

CATEDRA: TEORIA ȘI METODICA CULTURII FIZICE

**TEORIA ȘI
METODOLOGIA
ANTRENAMENTULUI
SPORTIV**

LECȚIA NR.6

TEMA: COMPETIȚIILE SPORTIVE - NUCLEU STRUCTURAL ȘI FUNCȚIONAL AL SPORTULUI

Clasificația performanțelor sportive

Drept indici de determinare a clasificării tipurilor de realizări pot servi:

- 1) particularitățile obiectului competițiilor și caracterul activității motrice a sportivului;
- 2) numărul de persoane care participă la obținerea rezultatului dat;
- 3) mijlocul de evaluare a rezultatelor;
- 4) durata competițiilor, pe parcursul căreia au fost înregistrate performanțele;
- 5) mijlocul de manifestare a rezultatului;
- 6) proporțiile competițiilor în cadrul cărora au fost demonstrate performanțele;
- 7) nivelul de realizare;
- 8) numirea și domeniul de utilizare;
- 9) caracterul „comportamentului” în timp.

Pornind de la indicii dați putem evidenția 9 tipuri de realizări sportive (figura 2.6.).

ASPECTELE PERFORMANTELOR SPORTIVE

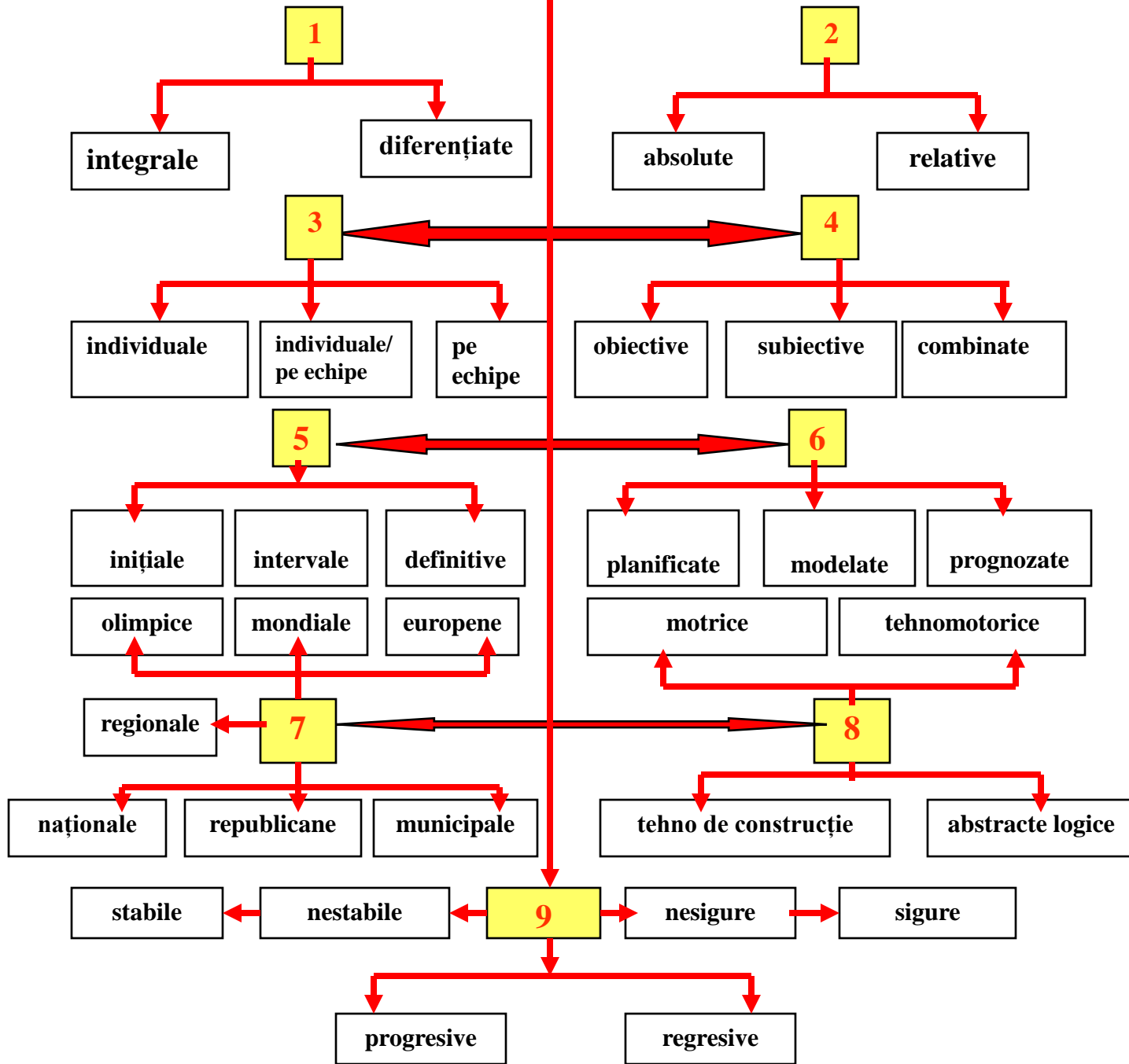


Figura 2.6.
Clasificarea performanțelor sportive

Competițiile sportive pot fi desfășurate în condiții externe relativ stabile (alergare, patinaj, înot) sau condiții variate (schi, ciclism, sport velier ș.a.).

