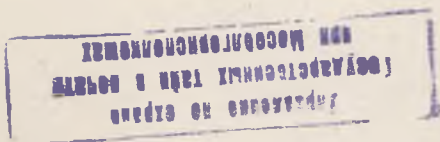


ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Для служебного пользования

Экз. № 300



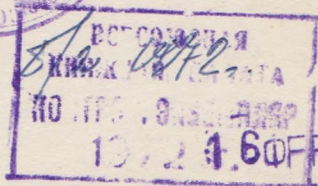
СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНОВ ВЫСШИХ РАЗРЯДОВ

(по результатам исследования
на У Спартакиаде народов СССР)



В свет

А. Ю. Шеремет



1972

Москва 1972

ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНОВ ВЫСШИХ РАЗЯДОВ

(по результатам исследования
на V Спартакиаде народов СССР)

Москва 1972

Тираж 300 Зак. № 8

Офсетное пр-во ВНИИФКа

ВВЕДЕНИЕ

Спартакиады народов СССР являются подлинным смотром советского физкультурного движения. В финалах спартакиад принимает участие весь цвет советского спорта.

Финалы спартакиад это не только яркая демонстрация достижений советского спорта, но и обширное поле деятельности для научных поисков, анализа, обобщений.

В последние годы на спартакиадах народов СССР и на всесоюзных спартакиадах школьников регулярно проводятся социально-демографические исследования, широкая программа которых позволяет дать социальную характеристику элите советского спорта — спортсменам высших разрядов, изучить их некоторые личностные свойства, найти научный подход к решению многих вопросов подготовки спортсменов высших разрядов.

Излагаемые результаты сравнительного анализа подготовки спортсменов высших разрядов основываются на материалах исследования, проведенного на У Спартакиаде народов СССР. В работе использовались также материалы обследований участников предыдущих спартакиад.

Всего было обследовано около 17 тыс. спортсменов высшей квалификации (12 тыс. участников спартакиад народов СССР и 5 тыс. участников всесоюзных спартакиад школьников).

В исследовании применялись методы анкетирования, интервью, изучения документации и статис-

тического анализа. Сопоставление результатов исследований, проводимых на протяжении длительного периода времени, позволяет проследить динамику показателей исследуемых явлений.

Исследование проводилось сектором прогнозирования и планирования физической культуры и спорта ВНИИФКа совместно с Главным управлением физического воспитания населения и отделом пропаганды Спорткомитета СССР. В нем принимали участие: профессор Кукушкин Г.И., канд. пед. наук Переверзин И.И., Кутепов М.Е., Веселов В.Ф., Жукова Н.Х., Травкина Р.Н., Кочеткова Н.И., Лутченкова Н.В., Малинин А.Б., Шукина Т.С., Утехина Ю.Г. и др.

Материалы обрабатывались в отделе вычислительной техники ВНИИФКа. Большую помощь в проведении исследования оказала Главная судейская коллегия У Спартакиады народов СССР.

СОЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСШИХ РАЗЯДОВ

Одной из важнейших предпосылок достижения высших спортивных результатов, в основе которых лежит применение высоких тренировочных нагрузок, является наличие у спортсменов готовности к их применению, наличия развитой системы мотивов спортивной деятельности. Ибо единство сознания и поведения человека — одно из коренных условий всей практической деятельности человека, включая и такой ее специфический вид, как спортивное совершенствование. С этой точки зрения небезынтересно сопоставить оценку спортсменами возможностей роста своих спортивных результатов, их готовности

применить для этого нагрузки повышенного объема и интенсивности, желая достичь более высокие спортивные результаты.

Вот как выглядят эти результаты у легкоатлетов (данные в процентах к числу опрошенных):

	РСФСР	Москва	Украина	Латвия
Считают возможным дальнейший рост своих спортивных результатов	$\frac{96,6^*}{100,0}$	$\frac{97,8}{89,4}$	$\frac{90,5}{100,0}$	$\frac{88,4}{92,3}$
Имеют желание стать рекордсменами, чемпионами	$\frac{69,4}{50,0}$	$\frac{58,6}{36,84}$	$\frac{80,0}{18,18}$	$\frac{26,92}{50,0}$
Готовы применить для этой цели тренировки повышенного объема и интенсивности	$\frac{91,3}{93,3}$	$\frac{97,8}{84,2}$	$\frac{90,5}{81,8}$	$\frac{65,3}{92,3}$

* В числителе представлены данные, характеризующие ответы мужчин, в знаменателе — женщин.

Данные показывают, что большинство участников спартакиады считают возможным дальнейший рост своих спортивных достижений, однако значительная их часть (около 30%) к этому относится пассивно и равнодушно. У них нет желаний и стремления совершенствовать свое спортивное мастерство, овладеть его вершинами.

Побудительной силой всякой человеческой активности, в том числе и спортивной деятельности, — как в процессе спортивных соревнований, так и в период подготовки к ним — являются мотивы. Они

составляют совокупность внутренних социально-психологических условий, вызывающих, направляющих действия и поступки спортсменов и управляющих ими. Изучение мотивов спортивной деятельности дает возможность научно предвидеть ход и результаты спортивного совершенствования и управлять ими.

