

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра олимпийского и профессионального спорта



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор Института физического  
воспитания и спорта

Губарев А.А.

«20» сентября 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И ОРИЕНТАЦИЯ  
В МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКЕ**

**По направлению подготовки 49.04.03 «Спорт»**

**Магистерская программа – Спорт высших достижений и система  
подготовки спортсменов**

**Квалификация выпускника: Магистр**

**Форма обучения – очная/заочная**

**Курс ОФО – 2 курс (4 семестр), ЗФО – 3 курс (8 триместр)**

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины «Современный отбор и ориентация в многолетней подготовке» является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки магистров по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, программа магистратуры «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов» очной и заочной форм обучения. Дисциплина реализуется кафедрой олимпийского и профессионального спорта Института физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ».

Составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта – магистратура по направлению подготовки 49.04.03 Спорт, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 № 947 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».

#### СОСТАВИТЕЛИ:

доцент кафедры олимпийского и профессионального спорта ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук **Зюзюков Александр Васильевич**

Утверждена на заседании кафедры олимпийского и профессионального спорта

«14» 01 2025 г., протокол № 8

И.о. заведующего кафедрой олимпийского и профессионального спорта

  
(подпись)

Павлова Н.А.

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта

«14» 01 2025 г., протокол № 5

Председатель учебно-методической комиссии  
Института физического воспитания и спорта

  
(подпись)

Загной Т.В.

#### СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

  
(подпись)

Савенков В.В.

«  » \_\_\_\_\_ 20   г.

## 1. Цели и задачи учебной дисциплины

**Цель изучения дисциплины**– освоение магистрантами основ знаний, умений, навыков в организации системы спортивного отбора, позволяющих осуществлять отбор и спортивную ориентацию для занятий конкретным видом спорта в процессе многолетней подготовки с использованием современных методик.

### **Задачи дисциплины:**

1. Определить основные направления отбора и ориентации, используемые в спорте.
2. Выявить условия и этапы спортивной ориентации и отбора.
3. Охарактеризовать особенности спортивного отбора перспективных спортсменов.
4. Определить критерии спортивного отбора на этапах многолетней подготовки.

Изучение дисциплины «Спортивный отбор и ориентация в многолетней подготовке» предназначено для более полного и глубокого осмысления и анализа значения спортивной ориентации и отбора в многолетней подготовке в конкретных видах спорта. Важная роль в подготовке спортивной смены принадлежит системе отбора перспективных юных спортсменов. Поэтому проведение курса, дающего научно обоснованные знания по отбору и ориентации в многолетней подготовке спортсменов, поможет избежать многие негативные последствия в управлении подготовкой высококлассных спортсменов.

Для изучения данной дисциплины необходима определенная система, облегчающая процесс овладения обширным материалом, важнейшей характеристикой, которой является ее внутренняя упорядоченность.

## 2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Спортивный отбор и ориентация в многолетней подготовке» относится к обязательной части рабочей программы, шифр дисциплины Б1.О.04 и определяющая комплекс знаний, умений, навыков в организации системы спортивного отбора для занятий конкретным видом спорта в процессе многолетней подготовки и управлении подготовкой высококлассных спортсменов.

Дисциплина относится к циклу общепрофессиональных дисциплин направления подготовки «Спорт» и является обязательным к изучению магистрантами всех форм обучения. Для успешного освоения дисциплины необходимы исходные знания, умения, навыки и компетенции студента по следующим дисциплинам: «Методика обучения и воспитания физической культуре и спорту», «Теория и методика спортивной тренировки», «Теория и методика избранного вида спорта», «Научно-педагогические исследования в области физической культуры и спорта».

Магистранты, завершившие изучение дисциплины «Спортивный отбор и ориентация в многолетней подготовке», должны:

**знать:** организацию и проведение процесса спортивного отбора на основе

комплексного и эффективного использования всех элементов педагогического мастерства; теоретические основы в области многолетней спортивной подготовки и физкультурной деятельности; требования различных видов спорта к морфофункциональным и психофизиологическим свойствам организма.