Modificarea profilului traseului și condițiilor competițiilor pot cauza niște cerințe originale față de activitatea competițională, respectiv și față de pregătirea sportivilor.

1. Probe de sport unde rezultatul sportiv este determinat de distanța parcursă de sportiv sau de dispozitivul aruncat de el în spațiu. Acest grup include:

a) probe de sport, la baza cărora se află contracararea forței atracției terestre cu ajutorul deplasării corpului sportivului în spațiu (sărituri în înălțime, în lungime, cu prăjina);

b) probe de sport la baza cărora se află contracararea forței atracției terestre cu ajutorul deplasării dispozitivului în spațiu (aruncarea ciocanului, suliței, discului).

2. Probele de sport în care rezultatul este determinat de greutatea aparatului ridicat sau de numărul de ridicări a aparatelor de o anumită greutate. Din acest grup fac parte:

a) probe de sport la baza cărora se află îndeplinirea exercițiilor atletice cu greutate maximală (exerciții clasice în atletica grea, triatlon de forță);

b) probe de sport pentru care este caracteristică îndeplinirea exercițiului cu o bară cu greutate fixată – un număr maximal (haltere).

3. Probele de sport în care rezultatul sportiv este determinat de un efect final realizat, care, în dependență de acțiuni, poate fi manifestat printr-un număr de puncte acumulate.

Aici se referă:

a) probele de sport ce se caracterizează prin opunerea câtorva sportivi din diferite echipe, precum și probele de sport în care rezultatul sportiv este condiționat de efectul final realizat într-un timp limitat anumit de regulile de joc (fotbal, hochei, baschet, handbal);

b) probele de sport baza cărora o constituie opunerea câtorva sportivi din diferite echipe. Victoria în timpul competițiilor este determinată de efectul final limitat, dar competițiile nu sunt limitate în timp (tenis, tenis de masă, volei).

c) probele de sport pentru care este caracteristică opunerea a doi sportivi.

d) probele de sport în care activitatea motrică este strict limitată de condițiile de atingere a țelului cu ajutorul armei sportive speciale (tragerea cu arcul, cu arma, cu pistolul ș.a.).