Исследование показывает, что высший спорт как важное социальное явление современной действительности оказывает большое стимулирующее воздействие на широкие слои советской молодежи, порождает у нее социально значимые мотивы спортивной деятельности. В их основе лежат высокие цели и идеалы — желание достойно защищать советский спорт на международной арене, защищать честь своей республики, добровольного спортивного общества, ведомства, спортивной команды. Вот как выглядит, например, структура мотивов по некоторым, наиболее распространенным олимпийским видам спорта (см. табл. 1).

Нельзя не заметить, что довольно высока и значимость таких мотивов, как стремление попасть в заграничную поездку, наличие возможности в связи с высокими спортивными результатами совершать путешествия по своей стране.

Достижение высоких спортивных результатов доступно только тем спортсменам, которые мобилизуют весь арсенал своих не только физических, но и интеллектуальных способностей и знаний. Наши лучшие спортсмены — участники финала — активно используют свои творческие способности и знания в процессе спортивной подготовки. Многие из них умеют планировать свою тренировку в годичном цикле (70% мужчин и 40% женщин), тренируются по планам, составленным тренерами с их участием (50% мужчин и 30% женщин), широко используя при этом опыт ведущих советских (около 75%) и зарубежных (около 40%) спортсменов.

Таблица I

Мотивы спортивной деятельности	Легкая атлетика		Плавание		Современное пятиборье	Стрелковый спорт		Тяжелая атлетика	Гимнастика
	М	Ж	М	Ж	М	М	Ж	М	Ж
Хотят стать чемпионами, рекордсменами	45,6	31,6	49,2	40,6	67,3	45,2	66,7	41,6	22,2
Хотят достойно защищать честь своей республики, ДСО, команды на спортивных соревнованиях	58,7	66,3	53,9	67,2	63,2	68,7	33,3	68,8	77,8
Хотят достойно защищать честь советского спорта на международных соревнованиях	47,0	37,8	41,6	43,7	38,8	47,8	33,3	49,6	31,9
Хотят добиться превосходства над другими в спортивных соревнованиях	43,9	31,6	41,6	34,4	32,6	36,5	0,0	51,2	37,5
Хотят добиться спортивных результатов европейского и мирового значения	47,5	35,2	52,3	32,8	40,8	37,4	33,3	43,2	25,0
Имеют желание в связи с высокими спортивными результатами получить возможность путешествовать по своей стране и по зарубежным странам (с познавательной целью)	40,1	28,6	46,1	28,1	38,8	32,1	0,0	38,4	30,6
Стремятся попасть в заграничную поездку	28,6	19,9	36,9	18,7	22,4	22,6	33,3	30,4	30,6

Большую роль в процессе совершенствования мастерства спортсменов играют средства массовой пропаганды, агитации и коммуникации — газеты, журналы, книги, спортивные радио- и телевизионные программы и т.п.

Данные, полученные в результате изучения содержательной структуры интересов участников спартакиады к некоторым из перечисленных средств, показывают, например, что около 50% финалистов спартакиады (52% мужчин и 40-43% женщин) читают спортивные книги с целью повышения своих специальных знаний и считают, что эти знания помогают им в процессе тренировки и способствуют повышению их спортивного мастерства.

Исследование показывает, что в целом социально-психологическое состояние большинства финалистов спартакиады складывается благоприятно для дальнейшего роста их спортивных результатов, для комплектования сборных команд страны, способных защищать честь советского спорта на международной спортивной арене. Вместе с тем значительная часть финалистов в этом отношении бесперспективна.

В процессе дальнейшей работы со спортсменами нужно стремиться создавать такие условия, в которых могут проявляться выявленные мотивы, вести систематическую работу по формированию благородных, социально ценных мотивов и интересов, а также устранять причины и условия, вызывающие меркантильные, корыстные и другие недостойные советского человека побуждения и поступки. Вместе с тем нельзя недооценивать роль материальных стимулов и связанных с ними мотивов для дальнейшего роста спортивных результатов.

АНАЛИЗ И ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ ВЕДУЩИХ СПОРТСМЕНОВ

Среди многих факторов, влияющих на темпы роста спортивного мастерства и результаты спортсменов, определяющее значение имеют тренировочные нагрузки. Установлено, что при одинаковой одаренности результаты быстрее растут у тех спортсменов, которые тренируются чаще, с большим объемом нагрузок и более интенсивно. Спортсмены, применяющие наиболее высокие тренировочные нагрузки, добиваются, как правило, выдающихся результатов. Зарубежные исследования (ГДР) показывают, что спортсмены, имеющие лучшие результаты, тренируются чаще, чем те, у которых они хуже. Большой интерес с этой точки зрения представляют данные, приведенные в таблице 2, с одной стороны, о распределении команд республик в порядке занятых мест на V Спартакиаде народов СССР, и с другой — о количестве тренировок в недельном и годовом циклах.

Из таблицы видно, что существует очень тесная взаимосвязь между результатами выступлений команд на спартакиаде, частотой тренировок в неделю и длительностью годового тренировочного цикла спортсменов, входящих в состав этих команд.