**уметь:** прогнозировать спортивные результаты в разные возрастные периоды; использовать в практической деятельности полученные знания для решения вопросов отбора и ориентации в спорте.

**владеть:** организацией и проведением спортивного отбора в избранном виде спорта в процессе многолетней подготовки; практическими навыками в области предшествующих дисциплин; практическим опытом в области многолетней спортивной подготовки и физкультурной деятельности; практическим опытом работы в спортивных школах.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Профессиональные		
ПК-2	способностью и готовностью осуществлять спортивный отбор на этапе спортивного совершенствования	<b>Знает</b> методы критического оценивания данных и способы формулирования выводов. <b>Умеет</b> критически оценивать данные, и делать выводы. <b>Владеет</b> навыками критически оценивать данные и делать выводы.

### 4. Структура и содержание учебной дисциплины

#### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Общая учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108 (3 з.е.)</b>	<b>108 (3 з.е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:</b>	<b>44</b>	<b>12</b>
Лекции	18	4
Семинарские занятия	26	8
Практические занятия	-	-
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы (презентации)	-	-
КСР	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса	-	-
Самостоятельная работа магистранта (всего)	60	92
Итоговая аттестация	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>

#### 4.2. Содержание разделов дисциплины

### **Тема 1. Виды спорта и их классификация**

1. Классификации видов спорта и спортивных упражнений.
2. Классификация видов спорта по особенностям предмета состязаний и характеру двигательной деятельности (по Л.П. Матвееву).
3. Классификация видов спорта по различным признакам (по Ю.Ф. Курамшину).
4. Олимпийская классификация.
5. Единая всероссийская спортивная классификация.
6. Классификации по составу участников и особенностям соревнований.

### **Тема 2. Спортивная ориентация и отбор в системе многолетней подготовки**

1. Назначение спортивной ориентации и спортивного отбора.
2. Этапы отбора.
3. Методики спортивного отбора.
4. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
5. Показатели, влияющие на спортивную ориентацию и спортивный отбор.
6. Комплектация учебно-тренировочных групп.

### **Тема 3. Проблема спортивной одаренности**

1. Особенности спортивной одаренности.
2. Прогнозирование достижений спортсменов.
3. Значение наследственности в спорте.

### **Тема 4. Способности и их уровни**

1. Особенности физических способностей.
2. Оценка физических способностей.
3. Сенситивные возрастные периоды.

### **Тема 5. Критерии отбора**

1. Педагогические критерии.
2. Медико-биологические критерии.
3. Психологические критерии.
4. Социологические критерии.

### **Тема 6. Виды (уровни) спортивного отбора**

1. Особенности первого уровня спортивного отбора.
2. Особенности второго уровня спортивного отбора.
3. Особенности третьего уровня спортивного отбора.
4. Особенности четвертого уровня спортивного отбора.
5. Уровни специальной физической подготовленности.

### **Лекция 7. Отбор и ориентация для занятий различными видами спорта**

1. Скоростно-силовые виды спорта.
2. Циклические виды спорта.
3. Игровые виды спорта.
4. Единоборства.
5. Сложно-координационные виды спорта.
6. Спортивный туризм



## Лекция 8. Развитие физических качеств как критерий отбора

1. Сила и силовые способности.
2. Быстрота и скоростные способности.
3. Выносливость и виды выносливости.
4. Гибкость и виды ее проявления.
5. Ловкость и координационные способности.

