

## АНАЛІЗ ФАКТОРІВ, ЩО ОБУМОВЛЮЮТЬ СТРУКТУРУ ЕТАПУ ЗБЕРЕЖЕННЯ ДОСЯГНЕНЬ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ

Борис ОЧЕРЕТЬКО

*Національній Університет Фізичного Виховання та Спорту України*

Проблема удосконалення системи багаторічної підготовки не втрачає своєї актуальності протягом усього часу існування спортивної науки. Відображення цієї тенденції можна знайти в наукових працях провідних вчених [1,2,4,5,7]. В даний час фахівцями виділяють п'ять етапів спортивного удосконалення. Етап збереження досягнень, є найменш вивченим місцем у структурі багаторічного спортивної підготовки. Недостатньо вивчена структура підготовки спортсменів на даному етапі і так само причини передчасного завершення спортивної кар'єри спортсменами, які мають можливість продовжувати виступи, що негативно позначається на результатах виступу збірних команд країни на світовій арені [4,6].

Узагальнення і вивчення практичного досвіду підготовки спортсменів, що ведуться на заключних етапах спортивного удосконалення, дозволить визначити шляхи удосконалення системи багаторічної спортивної підготовки.

У зв'язку з вищевикладеним метою нашої роботи було на основі узагальнення досвіду ведучих тренерів і спортсменів, що спеціалізуються в академічному веслуванні, одержати уявлення про структуру етапу збереження досягнень.

### **Методи й організація досліджень**

При вирішенні поставленої мети застосовувалися методи: аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури, опитування експертів, методи математичної статистики.

Експертне опитування проводилося методом анкетування. Експертами виступали спортсмени високого класу, що мають кваліфікацію МСМК, а також тренери, що мають досвід підготовки спортсменів високого класу. Усього в дослідженні взяв участь 21 експерт. Експертам пропонувалося оцінити значимість запропонованих факторів для тривалості етапу збереження досягнень.

### **Результати досліджень та їх обговорення**

На основі вивчення й узагальнення даних наукової і методичної літератури нами було виділено 9 факторів, що на нашу думку, найбільш повно окреслюють структуру й особливості підготовки на заключному етапі спортивного удосконалення.

Аналіз наукової літератури показав, що структура заключного етапу спортивного удосконалення має відмінності в порівнянні з етапом максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Для виявлення переважних сторін підготовленості спортсменів на етапі збереження досягнень ми включили в анкету пункти: "Функціональна підготовленість", "Технічна підготовленість", "Тактична підготовленість", "Психологічна підготовленість".

Стан здоров'я спортсмена впливає на його адаптаційні можливості [8]. Для визначення ступеня впливу даного фактора на тривалість етапу збереження досягнень включений відповідний пункт.

Як і стан здоров'я, на адаптаційні можливості організму впливає обсяг і спрямованість навантажень які переніс спортсмен. Для визначення значимості даного фактора нами були включені такі пункти: "Обсяг і спрямованість тренувальних і

змагальних навантажень на етапі збереження досягнень” і “Обсяг і спрямованість тренувальних і змагальних навантажень на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей”.

Матеріальний стан і освіта - це соціальні фактори, які на думку фахівців мають високу значимість на заключному етапі спортивного удосконалення.

Також експертам пропонувалося доповнити цей перелік своїм фактором, а також просто оцінити ступінь впливу не врахованих нами факторів на тривалість збереження досягнень.

За сумою балів фактори були розставлені в залежності від їх значимості. Перевірка гіпотези про погодженість думок експертів за допомогою коефіцієнта Конкордації показала, що експерти мають однаковий погляд на запропоновану проблему.

Аналіз результатів анкетування показав, що найбільш важливим фактором на етапі збереження досягнень є “Стан здоров’я”.

В даний час загально визнано, що спорт вищих досягнень є сферою людської діяльності, для якої характерні підвищений травматизм, різного роду професійні захворювання, предпатологічні і патологічні стани, що являють загрозу для здоров’я спортсменів, ефективності їх тренувальної і змагальної діяльності.

За даними літератури від 7 до 45% тренувальних занять, від 5 до 35% змагальних спортсмени високого класу змушені пропускати через професійні захворювання і травми [8]. Виходячи з цього, стан здоров’я повинен бути головним критерієм при визначенні перспектив спортсмена в збереженні високих результатів.

На друге і третє місця експерти поставили фактори “Функціональна підготовленість”, “Технічна підготовленість”. Високі місця цих факторів обумовлені тим, що на етапі збереження досягнень можуть знаходитись спортсмени, які зуміють зберегти високий рівень функціональної і технічної підготовленості.

На п’яте місце експерти поставили фактор “Обсяг і спрямованість тренувальних і змагальних навантажень на етапі збереження досягнень”. Аналіз літератури про підготовку спортсменів на різних етапах спортивного удосконалення показав, що з обсягом і спрямованістю навантажень етап збереження досягнень кардинально відрізняється від етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей [3,4]. Без кардинальних змін у системі підготовки спортсменів неможливі підтримка і збереження досягнутих результатів.

Шосте місце займає фактор “Психологічна підготовленість”.

Сьоме місце займає фактор “Обсяг і спрямованості тренувальних і змагальних навантажень на етапах максимальної реалізації індивідуальних можливостей”. Від цього фактора прямо залежить резерв організму спортсмена, що дозволяє зберігати досягнутий результат. Отже, при заключному доборі необхідно звертати увагу на особливості становлення спортивної майстерності.

Далі розташувалися фактори: “Матеріальний стан” (8 місце), “Тактична підготовленість” (9 місце), “Освіта” (10 місце).