Характерно, что около 80% спортсменов из состава команд, занимающих места в верхней части турнирной таблицы, тренируется 5-6 раз в неделю, а длительность их годового тренировочного цикла составляет 10 и более месяцев. В то же время спортсмены команд, замыкающих турнирную таблицу, тренируются всего 4-5 раз в неделю и более 50% участников этих команд в течение года

Таблица 2

Места	Республики	Количество тренировок в неделю (дни)					Тренируются в течение года (месяцев)			
		два	три	четыре	пять	ежедневно	до 6	6-8	9-10	10 и более
1	РСФСР (обл., края, АССР)	0,70 ^х	1,40	7,48	48,60	41,59	1,40	3,97	22,43	71,50
2	РСФСР (Москва)	0,62	3,74	14,02	45,79	35,51	2,80	4,98	21,18	70,72
3	Украинская ССР	0,37	3,70	9,26	51,48	34,81	2,59	5,19	23,70	68,52
4	Белорусская ССР	0,96	3,51	6,07	56,87	32,27	1,92	7,35	28,43	61,98
5	РСФСР (Ленинград)	0,68	9,49	17,29	37,63	35,25	2,03	5,08	29,49	63,73
6	Грузинская ССР	0,40	5,14	13,83	46,64	33,20	4,74	7,51	28,85	58,10
7	Казахская ССР	1,85	5,54	10,77	49,85	31,38	4,92	6,15	24,62	62,77
8	Латвийская ССР	2,54	7,63	13,56	37,71	38,14	5,93	3,81	23,51	66,53
9	Эстонская ССР	1,72	4,31	16,56	55,17	21,98	0,43	6,90	28,45	64,22
10	Литовская ССР	2,05	9,93	13,01	52,40	22,26	6,16	8,90	37,33	47,60
11	Узбекская ССР	1,22	5,69	20,33	48,37	24,39	4,88	7,32	37,40	49,19
12	Армянская ССР	0,78	11,65	14,73	41,09	31,01	6,98	12,40	30,23	50,39
13	Азербайджанская ССР	1,16	4,26	17,44	48,06	28,68	1,16	9,30	32,17	55,81
14	Молдавская ССР	1,30	6,96	10,43	52,17	28,26	4,35	9,57	34,35	51,74
15	Киргизская ССР	1,49	7,46	21,64	45,52	23,88	5,22	3,73	30,60	60,45
16	Таджикская ССР	1,22	6,71	17,68	45,12	29,27	6,71	8,54	33,54	50,00
17	Туркменская ССР	0,62	9,32	21,74	55,90	11,18	11,80	14,91	40,37	31,06

х) Данные приводятся в % к общему числу участников команды.

тренируются менее 10 месяцев. По существу круглогодичный тренировочный цикл их тренировок нарушен.

Данные 1У Спартакиады народов СССР свидетельствуют, что существует аналогичная зависимость между результатами выступления команд на спартакиаде и частотой участия спортсменов этих команд в спортивных соревнованиях.

Одним из принципов советской системы спортивной тренировки является принцип сознательности. Его реализация в практике работы со спортсменами высших разрядов предполагает глубокое знание спортсменами техники избранного вида спорта.

В исследованиях, проведенных на П и 1У Спартакиадах народов СССР, было выявлено, что примерно каждый четвертый участник плохо знал технику и методику тренировки своего вида спорта.

Анализ результатов исследования, проведенного на У Спартакиаде народов СССР, показывает, что подавляющее большинство участников знакомы с техникой и методикой тренировки своего вида спорта. В таблице 3 приводятся данные, характеризующие уровень их знания о технике и системе тренировки ведущих советских и зарубежных спортсменов и о том, как они используют их опыт в личной тренировке. Участники У Спартакиады намного "грамотнее" своих предшественников. Около 80% из них знакомы с техникой ведущих советских спортсменов и около 40% (в среднем) — с техникой ведущих зарубежных спортсменов. У женщин эти показатели ниже, чем у мужчин. Интересно отметить, что показатели знаний в области системы тренировки лучших советских и зарубежных спортсменов значительно ниже показателей о технике этих видов спорта. Финалисты спартакиады активно используют полученные знания и опыт ведущих советских (около 75%) и зарубежных (около 40%) спортсменов в процессе своей спортивной тренировки и в соревнованиях.