### 4.3. Лекции

Название темы	Объем часов	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Тема 1.</b> Виды спорта и их классификация Классификации видов спорта и спортивных упражнений. Классификация видов спорта по особенностям предмета состязаний и характеру двигательной деятельности (по Л.П. Матвееву). Классификация видов спорта по различным признакам (по Ю.Ф. Курамшину). Олимпийская классификация. Единая всероссийская спортивная классификация. Классификации по составу участников и особенностям соревнований.	2	2
<b>Тема 2.</b> Спортивная ориентация и отбор в системе многолетней подготовки Назначение спортивной ориентации и спортивного отбора. Этапы отбора. Методики спортивного отбора. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки. Показатели, влияющие на спортивную ориентацию и спортивный отбор. Комплектация учебно-тренировочных групп.	4	
<b>Тема 3.</b> Проблема спортивной одаренности Особенности спортивной одаренности. Изучение стабильности характеристик человека. Изучение наследственных влияний. Изучение физиограмм. Прогнозировании достижений спортсменов. Исследование родословной. Корреляционный анализ между достижениями родителей и детей в одном и том же возрасте. Изучение связи (корреляции) между маркерами. Значение наследственности в спорте. Показатели влияния наследственности на некоторые морфофункциональные признаки организма человека.	2	
<b>Тема 4.</b> Способности и их уровни Особенности физических способностей. Особенности высшей нервной деятельности. Строение тела. Свойства нервно-мышечного аппарата. Оценка физических способностей. Общие элементы спортивных способностей. Специальные элементы спортивных способностей. Сенситивные возрастные периоды. Влияние генетических и средовых факторов.	2	

<p><b>Тема 5.</b> Критерии спортивного отбора</p> <p>Педагогические критерии. Уровни развития физических качеств. Техничко-тактическая подготовленность. Темпы роста спортивных достижений. Медико-биологические критерии. состояние здоровья. Биологический возраст. Морфофункциональные признаки. состояние функциональных и сенсорных систем организма. Индивидуальные особенности высшей нервной деятельности. Психологические критерии. Степень развития волевых качеств. Особенности характера. Темперамент. Социологические критерии. Мотивы, интересы и запросы учащихся. Влияние семьи. Показатели, характеризующие формирующее влияние спорта, коллектива.</p>	2	
<p><b>Тема 6.</b> Виды (уровни) спортивного отбора</p> <p>Особенности первого уровня спортивного отбора. Критерии спортивной ориентации отбора. Особенности второго уровня спортивного отбора. Оценка состояния здоровья. Выполнение контрольно-переводных нормативов, разработанных для каждого вида спорта и изложенных в программах для спортивных школ. Антропометрические измерения. Выявление темпов прироста физических качеств и спортивных результатов. Особенности третьего уровня спортивного отбора. Комплектование групп спортивного совершенствования. Особенности четвертого уровня спортивного отбора. Отбор в спортивные команды (страны, региона, ведомства и т.д.) для определения участников ответственных соревнований. Уровни специальной физической подготовленности. Уровни спортивно-технической подготовленности. Уровни тактической подготовленности. Уровни психической подготовленности.</p>	2	
<p><b>Тема 7.</b> Отбор и ориентация для занятий различными видами спорта</p> <p>Особенности отбора и ориентации к скоростно-силовым и циклическим видам спорта. Игровые виды спорта. Прогноз способностей к спортивным играм. Единоборства. Критерии отбора в единоборствах. Сложно-координационные виды спорта и критерии отбора. Особенности занятий спортивным туризмом.</p>	2	2
<p><b>Тема 8.</b> Развитие физических качеств как критерий отбора</p> <p>Сила и силовые способности. Морфологические основы мышечной силы. Общие и специальные скоростно-силовые способности человека. Быстрота и скоростные способности. Генетические основы скоростных способностей. Выносливость и виды выносливости. Скоростная, силовая, координационная выносливость. Аэробная и аэробная выносливость. Гибкость и виды ее проявления. Анатомо-физиологические особенности развития гибкости. Ловкость и координационные способности. Проявление специальных координационных способностей в различных видах спорта.</p>	2	
<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>4</b>

