



# Разбор кейса

## Задача:

выбор спорта для девочки 6 лет, которая занималась 2 года художественной гимнастикой, но без особых успехов

👉 Листайте до конца





Чтобы понять ориентировочный рост ребенка в будущем мы измеряли длину тела и использовали таблицы прогноза роста разных авторов. Очень важный показатель для гимнастики, баскетбола, волейбола и др. видов спорта. Рост ребенка сейчас 120 см.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

по результатам обследования потенциальных возможностей

Испытуемый: [REDACTED]

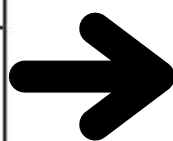
Пол: Ж

Дата рождения: [REDACTED] (Количество лет: 6, месяцев: 3)

Дата тестирования: [REDACTED]

Проведенные исследования позволяют дать следующую оценку предрасположенности обследуемого к занятиям спортом:

Компоненты спортивных способностей	Характеристика спортивных возможностей
1. Особенности телосложения	<p>Прогноз роста: 168,9-171,1 (см)</p> <p>Физическое развитие: Мез...</p> <p>Соотношение длины б...</p>
2. Функциональные	<p>Намного выше возрастн...</p> <p>Выше возрастной норм...</p> <p>на вдохе.</p>
3. Двигательные	<p>Координация: Выше нормы</p> <p>Равновесие: Норма</p> <p>Гибкость: Норма</p> <p>Скорость: Выше нормы</p> <p>Скорость судорог: Выше нормы</p>





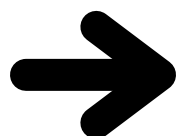
Чтобы определить координационные способности, способности к равновесию, подвижность плечевых суставов и гибкость мышц ног мы проводим тестирования в зале. Равновесие необходимо, например, в фигурном катании, горнолыжном спорте. Подвижность плечевых суставов, например, важна в тяжёлой атлетике, акробатике, гимнастике, плавании.

Этими тестами можно определить базовые качества, которые нужны ребенку для обучения двигательному действию. Если это движение ребенок может сделать даже без тренировки, то он легко освоит задание тренера в зале.

дата тестирования. ██████████

Проведенные исследования позволяют дать следующую оценку предрасположенности обследуемого к занятиям спортом:

Компоненты спортивных способностей	Характеристика спортивных возможностей
1. Особенности телосложения	Прогноз роста: 168,9-171,1 (см) Физическое развитие: Мезосоматический тип – среднее, гармоничное Соотношение ██████████
2. Функциональные	Намного выше нормы Выше возрастной нормы ██████████
3. Двигательные	Координация: Выше нормы Равновесие: Норма Гибкость: Норма Скорость: Выше нормы Скоростно-силовые: Выше нормы Сила: Ниже нормы
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 70% - быстрые/30% - медленные. Имеет склонность к анаэробной работе. Средняя склонность ██████████



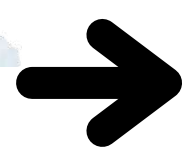


Чтобы понять предрасположен ли ребенок бегать марафон или спринт, мы определяем соотношение мышечных волокон и предрасположенность к типу нагрузки.

Мышечные волокна даны нам генетически: из спринтера нельзя сделать марафонца и наоборот.

Этот показатель имеет значение во всех видах спорта. Каждый спорт - это нагрузка разного типа

спортивных способностей	Характеристика спортивных возможностей
1. Особенности телосложения	Прогноз роста: 168,9-171,1 (см) Физическое развитие: Мезоморфический тип Соотношение
2. Функциональные	Намного Выше во
3. Двигательные	Координация: Выше нормы Равновесие: Норма Гибкость: Норма Скорость: Выше нормы Скоростно-силовые: Выше нормы Сила: Ниже нормы
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 70% - быстрые/30% - медленные. Имеет склонность к анаэробной работе.
5. Психологические	Психомоторная сфера: высокая скорость сенсомоторной реакции при средней точности в реакции выбора; сбалансированный контроль; высокая способность к дифференциации - ухудшена. Способность к оперативной памяти моторная высокая в команде
6. Выводы и рекомендации	По результатам тестирования можно рекомендовать следующие спортивные дисциплины: • Единоборства: фехтование, бокс.





Чтобы определить психологические особенности юного спортсмена мы проводим тестирование на аппарате "Психотест" и используем различные опросники.

Например, скорость реакции очень важный показатель для единоборств и игровых видов спорта. Если он низкий, то реагировать на действия соперника вовремя сложно, даже при наличии хорошей техники. Это также тяжело поддается тренировке.

	Выше возрастной нормы показатели гипоксемической пробы на выдохе и ниже на вдохе.
3. Двигательные	Координация: <b>Выше нормы</b> Равновесие: <b>Норма</b> Гибкость: <b>Норма</b> Скорость: <b>Выше нормы</b> Скоростно-силовые: <b>Выше нормы</b> Сила: <b>Ниже нормы</b>
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 70% - быстрые/30% - медленные. Имеет склонность к анаэробной работе. Средняя склонность мышечной ткани к гипертрофии и скорости прохождения
5. Психологические	Психомоторная сфера: высокая скорость сенсомоторной реакции при средней точности в реакции
6. Выводы и рекомендации	По результатам тестирования можно рекомендовать следующие спортивные дисциплины: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Единоборства: фехтование, бокс.</li> <li>• Игровые виды спорта: хоккей с шайбой, футбол, гандбол, волейбол;</li> <li>• Циклические виды спорта: легкая атлетика, шорт-трек, велоспорт (трек), гребля;</li> <li>• Тяжелая атлетика;</li> <li>• Сложнокоординационные виды спорта: танцевальные виды.</li> </ul>



В конце мы выявляем сильные и слабые стороны ребенка - подводим итоги. Так, например, в данном случае: была высокая скорость реакции, предрасположенность к "быстрой работе". Рост - выше среднего, средняя гибкость и равновесие, а также высокие показатели скорости и скоростно-силовых способностей. Родителям даны подробные комментарии по результатам заключения.