Таблица 3

Виды спорта	Знают технику ведущих спортсменов				Знают систему тренировки ведущих спортсменов				используют эти знания в своей практике			
	СССР		мире		СССР		мире		СССР		мире	
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж
Баскетбол	93,68 ^x	82,13	58,62	47,18	75,06	81,8	37,83	15,73	77,01	64,04	37,36	23,03
Волейбол	86,78	89,94	54,02	48,11	70,11	87,48	38,78	31,36	68,54	71,01	37,93	34,91
Гимнастика спортивная	88,36	87,5	69,15	54,17	90,43	81,94	88,57	34,72	82,88	81,94	52,13	34,72
Гребля на байдарках и каноэ	93,01	89,19	62,94	32,43	83,92	88,48	30,07	18,92	81,12	56,76	30,77	13,51
Конный спорт	85,34	90,0	33,62	20,0	75,86	80,0	20,69	10,07	78,45	80,0	26,72	10,0
Легкая атлетика	90,45	90,82	70,17	54,59	85,44	87,35	58,23	39,80	76,13	68,88	51,51	36,73
Парусный спорт	82,86	34,29	34,29	-	62,88	-	17,14	-	68,57	-	17,14	-
Плавание	93,65	90,63	81,54	58,38	86,15	71,88	75,38	51,56	78,46	59,38	60,00	35,94
Прыжки в воду	93,18	96,77	77,27	61,29	81,02	77,42	43,18	32,26	72,73	77,42	43,18	32,26
Ручной мяч	89,70	87,07	69,70	45,58	70,91	55,1	47,27	23,81	84,24	66,67	52,73	25,17
Современное пятиборье	95,92	-	83,67	-	89,80	-	63,27	-	85,71	-	67,35	-
Стрельба из лука	92,86	89,09	32,14	36,36	64,29	49,09	12,50	16,36	66,07	58,18	7,14	10,91
Стрельба пулевая	88,70	66,67	39,13	33,33	84,48	33,33	26,96	33,33	79,13	33,33	23,48	0,0
Стрельба стендовая	94,29	-	50,00	-	65,71	-	24,29	-	78,57	-	30,00	-
Тяжелая атлетика	90,40	-	75,20	-	78,20	-	55,20	-	76,00	-	47,20	-
Фехтование	96,26	92,73	42,78	25,45	87,17	81,82	30,48	21,82	63,96	89,09	31,02	16,36

x) Данные приводятся в % к числу участников.

Процесс овладения специальными знаниями определяется рядом факторов. Изучение данных исследования о практике использования спортсменами различных источников спортивной информации для обогащения знаний показывает, что большинство из них используют не отдельные источники, а целую систему источников информации – газеты, радио, телевидение, журналы, книги, семинары и т.п. Содержательную информацию спортсмены получают также от тренеров, учителей, преподавателей, друзей и т.д. И что очень важно, получая обширный круг информации из разных источников, спортсмены творчески, критически и избирательно отбирают лучшее и необходимое, сопоставляя ценность содержания информации, поступающей из разных источников.

Сравнительная значимость различных источников спортивной информации для участников финала Спартакиады народов СССР представлена в таблице 4. Повышение общего уровня грамотности спортсменов, научно-технический прогресс, бурное развитие средств массовой пропаганды, информации и коммуникации существенно повысило роль массового идеологического воздействия на процесс самоусовершенствования личности спортсменов, на процесс становления их спортивного мастерства.

И хотя средства массовой коммуникации играют большую роль в процессе подготовки спортсменов высокого класса, их возможности далеко не исчерпаны. Так, например, около 30% участников спартакиады не устраивает содержание и сроки издания спортивной литературы. Она выходит с большим опозданием, доходит до потребителя не своевременно и информация, которая публикуется в ней, теряет ценность.

В связи с ростом общей и особенно специальной грамотности спортсменов, их большим практи-

С.И.И.

Таблица 4

Виды спорта	Источники информации									
	газеты	телевидение	радио	журналы	трениер	книги	товарищи, друзья	преподаватель, учитель	семинары	другие источники
Легкая атлетика	10 ^{6х}	$\frac{4}{8}$	$\frac{3}{7}$	$\frac{7}{9}$	$\frac{5}{6}$	$\frac{2}{5}$	$\frac{1}{4}$	$\frac{9}{5}$	$\frac{10}{2}$	$\frac{8}{1}$
Гимнастика	$\frac{2}{1-2}$	$\frac{1}{1-2}$	$\frac{6}{5}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{5}{6}$	$\frac{8}{7}$	$\frac{9}{8}$	$\frac{7}{4}$	$\frac{10}{10}$
Волейбол	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{2}$	$\frac{2}{4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{9}{8}$	$\frac{8}{7}$	$\frac{10}{9}$	$\frac{7}{10}$
Баскетбол	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{3-4}{3-4}$	$\frac{3}{3-4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{8}{7}$	$\frac{9}{4}$	$\frac{9}{8}$	$\frac{10}{10}$
Прыжки в воду	$\frac{2}{1}$	$\frac{4}{2}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{5}{4}$	$\frac{1}{5}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{8}{7}$	$\frac{7}{9}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{10}{-}$
Ручной мяч	$\frac{1}{1}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{2}$	$\frac{3}{5}$	$\frac{5}{4}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{10}{10}$
Фехтование	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{3}$	$\frac{3-4}{2}$	$\frac{3-4}{5}$	$\frac{5}{4}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{8}{7}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{7}{8}$	$\frac{10}{-}$
Гребля на байдарках и каноэ	$\frac{1}{1}$	$\frac{5}{4}$	$\frac{3}{2}$	$\frac{2}{6}$	$\frac{4}{3}$	$\frac{6}{5}$	$\frac{7}{8}$	$\frac{8}{9}$	$\frac{9}{7}$	$\frac{-}{-}$
Стрельба из лука	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{4}$	$\frac{4}{2}$	$\frac{5-6}{6}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{5-6}{7}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{7}{5}$	$\frac{-}{-}$
Стрельба пулевая	$\frac{1}{1}$	$\frac{3}{4}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{7}{5-6}$	$\frac{5-6}{5-6}$	$\frac{9}{8}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{10}{10}$
Велотренинг	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{10}{10}$
Борьба вольная	$\frac{1}{1}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{10}{10}$
Самбо	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{10}{10}$
Современное пятиборье	$\frac{1}{1}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{-}{-}$
Водное поло	$\frac{1}{1}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{9}{9}$	$\frac{8}{8}$	$\frac{-}{-}$
Бокс	$\frac{1}{1}$	$\frac{3}{3}$	$\frac{4}{4}$	$\frac{5}{5}$	$\frac{6}{6}$	$\frac{2}{2}$	$\frac{7}{7}$	$\frac{8-9}{8-9}$	$\frac{8-9}{8-9}$	$\frac{-}{-}$

