

Kritériá na identifikáciu športových talentov a metodika práce s talentovanou mládežou v jachtingu

„Ak chceme byť v športe úspešní, potom musíme výber robiť tak, aby sme vybrali skutočné talenty, ktorým musíme vytvoriť optimálne podmienky na kvalitnú prípravu a výkonnostný rast.“

Športový talent

Talent v športe možno hľadať tam, kde sa stretnú optimálne dedičné dispozície so zodpovedajúcou športovou prípravou v danom športe. Potom je predpoklad, že tento „talent“ pri primeranom tréningu a súťaži, môže vo veku rekordných športových výkonov dosiahnuť výkony medzinárodnej úrovne.

Výber športových talentov v jachtingu

Momentálne v súvislosti s nízkou členskou základňou je dôležité neustále vyvíjať úsilie o jej rozširovanie, aby sme mali z čoho vyberať.

Výber talentov v jachtingu je mimoriadne zložitý a náročný proces, pretože výkon ovplyvňuje veľmi veľké množstvo faktorov. Z nich musíme určiť práve tie, ktoré by mal mať jachtár, aby mohol dosiahnuť vrcholnú výkonnosť. Ďalším dôležitým krokom je určiť ich význam pre prognózu budúceho vývoja výkonnosti. Jedná sa o zložitý proces, pretože športovec je v priebehu športovej prípravy ovplyvňovaný množstvom prvkov a okolností, ktoré pôsobia na jeho výkon.

Ak v žiackom veku niekoho považujeme za talent len na základe výsledkov na pretekoch, môžeme sa veľmi ľahko dopustiť omylu! Pri výbere talentov musíme totiž vychádzať z poznatkov športovej vedy, zo zákonitostí o raste a vývine organizmu a o formovaní osobnosti.

Systém výberu a podpory športovo talentovanej mládeže charakterizujú nasledovné zásady:

- vek,
- početnosť,
- prediktory a výberové kritériá – oprávnenosť, komplexnosť a hierarchia požiadaviek,
- etapovitosť,
- postupnosť a nadväznosť športovej prípravy,
- humánnosť a demokratickosť,
- organizácia a riadenie (profesionálne trénerské, organizačné a odborné zabezpečenie),
- kontrola plnenia stanovených cieľov vo všetkých etapách a na všetkých úrovniach.

1. Vek

Každá funkcia organizmu človeka má pre svoj rozvoj najoptimálnejšie obdobie. Z tohto je možné domnievať sa, že tieto senzitívne obdobia rozvoja jednotlivých schopností možno vhodne využiť na zistenie a prognózovanie schopností. Pri zisťovaní a prognóze takýchto predpokladov na podávanie vrcholných výkonov vzniká rozpor medzi 2 základnými skutočnosťami:

- Na základe potreby jachtingu je nevyhnutné robiť výber v čo možno najskoršom veku, no čím v skoršom veku robíme výber a prognózy, tým majú menšiu spoľahlivosť.
- Vrcholné výkony v súčasnosti môžu dosahovať iba tí, ktorých dispozície sú v najlepšom súlade s požiadavkami jachtingu a u ktorých správne vedená príprava zabezpečí ich maximálny rozvoj po všetkých stránkach.

Pre určenie optimálneho veku výberu je potrebné vychádzať zo senzitívnych období rozvoja zásadných schopností v jachtingu (napr. koordinačných) a k ich najefektívnejšiemu vývoju začína dochádzať vo veku od 6 rokov.

Toto obdobie od 6 – 9 rokov je veľmi dôležité preto, aby si deti zároveň osvojili základy techniky a loď sa stala ich „súčasťou“. Zo zvládnutia základných zručností v tomto období sa neskôr stane potrebná istota, rutina a automatickosť. V jachtingu je taktiež významné budovanie kladného vzťahu k vode, odbúravanie strachu a špeciálne vytváranie citu pre vodu a vietor, ktoré sa rozvíjajú od ranného veku.

Najvhodnejšie vekové skupiny na výber talentov sú teda od 6 – 12 rokov a 14 – 15 rokov, pretože v tomto veku dochádza k najväčším zmenám v pohyblivosti. Pri výbere talentov je dôležité nerobiť extrémne rozhodnutia pred 16. rokom, pretože k veľkým zmenám dochádza práve medzi 14. – 16. rokom. Prihliadať na individuálne rozdiely vzhľadom na biologický vek – rozdiely v raste, zrelosti, dospelosti.

2. Početnosť

Zásadu početnosti je dôležité dodržať vzhľadom k tomu, že štatistika výskytu talentov na konkrétnu športovú činnosť je pomerne nízka a má približne normálne rozloženie.

