

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/305565>

**Тип работы:** Реферат

**Предмет:** Физическая культура и спорт

Введение 3

1. Медико-биологические критерии спортивного отбора в избранном виде спортивных игр 5

1.1. Состояние здоровья 6

1.2. Физическое развитие, тип телосложения 6

1.3. Биологический возраст 7

1.4. Работоспособность 8

Заключение 10

Литература 11

Введение

Вопрос спортивного отбора может быть удачно решен только в том случае, если будут подвергнуты всестороннему и глубокому анализу ее медико-биологические аспекты. Материальной основой индивидуальных различий как предпосылок развития двигательных способностей являются анатомо-морфологические особенности (телосложение, строение отдельных органов, эндокринная регуляция, особенности нервно-психической организации, и др.).

Спортивный отбор предусматривает применение комплекса врачебно-физиологических и педагогических исследований. Правильная система отбора приурочивается и определенным этапам спортивной подготовки. Предлагаемые на сегодняшний день критерии спортивного отбора, установленные в результате практического опыта и специально проведенных исследований, основаны на следующих теоретических положениях:

1. Одаренность определяется наследственно обусловленными задатками, которые касаются структурных, психических и функциональных особенностей, устанавливающих поведение и деятельность человека.

1. Медико-биологические критерии спортивного отбора в избранном виде спортивных игр

В процессе отбора и ориентации используются разнообразные исследования, которые позволяют получить полную информацию о спортсмене. Основные критерии отбора:

- уровень физического развития и состояние здоровья (одинаково важно для каждого этапа);
- Особенности биологического созревания;
- Особенности телосложения (особенно необходимы на первом, втором этапах);
- Свойства нервной системы;
- Функциональные возможности и перспективы совершенствования основных систем организма спортсмена (особенно необходимы на первом, втором этапах);
- Уровень развития двигательных качеств и перспективы их совершенствования;
- Способности к освоению спортивной тактики и техники, перестройка технико-тактических схем и ДН;

1.2. Физическое развитие, тип телосложения

На первичном этапе отбора можно ограничиваться лишь определением главных показателей физического развития:

- соматрокопия (мускулатура, кожа, осанка, жиротложение, форма грудной клетки, стопа, форма ног),
- атропометрия (рост сидя, рост стоя, масса тела, длина ног, динамометрия, окружность грудной клетки ЖЕЛ МВЛ).

У детей для ориентировочной характеристики типа телосложения на первичном периоде отбора можно применять вычисление индексов:

- индекс длины руки =  $\frac{\text{длина руки}}{\text{рост}} \times 100$

- индекс длины ног = длина ноги/рост x 100

- росто-весовой индекс оценивается как благоприятный для скоростно-силовых видов спорта, если разница между величиной роста (в см.) и веса (в кг.) минус 100 варьирует в пределах 8-10, а росто-весовой показатель анализируется как благоприятный для видов спорта на выносливость, если разница между величиной роста и весом минус 110 колеблется в пределах 8-12.

#### Заключение

Определение спортивной пригодности должно проводиться совместно педагогом, тренером, врачом и психологом. На первых этапах определяют пригодность не к отдельным видам, а к группам видов спорта. Не следует забывать, что определение спортивной пригодности представляет собой не только проверку соответствия подростка специфике спортивной деятельности, но также поиск противопоказаний (антикритериев) и их оценка.

#### Литература

1. Алабин В.Г. Организационно-методические основы многолетней тренировки юных легкоатлетов: Учеб. Пособие. Челябинск: ЧГИФК, 2020.-99с
2. Брянкин С.В., Шустин Б.Н., Жданов Л.Н., Спортивный отбор и ориент.ация: Учеб. Пос. / Смоленск, гос. Ин-т. физ. Культуры. Смоленск.: СГИФК, 2019.-132с
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры.--М.: Физкультура и спорт, 2019.-91с
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика спорта и физического воспитания: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений.--2-е изд., испр и доп.-М.:Издательский центр «Академия», 2019.-124с.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/305565>