#### 4.4. Семинарские занятия

№	Название темы	Объем часов
---	---------------	-------------

		<b>Очная форма</b>	<b>Заочная форма</b>
1.	Цели, задачи и функции отбора. Задачи этапов отбора	2	2
2.	Виды спорта и их классификация	2	
3.	Спортивная ориентация и отбор в системе многолетней подготовки	4	2
4.	Проблема спортивной одаренности	2	
5.	Показатели влияния наследственности на спортивную пригодность	2	
6.	Способности и их уровни	2	
7.	Проблемы спортивного отбора: финансовые, этические, научно-методические	2	
8.	Спортивная селекция как отбор и комплектование сборных команд	2	
9.	Критерии спортивного отбора	2	2
10.	Виды (уровни) спортивного отбора	2	
11.	Отбор и ориентация для занятий в избранном виде спорта	2	2
12.	Развитие физических качеств как критерий отбора	2	
<b>Итого:</b>		<b>26</b>	<b>8</b>

#### 4.5. Лабораторные работы (не предусмотрены)

#### 4.6. Самостоятельная работа магистрантов

№	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1.	Понятие спортивного отбора. Основные параметры отбора. Сущность отбора. Задачи отбора.	Реферативное оформление вопроса	4	6
2.	Проблема отбора и комплектование команды в избранном виде спорта	Реферативное оформление вопроса	6	8
3.	Общая характеристика видов и разновидностей отбора	Реферативное оформление вопроса	4	6
4.	Олимпийский и перспективный отбор	Реферативное оформление вопроса	4	6
5.	Этапы отбора. Начальный отбор. Текущий отбор.	Реферативное оформление вопроса	4	6
6.	Проблема психофизиологической предрасположенности к занятиям различными видами спорта	Реферативное оформление вопроса	4	6
7.	Общая и специальная физическая подготовка как критерии спортивного отбора	Реферативное оформление вопроса	6	6
8.	Биологический и паспортный возраст спортсмена. Сопоставление их паспортного и биологического возраста	Реферативное оформление вопроса	4	6
9.	Принципы спортивного отбора. Принцип стабильности результатов, систематичности, результативности и	Реферативное оформление вопроса	4	6



	индивидуальности.			
10.	Спортивная ориентация и способности. Наследственность и спортивная пригодность.	Реферативное оформление вопроса	4	8
11.	Наследуемость морфологических признаков. Спортивная одаренность.	Реферативное оформление вопроса	4	6
12.	Генетика, генотип, фенотип. Ген, генетическая карта человека.	Реферативное оформление вопроса	4	6
13.	Состав мышечных волокон как генетический контроль. Тренируемость как природное свойство	Реферативное оформление вопроса	4	8
14.	Модельные характеристики различных видов спорта	Реферативное оформление вопроса	4	8
<b>Итого:</b>			<b>60</b>	<b>92</b>

#### **4.7. Курсовые работы (не предусмотрены)**

### **5. Методическое обеспечение, образовательные технологии**

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

*Структурно-логические:* в процессе изучения лекционного материала предполагает его поэтапное усвоение магистрантом с постановкой цели (тема конкретной лекции, как структурной единицы логической цепочки изучаемого курса) и задач (освоение темы посредством рассмотрения и разбора каждого из пунктов плана, входящего в неё).

*Работа в команде:* совместная работа магистрантов при выполнении практических работ.

*Активизация обучения:* с целью развития познавательного интереса, умения находить подходы к решению проблемы магистранту в самостоятельной работе ставится задача при работе с информационным ресурсом Интернет суметь обобщить информацию по заданной теме.

### **6. Формы контроля освоения учебной дисциплины**

Текущая аттестация магистрантов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим семинарские занятия по дисциплине в различных формах: выполнение заданий на семинарских занятиях, контроль самостоятельной работы.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме *устного зачета*:

- конспект лекций и семинарских занятий;
- написание реферата;
- самостоятельная работа;
- зачет.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме *устного зачета* (включает в себя ответ на теоретические вопросы).

