

# Спортивный отбор и ориентация

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ФФВ

Мухлядо Виктор Казимирович

Спортивный отбор относят к разновидности профессионального отбора, представляющего систему средств и методов выявления лиц, природные особенности которых отвечают требованию вида спорта.

Спортивный отбор базируется на:

- а) знании требований вида спорта;
- б) научно обоснованных критериях, их количественных характеристиках;
- в) апробированной процедуре отбора.

## Первый этап отбора футболистов

приходится на возраст с 7-8 до 9 лет.

Его цель — определение способности детей к проявлению быстроты, координации движений, скоростно-силовых качеств и выносливости.

Лучшим средством такой диагностики являются педагогические наблюдения за детьми в процессе подвижных игр.

В качестве ориентиров с учетом амплуа будущих футболистов могут быть использованы данные таблицы.



7  
лет

Амплуа  
Показатели

Длина тела, см  
Масса тела, кг  
Бег 3X10 м, с  
Прыжок в длину  
с места, см

Вратари и  
центр. защитники

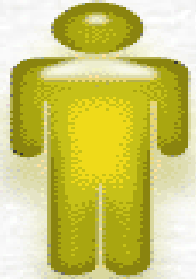
122-126,4  
27-31,4  
10,3-10,5  
112,4-123,3

Полузащитники,  
крайн. защитники

116-121,2  
16-20,4  
10,0-10,5  
109,3-119,1

Нападающие

122,5-127,7  
21,5-25,9  
9,6-9,9  
124,6-136,1



8  
лет

Длина тела, см  
Масса тела, кг  
Бег 3X10 м, с  
Прыжок в длину  
с места, см

1137-144,2  
36,6-41,1  
10,0-10,5  
128,5-132,3

119-126,2  
18-26,8  
9,8-10,2  
118,4-125,6

128-135,2  
29-37,8  
9,3-9,7  
132,4-138,1



9  
лет

Длина тела, см  
Масса тела, кг  
Бег 3X10 м, с  
Прыжок в длину  
с места, см

139,2-146,4  
39,4-46,6  
9,6-10,1  
153,4-158,3

122,8-129,7  
29,1-29,6  
9,4-9,9  
144,7-149,9

130,1-137,4  
30,4-38,8  
9,1-9,4  
150,1-153,2

РЕГЛОЗМТОРИЙ БГЛУ