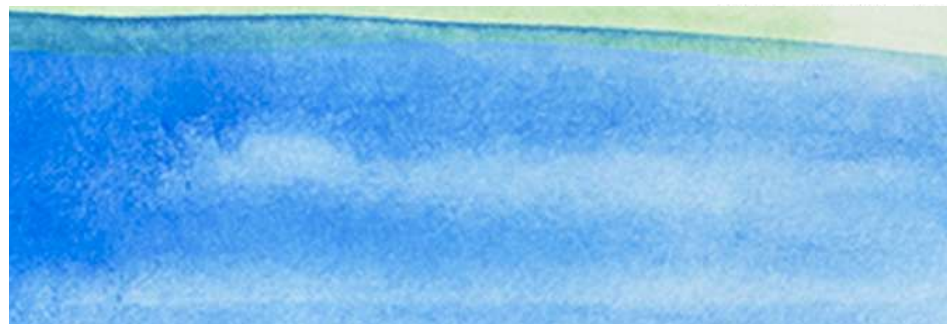
	Выше возрастной нормы показатели гипоксемической пробы на выдохе и ниже на вдохе.
3. Двигательные	Координация: <b>Выше нормы</b> Равновесие: <b>Норма</b> Гибкость: <b>Норма</b> Скорость: <b>Выше нормы</b> Скоростно-силовые: <b>Выше нормы</b> Сила: <b>Ниже нормы</b>
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 70% - быстрые/30% - медленные. Имеет склонность к анаэробной работе. Средняя склонность мышечной ткани к гипертрофии и скорости прохождения
5. Психологические	Психомоторная сфера: высокая скорость сенсомоторной реакции при средней точности в реакции
6. Выводы и рекомендации	По результатам тестирования можно рекомендовать следующие спортивные дисциплины: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Единоборства: фехтование, бокс.</li> <li>• Игровые виды спорта: хоккей с шайбой, футбол, гандбол, волейбол;</li> <li>• Циклические виды спорта: легкая атлетика, шорт-трек, велоспорт (трек), гребля;</li> <li>• Тяжелая атлетика;</li> <li>• Сложнокоординационные виды спорта: танцевальные виды.</li> </ul>

Ведущий научный сотрудник  
медико-биологического сектора

Ведущий научный сотрудник  
педагогического сектора

Ведущий научный сотрудник  
психологического сектора

Зав. Центром



н., доцент

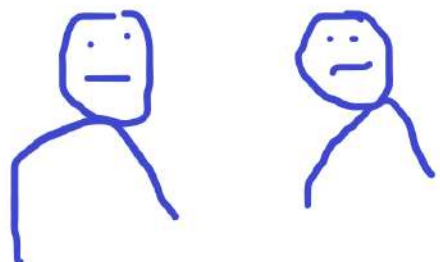
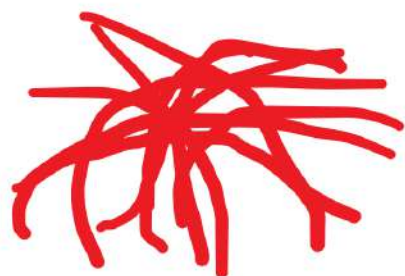
д.п.н., профессор

доцент

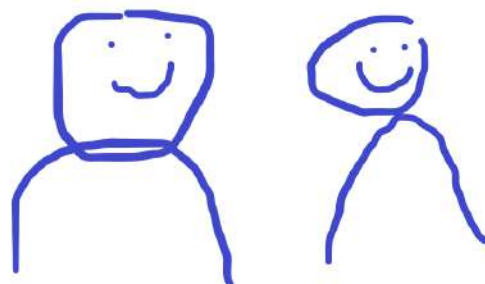
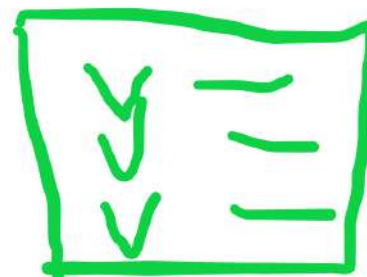
оцент



„До“



„После“



### Результат:

- выявлены сильные и слабые стороны ребенка: понятно где есть перспектива результата, а где нет
- список видов спорта, где у ребенка с большей вероятностью будет получаться лучше, чем у других
- решили попробовать другие виды спорта, где у ребенка получалось бы лучше, было больше положительных эмоций и возрос интерес ребенка к спорту
- наш детский спортивный психолог поделился своим опытом мотивации ребенка 6 лет
- на новый спорт решили отдать в этом году до начала школы, чтобы в сентябре не перегрузить ребенка сразу 2 делами: школой и новой секцией
- стало меньше поводов спорить по поводу выбора вида спорта



Хотите также?))) Звоните: контакты в шапке профиля.