х) В числителе представлены данные, характеризующие оценку разных источников информации мужчинами, а в знаменателе - женщинами.

С.И.И.

ческим опытом в области спорта задачи и роль тренера в процессе подготовки спортсменов высокого класса значительно усложняются. Известны высказывания некоторых выдающихся спортсменов о том, что в достижении высших спортивных результатов решающая роль принадлежит не тренерам, а спортсменам. Например, К. Феркерк заявил: "Я считаю, что успех спортсмена на 90% зависит от него самого. Умение сконцентрироваться, войти в форму, верить в собственные силы - кому как не спортсмену самому думать об этом". (Бестебертье Г. "Феркерк рассказывает". М., ФиС, 1971, стр. 19).

В полной мере согласиться с таким заявлением нельзя. Успех спортсмена зависит и от квалификации тренера, и от подготовленности самого спортсмена. На основании данных таблицы 4 можно сделать вывод о низкой информативности тренеров, работающих с финалистами спартакиады: среди других источников спортивной информации они устойчиво занимают пятое место. Значительное снижение роли тренеров в процессе совершенствования спортивного мастерства спортсменов высокого класса подтверждается и другими фактами.

Всем участникам спартакиады было предложено высказать свои предложения по улучшению подготовки спортсменов высокой квалификации. Поступило от них более тридцати видов различных предложений и пожеланий и среди них двенадцатым было предложение - "Повысить специальную квалификацию тренеров". Уместно отметить, что финалисты спартакиады на первое место выдвинули предложение об "увеличении выпуска и улучшении качества специальных периодических изданий по видам спорта (газет, журналов, бюллетеней и т.д.)". Ряд участников спартакиады считает необходимым обратить внимание на улучшение взаимоотношений тренеров и спортсменов.

Результаты исследования дают основания сделать вывод о необходимости осуществления мер по повышению квалификации тренерских кадров.

В формировании мастерства спортсмена значительную роль играет своевременное перспективное планирование тренировочного процесса.

Материалы исследований IУ Спартакиады народов СССР свидетельствуют о том, что в сборных командах республик слабо внедряется прогрессивный опыт организации тренировочного процесса. 34,2% участников спартакиады не имеют даже годового плана. Процент имеющих перспективные планы среди спортсменов (школьников и взрослых) невелик — соответственно 7,6% и 13,4%. Среди членов олимпийских команд ДСО и ведомств он составляет только 78,5%. Самый высокий процент не имеющих годовых планов приходится на спортсменов таких видов спорта, как гребля академическая, гребля на байдарках и каноэ, бокс, водное поло, волейбол, стрельба пулевая.

Не все обстоит благополучно и с учетом тренировочной работы. Ведение дневника тренировок позволяет не только учитывать нагрузки, контролировать выполнение плана, но и помогает спортсмену более сознательно, осмысленно подходить к тренировочному процессу. Однако только 37,4% участников спартакиады ведут регулярно дневники (у членов олимпийских команд — 41,1%); не ведут дневники 24,5% спортсменов и 15,0% олимпийцев.

Важным элементом системы подготовки ведущих спортсменов к крупнейшим всесоюзным и международным соревнованиям является форма организации тренировки на этапе непосредственной подготовки. Она в значительной мере определяет возможности реализации принципов спортивной тренировки на этом этапе подготовки и успешного выступления спортсмена на соревнованиях.

В процессе исследования было выяснено мнение участников финальных соревнований У Спартакиады народов СССР об эффективности различных форм организации учебно-тренировочного процесса на этапе непосредственной подготовки с спортсменов к крупнейшим всесоюзным и международным соревнованиям. Мужчины в большинстве случаев отдают предпочтение контрольным непродолжительным сборам. Из 19 обследованных нами видов спорта в 11-эта форма подготовки у мужчин получила большинство в легкой атлетике, гимнастике, велоспорте (трек и шоссе), водном поло, гребле на байдарке и каноэ, плавании, прыжках в воду, современном пятиборье, стендовой стрельбе, тяжелой атлетике. Мнение игроков по ручному мячу разделилось - 50% игроков отдали предпочтение контрольным сборам, а 50% - централизованным сборам.

Боксеры, борцы самбисты, волейболисты, гандболисты и конники считают целесообразным на последнем этапе подготовки к ответственным соревнованиям проведение централизованных, продолжительных сборов. Свое мнение они обосновывают тем, что подготовка борцов и боксеров в этот период связана с необходимостью иметь сильных спарринг-партнеров, а в конном спорте - оборудованных мест занятий, так как на местах они таких условий не имеют.