### Система оценивания учебных достижений магистрантов очной/заочной формы обучения

Вид учебной работы	Количество баллов
Устные ответы на семинарских занятиях	40
Написание реферата	20
Самостоятельная работа	10
Зачет	30
<b>Итого за семестр:</b>	<b>100</b>

#### 7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

##### *а) основная литература:*

1. Брянкин С.В. Спортивный отбор и ориентация: учеб. пособие / С.В. Брянкин, Л.Н. Жданов, В.Н. Шустин. – Смоленск, 2007. – 67 с.
2. Волков В.М. Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин. – Москва : Физкультура и спорт, 2003. – 176 с.
3. Даниярова Н.Н. Методики обследования физического развития и функциональной подготовленности в физической культуре и спорте : учебное пособие / Даниярова Н.Н. – Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. – 121 с. – ISBN 978-5-4497-2509-7. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/134532.html> (дата обращения: 27.02.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Иссурин В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация; монография / В.Б. Иссурин. – Москва: Спорт, 2017. – 239 с.
5. Мякинченко Е.Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта / Е.Б. Мякинченко, В.Н. Селуянов. – Москва : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
6. Селуянов В.Н. Определение одаренности и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков. – Москва : СпортАкадемПресс, 2000. – 146 с.
7. Семенова Г.И. Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Г.И. Семенова. – Электрон. текстовые данные. – Екатеринбург: Уральский федеральный университет, 2015.– 182 с.
8. Серова Л.К. Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры / Л.К. Серова. – Электрон. текстовые данные. – Москва : Человек, 2011. – 160 с.
9. Серова, Л. К. Особенности характера спортсменов / Л. К. Серова, Е. В. Власова. – Москва : Издательство «Спорт», 2023. – 132 с. – ISBN 978-5-907601-19-2. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/128300.html> (дата обращения: 28.10.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей
10. Сологуб Е.Б. Спортивная генетика: учеб. пособие / Е.Б. Сологуб, В.А. Таймазов. – Москва : ТерраСпорт, 2000. – 127 с.

11. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: Учебник / В.Г. Никитушкин. – Москва: Советский спорт, 2013. – 280 с.

12. Тимакова Т.С. Факторы спортивного отбора или кто становится олимпийским чемпионом: монография / Т.С. Тимакова. – Москва : Спорт, 2018. – 288с.

13. Шапошникова В.И. Научное обоснование современной системы отбора и подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.И. Шапошникова, М.А. Рубин, Л.В. Михно – Москва : Советский спорт, 2013. – 68 с. – ISBN 978-5-9718-0652-3. – Текст: электронный // ЭБС «Консультант студента»: [сайт]. – URL.

***б) дополнительная литература:***

1. Калинина И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола): учебное пособие / И.Н. Калинина; В.А. Блинов. – Омск: Издательство СибГУФК, 2016. – 75 с

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов вузов / Л.П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : СпортАкадемПресс, 2011. – 543 с.

3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования. – СПб.:Изд-во «Лань», 2005. – 384 с.

4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: Учебник тренера высшей квалификации / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

***в) средства обеспечения освоения дисциплины.***

Наличие литературы, учебно-методических пособий, доступа к сетевым ресурсам и сайтам, таким как:

- <https://www.studentlibrary.ru/>– ЭБС «Консультант студента».
- <http://lib.ltsu.org> – научная библиотека ГОУ ВО ЛНР «ЛГПУ».
- <http://lib-lg.com>– Луганская Республиканская универсальная научная библиотека им. М. Горького.
- <https://www.rsl.ru/> – Российская государственная библиотека.

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В учебном процессе при чтении лекций и проведения семинарских занятий, презентации магистрантов самостоятельной и учебно-исследовательской работы применяется мультимедийное оборудование, которым оснащены аудитории ФГБОУ ВО «ЛГПУ».

### 9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)