Фактори “Матеріальний стан” і “Освіта” прямо не впливають на спортивний результат, однак їх облік дозволить створити умови для тривалого збереження високих спортивних результатів.

Передостаннє місце фактора “Тактична підготовленість” пов’язане з тим, що в академічному веслуванні найбільш раціональним тактичним варіантом є рівномірне подолання дистанції. Ця особливість виду спорту виключає тактичну боротьбу на

дистанції, а перевагу мають спортсмени з високим рівнем функціональної і технічної підготовленості, що підтверджується другим і третім місцями відповідних факторів у нашому опитуванні.

На четвертому місці виявився пункт із формулюванням "Інший фактор". Це говорить про те, що є ряд важливих факторів, які не ввійшли в наше опитування, однак мають сильний вплив на тривалість етапу збереження досягнень. Експерти виділили наступні фактори: "Родина", "Мотивація спортсмена", "Тренер", "Фінансування підготовки". Підтримка рідних та близьких спортсмена має важливе значення для продовження кар'єри спортсмена.

Мотивація - це одна із важливих характеристик особистості спортсмена. Збереження мотивації до занять спортом є однією з головних умов збереження високого спортивного результату. Професійні та людські якості тренера, на нашу думку, можуть мати вирішальне значення при прийнятті спортсменом рішення продовжувати виступи. Застосування тренером неадекватних засобів і методів тренування може привести до зниження працездатності спортсмена, погіршенню здоров'я, втрати результату. Достатнє фінансування підготовки також має вплив на термін збереження спортсменами високих спортивних результатів. Однак це не пов'язано з матеріальними потребами спортсменів, так як фактор "Матеріальний стан" займає лише восьме місце.

**Висновки.** Аналіз експертного опитування показав, що найбільш важливим фактором для збереження високого спортивного результату є стан здоров'я спортсменів.

Технологія становлення та збереження спортивної форми накладає відбиток на функціональний потенціал спортсменів, без якого неможливе збереження високих результатів.

Кваліфікація тренера, підтримка близьких, збереження мотивації мають також великий вплив на успішність етапу збереження досягнень.

Подальший аналіз одержаних даних дозволить отримати більш детальну картину підготовленості спортсменів на заключному етапі багаторічної підготовки.

## Література

1. Лещенко В.Е. К построению многолетней тренировки высококвалифицированных спортсменов // Теория и практика физ.культуры - 1997 — № 2 — С. 21-22.
2. Митсеев Л.П. К дискуссии о теории спортивной тренировки // Теория и практика физ. культуры. - 1998 — № 7 -С. 55-61.
3. Мищенко В. С. Функциональные возможности спортсменов. - К.: Здоров'я, 1990. - 192с.
4. Ткаченко В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте — К.: Олимпийская литература, 1997. — 584 с.
5. Фален В.П. Спортивная подготовка как многолетний процесс // Современная система спортивной подготовки — М.: СААМ, 1995 — С. 351-389.
6. Шандрук О.А. Кулыба В. Отбор спортсменов на заключительном этапе многолетней подготовки — этапе сохранения достижений. // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблема здоров'я рекреації, спортивної медицини ат реабілітації. Тези доповідей IV Міжнародного наукового конгресу. Київ 2000, с. 148.

7. Юшкевич Т.П. *Научно-методические основы системы многолетней тренировки в скоростно-силовых видах спорта циклического характера: Автореф. дисс. д-ра пед. наук* — Москва -1991.
8. Медик В. А., Юрьев В. К. *Состояние здоровья, условия и образ жизни советских спортсменов.* — М.: Медицина, 2001. — 144 с.

## ANALYSIS OF THE FACTORS WHICH INTEGRATE STRUCTURE OF FINAL STAGE OF ATHLETIC PERFECTION IN ROWING

Boris OCHERETKO

*National university of physical education and sports of Ukraine*

Annotation. In article is considered the frame of final stage of sports perfecting.

## МОДЕЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ СТРІЛЬБИ У ОЛІМПІЙСЬКІЙ ВПРАВІ “РУХОМА МІШЕНЬ”

Євген ПАВЛЮК, Оксана ПАВЛЮК

*Львівський державний інститут фізичної культури  
Технологічний університет Поділля (м. Хмельницький)*

**Актуальність.** Зростання конкуренції на світовій стрілецько-спортивній арені вимагає удосконалення техніко-тактичної майстерності стрільців. Зокрема, олімпійській вправі ГП-12 у фазі завершення руху мішеней спостерігається парадоксальна фаза, в якій прицільний постріл вже не дає спортивного результату, куля влучає в укриття мішеней і такий постріл зараховується як промах згідно правил змагань. У спортивній практиці це трапляється на тренуваннях і змаганнях, навіть чемпіонатах світу. Таке несподіване явище промаху під час правильного прицілювання є парадоксом завершальної фази прицільної поведки зброї у спортивній стрільбі рухомих мішенях, бо не відповідає звичайним уявленням про виконання техніко-тактичних дій стрільця [1].

Однак, у процесі підготовки стрільців недостатньо використовуються моделі характеристик змагальної діяльності. Вказані невідповідності і виявлені протиріччя також нові запити практики характеризують проблемну ситуацію, у якій ефективні моделі техніко-тактичної підготовки стрільців-спортсменів не повністю відповідають зростаючому рівню передових технологій [2]. Отже, у галузі стрілецько-спортивної діяльності об'єктивно існують проблеми науково-методичного забезпечення техніко-тактичної підготовки стрільців-спортсменів з використанням модельних характеристик.

**Останні дослідження і публікації,** в яких започатковано розв'язання даної проблеми є “Проблеми підвищення якості стрілецько-спортивної підготовки” (Науковий звіт, № Держреєстрації 01.95.4000345, Львів, 1995.-39с.).