Пребывание на централизованных сборах дает возможность спортсменам уделять тренировкам больше времени, чем в обычных условиях. По мнению некоторых спортсменов, на этих сборах выше и культура тренировок. Однако мужчины-спортсмены, проходя подготовку на централизованных сборах, психологически тяжело переносят длительную разлуку с семьей, отрыв от коллектива и тренера, они лишены также привычного уклада жизни и т.д. Иногда, как отмечают участники спартакиады, все это неблагоприятно влияет на семейные отношения, а также на учебу.

Очень важную роль в подготовке спортсменов играют места тренировочных занятий. Подготовка спортсменов осуществляется на специализированных спортивных базах и на обычных спортивных сооружениях. Анализ материалов обследования участников финальных соревнований свидетельствует, что их подготовка проводится преимущественно на обычных и к тому же еще иногда и на плохо оборудованных спортивных сооружениях. Это в значительной мере сдерживает темпы роста спортивных результатов. Большинство спортсменов считает, что тренировка на специализированных базах оказывает решающее влияние на их успешную подготовку к соревнованиям. Отсутствие хорошо оборудованных спортивных сооружений на местах является одной из причин, вследствие чего спортсмены предпочитают готовиться на централизованных сборах.

Женщины — финалистки спартакиады — представительницы гимнастики, волейбола, прыжков в воду, гандбола и стрелкового спорта (в пяти видах из восьми обследованных) отдали предпочтение централизованным сборам, а финалистки легкой атлетики, плавания, гребли на байдарках и каноэ — подготовке на местах с выездом на всесоюзные кратковременные контрольные сборы.

Основным доводом в стремлении женщин осуществлять свою подготовку на централизованных сборах служит их большая по сравнению с мужчинами занятость домашними делами, что ограничивает их возможности в спортивном совершенствовании. Организация подготовки на централизованных длительных сборах позволяет им полностью посвятить себя спорту. Однако для юных спортсменок эти доводы вряд ли могут быть убедительным основанием такого выбора. Чтобы дать исчерпывающее объяснение данной тенденции, нужно провести дополнительное исследование.

Подавляющее большинство легкоатлетов и пловцов независимо от пола (соответственно 68,3% и 77,8% мужчин; 64,8% и 66,7% женщин) высказывается за целесообразность проведения на заключительном этапе подготовки к соревнованиям кратковременных контрольных сборов.

Данные проведенного ранее опроса тренеров по спортивной гимнастике (Кубок СССР, 1970 г.; исследование Ю.Н. Айвазяна) также совпадают с полученными данными на спартакиаде. Из 28 тренеров 23 (более 80% от общего числа) высказались за проведение контрольных непродолжительных сборов.

В интервью с ведущими спортсменами и тренерами страны (интервью взято у 60 человек) выявилась идентичность их мнений с результатами массового анкетного опроса. Целесообразна оптимальная длительность сборов в 2-3 недели. Более короткие сборы проводить не рекомендуется, так как в течение этого времени нельзя достигнуть пика спортивной формы, а на более длительных сборах состояние спортивной работоспособности начинает ухудшаться. Это происходит из-за однообразия обстановки, бесконечных разговоров о тренировках и соревнованиях, ограниченного круга людей, с которыми и тренируется и отдыхает спортсмен, однообразие питания; у спортсменов появляется чувство тоски по семье и дому, раздражительность, мрачность, нервозность, им недостает привычного общества, коллектива, постоянного тренера. Вследствие этого падает эффективность тренировки. Интервьюируемые считают, что в годы крупных международных соревнований лучше проводить несколько сборов продолжительностью в 2-3 недели, чем один, но длительный. Было также высказано мнение о том, что отбор в сборные команды нужно заканчивать до начала предсоревновательных сборов - это снимает лишнее нервное напряжение.

Подведем итоги. К выбору форм организации подготовки спортсменов к ответственным соревнованиям нельзя подходить шаблонно. Нужно учитывать прежде всего состав спортсменов по полу (и вероятно, их возрастной и социальный состав), специфику видов спорта, а также наличие на местах хорошо оборудованных спортивных сооружений.

Наиболее предпочтительной формой организации подготовки ведущих спортсменов к крупнейшим всесоюзным и международным соревнованиям следует считать подготовку на местах на специализированных спортивных сооружениях с выездом на контрольные непродолжительные всесоюзные сборы.

На централизованных длительных сборах предпочтительнее осуществлять подготовку спортсменов независимо от пола выступающих в командных видах спорта и в единоборствах. Эту же форму подготовки предпочитают спортсмены-конники и некоторые спортсменки.

ДИНАМИКА СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

Рост благосостояния советского народа, развитие науки, культуры, улучшение условий трудовой, учебной деятельности и быта людей создали предпосылки для массового развития физической культуры и спорта и особенно среди молодежи. Целенаправленная организация спортивной работы с девушками и юношами через систему спортивных школ приводит к тому, что они значительно раньше показывают высокие спортивные результаты.

Проводимые на спартакиадах исследования показали, что спортивные школы играют существенную роль в подготовке резерва для большого спорта, а их значение все более и более возрастает.

