная деятельность достигает достаточной степени развития. При этом отмечается повышенная реактивность, возбудимость нервной системы, что является предпосылкой к лучшему и быстрому усвоению двигательных навыков и техники движения со сложной координацией. В этом возрастном периоде в связи с прогрессивным функциональным развитием коры головного мозга функция зрительного, вестибулярного и других анализаторов достигает высокого уровня развития.

Учет данных о состоянии здоровья и функциональном состоянии различных органов и систем организма детей позволяет своевременно выявить наличие

отклонении, которые (без врачебно-медицинского вмешательства) могут усугубиться при больших физических нагрузках и интенсивной тренировке.

Процесс определения спортивной пригодности тесно связан с этапами спортивной подготовки и особенностями видов спорта (возраст начала занятий, возраст начала углубленной тренировки в избранном виде спорта, классификационные нормативы). Поэтому критерии и методы определения спортивной пригодности, а также нормативные требования будут изложены по группам видов спорта.

Как установлено в процессе многочисленных исследований, перспективность спортсменов в скоростно-силовых и циклических видах спорта определяется главным образом на основе выявления специальных физических качеств.

В видах спорта со сложной координацией движений спортивная пригодность определяется на основе выявления координационных возможностей занимающихся.

В игровых видах спорта перспективность спортсмена устанавливается на основе определения специфических качеств, обеспечивающих успешное решение технико-тактических задач в процессе спортивной деятельности.

В спортивных единоборствах отбор ведется путем определения специальных физических качеств, способностей юного спортсмена успешно выполнять сложное сочетание нападающих и защитных действий при строго определенном лимите времени, правильно и своевременно оценивать поведение противника.

Вторая стадия определения спортивной пригодности состоит из двух этапов. Первый этап предусматривает комплектование сборных команд субъектов РФ и учебных заведений. Второй этап предполагает отбор и комплектование сборной команды страны для участия в крупнейших международных соревнованиях.

Отбор кандидатов в сборную команду РФ должен осуществляться из числа наиболее одаренных и перспективных спортсменов, входящих в составы сборных команд субъектов РФ, учебных заведений. Основной формой определения спортивного отбора служат спортивные соревнования. При этом учитывается не только спортивный результат, но и их динамика на протяжении двух-трех последних лет, динамика результатов в течение текущего года, стаж регулярных занятий спортом, соответствие основных компонентов физической подготовленности и физического развития

требованиям данного вида спорта на уровне результатов мастера спорта международного класса. Сильнейшие спортсмены зачисляются в качестве кандидатов в сборную команду страны, главным образом по результатам соревнований в предыдущем спортивном сезоне.

Отбор кандидатов в сборную команду страны должен осуществляться на основе следующих показателей:

1. Спортивно-технические результаты и их динамика в течение последних лет тренировки.
2. Возраст, антропометрические данные с учетом специфики избранного вида спорта, состояния здоровья спортсмена.
3. Степень закрепления ошибок при выполнении важнейших элементов спортивных упражнений.
4. Уровень развития специальных физических качеств, которые слабо поддаются развитию в процессе многолетней тренировки.
5. Потенциальные возможности функциональных систем организма при выполнении двигательной деятельности.
6. Психическая устойчивость при выполнении специфических тренировочных нагрузок.
7. Целеустремленность спортсмена к достижению результатов в избранном виде спорта.

Отбор членов сборной команды РФ для участия в международных соревнованиях должен осуществляться на основе следующих показателей:

1. Спортивно-технический результат.
2. Динамика развития спортивной формы (начало, пик, спад).
3. Степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов в экстремальных условиях.
4. Степень технической готовности и устойчивости спортсмена к ведению спортивной борьбы в экспериментальных условиях.
5. Состояние здоровья с учетом специфики избранной спортивной специализации.

Следует сказать о том, что имеется ряд критериев определения спортивной пригодности, общих для всех видов спорта. Это:

1. Состояние здоровья. Этот критерий применяется на всех стадиях определения спортивной пригодности. Основной задачей врачебных исследований является выявление противопоказаний для занятий избранным видом спорта.
2. Состояние функций и систем организма спортсмена. Данный критерий используется на всех стадиях спортивного отбора, особенно при определении пригодности для дальнейшего спортивного совершенствования.
3. Физическое развитие как комплекс морфофункциональных показателей. Этот критерий отбора используется главным образом на первом и втором этапах определения спортивной пригодности.

Каждый вид спорта предъявляет специфические требования к физическому развитию и способностям спортсмена. Поэтому имеются определенные различия в методике определения спортивной пригодности в каждой из групп видов спорта. Это касается как критериев отбора, так и состава используемых тестов и методов обследования.

1. Вайцеховский С. М. Книга тренера. — М.: Физкультура и спорт, 1972. -312 с.
3. Захаров Е. Н. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств / Е. Н. Захаров, А. В. Карасев, А. А. Сафонов; Под общ. ред. А. В. Карасева — М.: Лептос, 1994. — 368 с.
4. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки: Учебное пособие для студентов институтов физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1977. — 280 с.
5. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. — К.: Олимпийская литература, 1997. — 583 с.