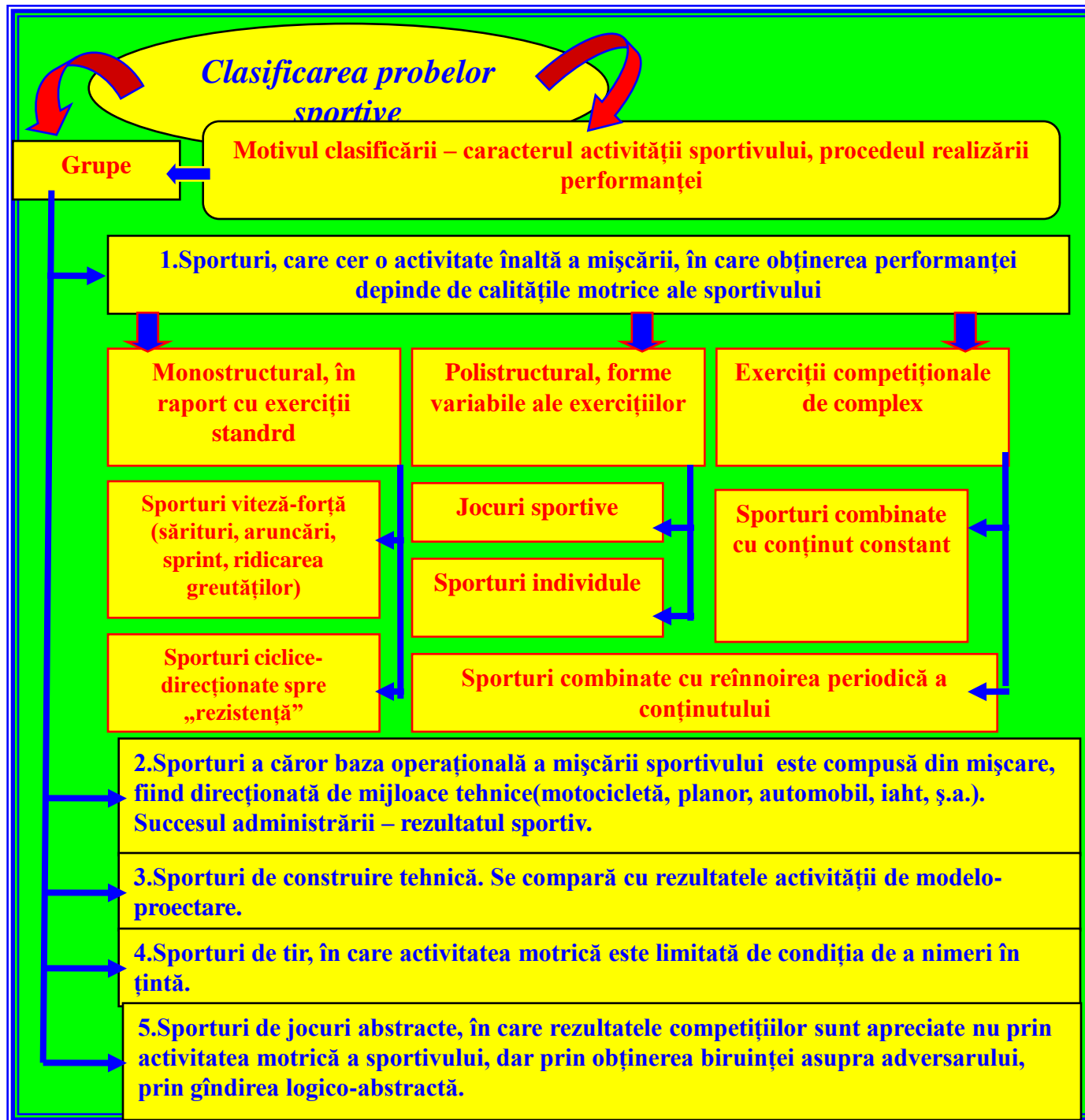


Figura 2.8.
Clasificarea sporturilor

Cea mai răspândită este clasificarea ce reflectă specificul mișcărilor, precum și structura activității de antrenament și competiționale caracteristică pentru diferite probe de sport.

Aceasta clasificare include diferite probe și discipline de sport:

-ciclice – disciplinele atletismului, înotul, canotajul academic, caiac-canoe, ciclismul, patinajul de viteză, schi la viteză;

-de viteză-forță – atletica grea, săriturile și aruncările atletice, săriturile cu schiurile de pe trambulină;

-de coordonare dificilă – gimnastica sportivă și artistică, săriturile în apă, săriturile pe batută, tragerea cu armă, cu arcul, înotul sincron, sportul velier, hipismul, patinajul artistic, fristailul, bobsleiul, schiul montan, sportul cu sănii, snowboardingul, skeletonul;

-lupte – boxul, scrimă, lupta liberă, lupta greco-romană, judoul, taekwondoul;

jocuri sportive – baschetul, badmintonul, baseballul, softbolul, voleiul, handbalul, fotbalul, polo pe apă, hocheiul pe gheață, hocheiul pe iarbă, tenisul de câmp, tenisul de masă, voleiul de plajă, keorlingul;

probe sportive combinate – pentatlonul, decatlonul și heptatlonul athletic, triatlonul, biatlonul.

Clasificarea probelor sportive olimpice

Analizînd programele Jocurilor Olimpice din prima perioadă (1896-1912), am relevat cîteva particularități specifice. Mai întîi de toate, este vorba de o disproporție esențială în timpul competițiilor ce se referă la diferite grupuri de probe sportive. Din analiza efectuată observăm că, în prima perioadă a Jocurilor, mai pe larg au fost prezentate probele de sport ciclice și de coordonare complicată, ce constituiau 60,3% din program. Restul a fost oferit probelor de viteză-forță, luptelor sportive, jocurilor sportive.

Pentru programele Jocurilor Olimpice din prima perioadă este specifică instabilitatea. De exemplu, în 1896, la primele J.O., luptele sportive au fost reprezentate printr-un fel de competiție la lupta clasică și trei tipuri – la scrimă. În 1900, nu s-au desfășurat deloc competiții la luptă și box, pe cînd în timpul J.O. din 1904 și 1908 au fost prezentate 14 tipuri de competiții. A suferit modificări esențiale programul J.O. din 1912: nu s-au desfășurat competiții la box, iar lupta a fost reprezentată doar prin 5 tipuri de competiții.

Încă mai nestabilă a fost situația care s-a creat în cadrul jocurilor sportive. În 1896, în programul J.O. au fost incluse doar competițiile la tenis. Peste 16 ani, în programul J.O. au mai fost incluse probele de fotbal și polo pe apă. La cele de-a II, III, IV Olimpiade (1900-1908), în program au fost incluse cele mai variate jocuri sportive, inclusiv cele relativ răspîndite: leacros (joc de echipă din Kanada cu palete-croșe și minge); polo (joc de echipă – în echipă 4 călăreți cu minge de lemn); je-de-pomme (joc vechi cu mingea, predecesorul tenisului); rachete (varietate a tenisului); rokki (varietate a crochetului); golf, rugby, hochei pe iarbă ș.a. La competițiile organizate la aceste probe participau reprezentanți din 1-3 țări.



Mulțumesc pentru atenție