3. Prediktory výberu a výberové kritériá

Pre zaradenie športovcov do výberu talentovanej mládeže a predpokladu budúcej športovej výkonnosti jedincov, vychádzame z individuálnych predpokladov (prediktorov) športovcov a kritérií výberu. Výberové kritériá zohľadňujú zásady komplexnosti, oprávnenosti a hierarchie požiadaviek. Vychádzame z nasledovných:

VÝBEROVÉ PREDIKTORY

- Biologické, somatické, psychické, motorické a technicko-taktické predpoklady

VÝBEROVÉ KRITÉRIÁ

- Účasť na min. 6 organizovaných tréningoch na vode
- Účasť na pravidelnej kondičnej príprave
- Účasť na min. 3 pretekoch SP, Majstrovstvách SR a min. 1 zahraničných pretekoch

Návrh na zaradenie športovcov do výberu talentovanej mládeže na základe zohľadnenia prediktorov a splnenia výberových kritérií predkladá na Schválenie VV SZJ predseda ALT. VV SZJ rozhodne o zaradení / nezaradení navrhovaných športovcov do výberu talentovanej mládeže.

BIOLOGICKÉ A SOMATICKÉ PREDPOKLADY

Sem zaraďujeme také údaje ako sú výška, váha tela, zdravotný stav, celkový fyziologický vývoj. Jachting sa vyznačuje tým, že svojou pestrosťou lodných tried poskytuje priestor pre všetkých (vysokých, nízkych, ľahkých, ťažkých,...) Celkový predpoklad budúceho talentu v jachtingu zo somatického hľadiska teda závisí od zvolenej lodnej triedy.

MOTORICKÉ PREDPOKLADY

Treba povedať, že merať talent iba na základe testov telesnej pripravenosti nestačí, pretože jachting vyžaduje rad špecifických zručností, ktoré fyzické testy nezachycujú. To však v žiadnom prípade neznižuje význam fyzickej prípravy v jachtingu ale naopak tvorí základ k úspešnému uplatneniu ostatných predpokladov.

- Agilita
- Anticipácia
- Vytrvalosť
- Sila
- Koordinácia
- Flexibilita

Dôležité je, že hoci mnohé z týchto schopností majú genetický základ, sústavným tréningom možno tieto schopnosti ustavične zlepšovať.

Hodnotíme ich prostredníctvom batérie všeobecných motorických testov (zverejnenej na webe sailing.sk – Dokument Všeobecné testy F101 (Informatívne materiály).

PSYCHICKÉ PREDPOKLADY

Asi najhlavnejšou charakteristikou v tejto oblasti je hnacia sila ísť vpred, pribojnosť, túžba súťažiť a dosiahnuť svoj cieľ – víťazstvo. Pretekári s týmito vlastnosťami vyhľadávajú možnosti trénovať, súťažiť a sú vnútorne motivovaní. Z psychického hľadiska je taktiež veľmi dôležitá budovanie koncentrácie, húževnatosti, psychickej odolnosti (schopnosti prekonávať strach, hlavne vo veľkých vlnách a silnom vetre), vytrvalosti, pribojnosti, samostatnosti a tímovému duchu.

Tieto predpoklady posudzujeme subjektívne na základe hodnotenia trénera – špecialistu.

TECHNICKO – TAKTICKÉ PREDPOKLADY

Tieto sú pravdepodobne najdôležitejšie pri výbere talentov pre jachting a práve tie môžu jachtársky tréneri najlepšie ohodnotiť prostredníctvom subjektívneho hodnotenia.

Pri začatí s jachtingom od 6 rokov, by deti vo veku 7 – 10 rokov mali mať primeranú úroveň v ovládaní lode, 12 roční by mali dobre ovládať základné manévry (akcelerácia, zastavenie, státie, cúvanie, obrat, halza). Známkou talentu v technicko – taktickej oblasti je schopnosť rýchlo sa učiť nové zručnosti!

Často sa stáva, že menej talentovaný pretekár sa v dlhšom časovom období stane lepším ako talentovaný. Poukazuje to na skutočnosť, že talent iba na techniku jazdy nestačí, dôležitý je cit pre vodu a vietor, rozvoj priestorového, strategického a taktického myslenia, vytrvalosť, húževnatosť a cieľavedomosť v príprave i pretekoch.

Talentovaní jednotlivci by nemali mať výrazné medzery v žiadnom z faktorov, v každej oblasti by mali byť aspoň na priemernej úrovni.

ŠPORTOVÁ VÝKONNOSŤ

Veľmi nesprávne je vyberať talenty iba na základe výsledkov na pretekoch, a to predovšetkým v kategórií mladších žiakov. Úspešné výsledky v športe v mladom veku nezaručujú nevyhnutne neskoršie úspechy. Preto hodnotíme účasť na systematickej špeciálnej ako aj všeobecnej príprave a účasť na národných a medzinárodných pretekoch.

4. Etapovitosť

Výber talentov nie je jednorázový proces. Výber sa realizuje v etapách v súlade s etapami dlhodobej športovej prípravy. Napr. v atletike chápeme etapovitosť výberu nasledovne:

1.etapa – výber pre šport – do etapy športovej predprípravy, uskutočňuje sa vo veku 5 – 6 rokov. Na základe subjektívneho posudzovania trénera sa vyberajú deti, ktoré majú predpoklady pre jachting.