Так, если на X и XI Всесоюзных спартакиадах школьников выпускники спортивных школ соответственно составляли 93,6% и 92,4% к общему числу финалистов, то на У летней Спартакиаде народов СССР все участники юношеских соревнований программы спартакиады являлись выпускниками спортивных школ. Из 4875 участников финала этой спартакиады 1228 (25,1%) являлись учащимися спортивных школ. Из них 1099 (89,4%) – воспитанники комплексных детско-юношеских спортивных школ, 60 (4,8%) – воспитанники специализированных детско-юношеских спортивных школ и 69 (5,6%) – учащиеся спортивных школ молодежи и школ высшего спортивного мастерства.

Из общего количества участников финала учащиеся спортивных школ ДСО профсоюзов составили 51,7%, школ министерства просвещения – 28,1%, общества "Динамо" – 14,6%, Вооруженных Сил – 4,4%, ДСО "Трудовые резервы" – 0,8%.

В тех видах спорта, где дети раньше приступают к систематическим занятиям спортом, больше окончивших ДЮСШ. Например, в плавании – 100%, гимнастике – 80%, и напротив, в стрельбе стендовой – 27%, борьбе классической – 43,1%, вольной борьбе – 42,2%.

Какого же уровня мастерства достигают спортсмены в спортивных школах? В целом 54% спортсменов кончают ДЮСШ с первым спортивным разрядом, 29,6% – со вторым, 2,9% – с третьим. Процент выпускников, подготовленных к выполнению норм кандидата в мастера спорта и мастера спорта, весьма низок и равен 3–9%. В отдельных видах спорта эти показатели значительно разнятся. Например, в плавании и легкой атлетике две трети выпускников имеют второй спортивный разряд, одна треть – первый, кандидатов в мастера не более 2%.

В гимнастике же 34,9% выпускников выполняют норму кандидата в мастера спорта и 19,8% – мастера спорта СССР.

В результате значительного улучшения работы с детьми в последние годы снизился возраст начала их занятий спортом. В восемнадцати видах спорта школьники приступили к систематическим тренировкам в избранном виде спорта в более раннем возрасте, чем взрослые спортсмены. (Данные X–X1 Всесоюзных спартакиад школьников и 1У–У Спартакиад народов СССР). Наибольшая разница наблюдается в таких видах спорта, как плавание, гимнастика, легкая атлетика, шахматы, волейбол, баскетбол.

Средний показатель начала занятий спортом у взрослых участников (в годах) равен 14,7, а у школьников равен 13,1. Снижение возраста, в котором школьники приступают к регулярным занятиям спортом, продолжается. Участники X Всесоюзной спартакиады школьников начали заниматься спортом в среднем в 13,1 лет, а участники X1 Спартакиады – в 12,5 лет.

Сопоставление возраста начала занятий спортом у участников X и X1 Спартакиад школьников (в %)

Спартакиады	До 9 лет	10–11 лет	12–14 лет	15–17 лет	Средний возраст (в годах)
X	4	14	57	24	13,1
X1	5	19	59	17	12,5

Раннее включение детей в систематические занятия спортом, совершенствование методики тренировки позволяют сейчас по многим видам спорта

готовить спортсменов высшей квалификации в более молодом возрасте. Особенно характерно это для таких видов спорта, как гимнастика и плавание.

Участники спартакиад	Средний возраст начала занятий		Средний возраст выполнения нормы мастера спорта	
	плавание	гимнастика	плавание	гимнастика
Мужчины	12,5	13,7	17,8	20,7
Женщины	11,4	12,1	16,4	17,4
Юноши	10,6	11,6	14,9	17,1
Девушки	10,3	11,0	14,1	16,2

Сроки подготовки мастера спорта (от третьего разряда) в период между Ш и У Спартакиадами народов СССР значительно уменьшились у мужчин (в среднем от 5,1 до 4,2 лет), а у женщин они остались на том же уровне (4,2 - 4,1 года). Однако следует учитывать, что эти данные относятся только к сильнейшим спортсменам. На подготовку "рядового" спортсмена до мастера спорта времени затрачивается гораздо больше. В целом период подготовки спортсмена третьего разряда до мастера спорта СССР (по данным 23 видов, представленных на спартакиаде) длится более четырех лет: от 3 до 7,5 лет у мужчин и от 2,9 до 5,4 лет у женщин.

За период между Ш и У Спартакиадами увеличились сроки подготовки мастеров спорта в баскетболе, волейболе, теннисе, гребле, водном поло.

Сокращение сроков подготовки особенно ярко наблюдается у молодых спортсменов. Это является, вероятно, следствием интенсификации и рационали-

зации методики тренировки юных спортсменов, улучшения материальных условий их жизни и большими по сравнению со взрослыми функциональными возможностями молодого организма к тренированности.

Естественно, что продолжительность подготовки спортсменов от разряда к разряду в значительной мере зависит от технической сложности видов спорта. Однако при сопоставлении показателей, например, в плавании, легкой атлетике и спортивной гимнастике выявляется определенная специфичность данных (см. табл. 5).

