

Информация для родителей

Дети, желающие заниматься в спортивной школе на отделении плавания проходят тестирование по утвержденной программе, включающей в себя:

- визуальную оценку морфологических данных ребенка;
- тестирование по ОФП;
- оценку координации движений;
- оценку подвижности суставов.

Предпочтение отдается претендентам, набравшим наибольшую сумму баллов.

Количество принимаемых детей в группы начальной подготовки 252 человека. Занятия проводятся в группах по 12-14 человек.

Занятия в школе состоят из теоретических и практических занятий, включающих:

- изучение техники плавания и стартов;
- совершенствование техники;
- прыжки, игры;
- разминку;
- контрольные испытания,
- соревнования.

При наборе детей в группы начальной подготовки 1 года обучения тренер обращает внимание на основные качества ребенка, такие как:

1. Плавучесть
2. Гибкость
3. Скольжение на воде
4. Выносливость
5. Положение тела в воде
6. Координация движений
7. Мотивация ребенка (желание быть первым)
8. Концентрация внимания
9. Сила (мышечный тонус)
10. Скоростно-силовые качества

В процессе занятий в группах начальной подготовки все вышеперечисленные качества подвергаются более тщательному анализу и находятся под пристальным вниманием тренера, что впоследствии помогает провести объективный спортивный отбор.

Спортивный отбор – это отбор наиболее одаренных в плавании детей для дальнейшей подготовки их в учебно-тренировочных группах.

Основные критерии, которыми руководствуется тренер при проведении спортивного отбора:

1. Двигательная одаренность пловца, которая проявляется в естественном и мягком характере движения в воде:
 - хорошее чувство воды,
 - координированность и внешняя легкость движений,
 - хорошая обтекаемость и равновесие тела в воде (плавучесть).
2. Функциональные возможности систем организма, врачебный контроль. Пропорции тела (кисть, стопа, предплечье, голень).
3. Подвижность голеностопных, коленных, плечевых суставов, гибкость туловища.
4. Личностные качества – целеустремленность, самостоятельность, трудолюбие, настойчивость, собранность, мотивы увлечения плаванием, направленность интересов, отношение к занятиям плаванием и коллективу спортивной школы во время пребывания в группе начальной подготовки, интеллектуальные способности, успеваемость в общеобразовательной школе, и другие черты характера особенности личности пловца, которые будут играть важную роль в процессе его

дальнейшей многолетней спортивной подготовки.

5. При спортивном отборе следует учитывать и то, что низкий уровень оценки отдельных показателей (за исключением состояния здоровья, личностных качеств и двигательной одаренности) не является противопоказанием к отбору, если эти, не совсем благоприятные признаки, могут быть компенсированы высоким уровнем развития других качеств, ребенка. Например, средний рост или пропорции тела могут быть компенсированы высокой двигательной одаренностью, выносливостью и т. д.

Отбор на 2015-2016 учебный год в МБУ ДО ДЮСШ № 10

в группы начальной подготовки для обучения по дополнительной предпрофессиональной программе

ВОЗРАСТ просматриваемых детей: 2007 г. р.

ДАТА прохождения отбора: с 7 по 10 сентября 2015 года (4 дня)

ВРЕМЯ прохождения отбора: с 13.00 до 19.00

РЕЖИМ проведения отбора: в день — 15 групп по 10 человек

На отбор необходимо иметь:

1. медицинскую справку, установленного образца;
2. копию свидетельства о рождении;
3. спортивную форму (шорты, майку, носки).

Запись детей будет проходить по адресу:

г. Иваново, ул. Шошина, д. 15Б

телефон: 42-13-78