2.etapa – výber pre jachting – do etapy základnej športovej prípravy, uskutočňuje sa vo veku 7 – 9 rokov. V druhej etape sa už vyberajú talentovaní jedinci pre jachting. To znamená, že sú to športovci, ktorí dosiahli určitý športový výkon a disponujú takým súborom predpokladov, ktoré poskytujú záruky perspektívneho výkonnostného rastu. Odborný výber v tejto etape vykonávajú športoví odborníci - tréneri, ktorého komplexnosť zabezpečuje objektívne posúdenie všetkých prediktorov a umožňuje ich posúdenie v dialektickej jednote, čo je dôležité z hľadiska kompenzačných možností organizmu pretekára. Komplexný prístup zaručuje ďalej objektívne posúdenie a hodnotenie, možnosť vyslovenia vysoko platných záverov.

3.etapa – výber pre lodnú triedu – do etapy špeciálnej športovej prípravy, uskutočňuje sa vo veku 14 – 15 rokov. Úlohou výberu je v závere obdobia kategórie starších žiakov poskytnúť poradenstvo v orientácii športového zamerania a výberu vyššej lodnej triedy. Podstatným zmyslom tejto etapy výberu je, aby výber športovej špecializácie po ukončení nebol ponechaný náhode, ale aby bol zámerne usmerňovaný v smere predpokladov.

4.etapa – výber pre dosahovanie vrcholového majstrovstva vo vybranej lodnej triede – do etapy vrcholovej športovej prípravy, uskutočňuje sa vo veku 16 – 19 rokov. Táto etapa predstavuje výber jedincov vysokej športovej výkonnosti, a ktorí majú predpoklady dosiahnuť vrcholný športový výkon európskej a svetovej úrovne.

Vyššie opísaná etapovitosť výberu, je charakterizovaná stupňovitosťou – od výberu detí z populácie až po výber vrcholových jachtárov – reprezentantov. Uvedená etapovitosť výberu má svoje špecifiká vzhľadom na jachting a vo svojej hierarchii sa vyznačuje otvorenosťou systému.

RIZIKÁ! „Je potrebné predchádzať nežiaducemu javu – príliš skorá špecializácia, podceňovanie všestranného rozvoja organizmu a osobnosti. Následne dochádza ku skorému fyzickému a psychickému opotrebovaniu organizmu. Skorá akcelerácia výkonnosti dosiahnutá pomocou veľkého množstva tréningových hodín a pretekov môže veľmi negatívne vplyvať na budúci vývoj športovca. Úlohou trénerov preto je, riešiť tieto problémy na odbornej úrovni nielen s pretekármi ale aj rodičmi.“*

Vrcholové úspechy dosahujú predovšetkým takí jednotlivci, ktorí sa v skorom veku venovali všestrannej príprave, s pretekmi a špecializovanou prípravou začali postupne a neuprednostňovali v detstve veľké kvantá jednostrannej prípravy.

ZHRNUTIE ZÁSAD PRI VÝBERE TALENTOV

1. Oblasť výberu talentov je mnohofaktorová a zložitá, pri posudzovaní miery talentu treba postupovať komplexne. Testy telesnej prípravy hrajú iba čiastkovú úlohu.
2. Výsledkom na pretekoch v skorom veku nepripisovať prílišný význam, na ich základe nerobiť predčasné uzávery.
3. Najdôležitejším pri výbere talentov v jachtingu je odborné posúdenie trénerom, ktorý môže najlepšie posúdiť mieru talentu.
4. Otázka dedičnosti – vrodené vlohy a vlastností hrajú dôležitú úlohu, ale aj netalentovaní jednotlivci môžu tvrdým tréningom dosiahnuť dobré výsledky.
5. Pri výbere talentov a práci s nimi treba venovať pozornosť pravidelnému lekárskeму sledovaniu.
6. Talentovaní jednotlivci by nemali mať výrazné medzery v žiadnom z faktorov, v každej oblasti by mali byť aspoň na priemernej úrovni.
7. Optimálny vek pre zahájenie prípravy v jachtingu je 6 rokov.

HODNOTENIE FAKTOROV PRI VÝBERE TALENTOV:

PREDIKTORY – 50%

- Biologické, somatické, psychické, motorické a technicko-taktické predpoklady

**na základe subjektívneho hodnotenia trénera – špecialistu*

KRITÉRIÁ – 50%

- Účasť na min. 6 organizovaných tréningoch na vode a na pravidelnej kondičnej príprave

- Účasť na min. 3 pretekoch SP, Majstrovstvách SR a min. 1 zahraničných pretekoch

Práca s talentovanou mládežou

Ciel: Vychovávať mladých slovenských jachtárov pre vrcholový „Olympijský“ jachting.

Centrum talentovanej mládeže (CTM) predstavuje výberovú tréningovú skupinu, ktorá združuje najtalentovanejších mladých jachtárov do 23 rokov, s najväčším potenciálom pre reprezentačné výbery alebo medzinárodný jachting a to diferencovane na lodné triedy. Základným stavebným kameňom je skvalitňovanie práce v mládežníckom jachtingu.

Jakub Kaňuk