В целом женщины несколько быстрее мужчин проходят все этапы подготовки от разряда к разряду. В легкой атлетике эта разница менее значительна, чем в других видах. Если рассматривать продолжительность подготовки разрядников в отдельных видах легкой атлетике, то выясняется, что в спринте, прыжках и беге на средние дистанции мужчины на высших этапах спортивного мастерства значительно опережают женщин. Это, вероятно, объясняется недостаточно рациональной методикой тренировки женщин-перворазрядниц и мастеров спорта. Анализ сроков подготовки юных спортсменов от разряда к разряду показывает, что девушки почти на всех этапах подготовки затрачивают меньше времени, чем юноши. Особенно значительны эти различия у пловцов и легкоатлетов-прыгунов. На подготовку третьего разряда основная масса спортсменов затрачивает в среднем один год, а от третьего до первого разряда — два года.

Подготовка к выполнению норм мастера спорта длится для большинства спортсменов от третьего разряда — 3-4 года, от второго разряда — 2-3 года, от первого разряда — 1-2 года. На подготовку к выполнению норм мастера спорта СССР юные спортсмены затрачивают меньше времени, чем взрослые.

Таблица 5

Продолжительность подготовки спортсменов -
участников IX и X Спартакиад школьников (в %)

Виды спорта	Пол	От новичка до 2 разряда 1 год и менее	От 2 до 3 разряда до 2 лет	От 3 разряда до 4 разряда 3-4 года и менее	От 4 разряда до 5 разряда до 3 лет
Плавание	мужчины	77,3	57,8	55,8	71,4
	женщины	83,2	72,5	74,2	82,2
	юноши	55,5	68,9	94,1	89,5
	девушки	67,3	89,0	94,1	95,9
Гимнастика	мужчины	87,2	48,9	26,4	33,6
	женщины	90,5	72,2	53,9	63,5
	юноши	86,4	64,1	52,3	83,3
	девушки	94,1	81,2	66,3	87,5
Легкая атлетика	мужчины	91,8	66,9	46,7	49,4
	женщины	95,5	56,6	67,9	52,6
	юноши	71,5	80,7	100,0	100,0
	девушки	77,4	81,3	100,0	100,0

Имеется существенная разница в сроках подготовки спортсменов высших разрядов, представляющих сборные команды республик, и остальной массы спортсменов, объясняющаяся, очевидно, разницей в условиях тренировок, спецификой видов спорта и индивидуальными способностями спортсменов. Так, средний срок подготовки от новичка до мастера спорта у участников IУ Спартакиады по гимнастике равен 7 годам у мужчин и 5,2 года у женщин. У гимнастов, выполнивших нормативы мастера спорта в 1965 г., в среднем по Союзу этот срок соответственно равен 9,1 и 7,3 года. Выяснение причин этой разницы требует специальных исследований.

Соотношение отдельных этапов подготовки спортсменов от новичка до мастера спорта различно.

Наиболее продолжительным является этап от первого разряда до мастера спорта. На подготовку спортсменов-разрядников из числа второразрядников требуется времени в два раза больше, чем на подготовку спортсменов третьего и второго разрядов.

Виды спорта	Весь период подготовки от новичка до мс - 100%							
	от новичка до III разряда		от III до II разряда		от II до I разряда		от I разряда до мс	
	да		разряда		разряда		мс	
	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж
Легкая атлетика	13	12	15	12	27	27	49	47
Гимнастика	15	22	17	17	24	22	44	39
Плавание	20	17	22	21	39	23	37	39

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Материалы исследования показывают, что за последние годы значительно улучшились условия, в которых осуществляется подготовка спортсменов высших разрядов. Отчетливо проявляется тенденция к омоложению состава спортсменов высших разрядов и сокращению сроков их подготовки. Имеет место определенное повышение уровня образования и интеллектуального развития ведущей части советских спортсменов. Значительная часть их обладает высоким уровнем общих и специальных знаний и использует их для достижения более высоких спортивных результатов. Возросла роль спортивных школ различных типов, в том числе ДЮСШ, в подготовке спортсменов высокого класса. Об этом свидетельствует тот факт, что до 25% финалистов У Спартакиады народов СССР являются воспитанниками спортивных школ. В организации процесса спортивного совершенствования, в подготовке спортсменов высокого класса большую роль играют средства массовой информации. Наряду с пропагандой массового развития спорта средства массовой информации (печать, радио, телевидение, кино) оказывают большое влияние на повышение образовательного уровня спортсменов, на повышение их специальных знаний в области спортивной тренировки. В повышении уровня спортивного мастерства ведущих спортсменов все большее значение приобретают высокие тренировочные нагрузки. Однако следует отметить, что высокие спортивные нагрузки выполняются далеко не всеми ведущими спортсменами. В современных условиях в связи с ростом рекордных достижений возрастает роль тренерских кадров, повышаются требования к их квалификации. Повышаются также требования к уровню теоретической и методической подготовленности спортсменов.

Это делает необходимым значительное усовершенствование системы повышения квалификации тренерских кадров и системы теоретической и методической подготовки спортсменов. Необходимо также осуществление мер по дальнейшему и более значительному повышению роли спортивных школ всех типов в подготовке спортивных резервов.