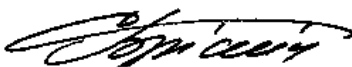


**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА
БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра теорії спорту та фізичної культури

“ЗАТВЕРДЖЕНО”
на засіданні кафедри теорії спорту
і фізичної культури
протокол № 18 від 6.07.2020

Зав. каф.  Бріскін Ю. А.

КУРС ЛЕКЦІЙ З ДИСЦИПЛІНИ

„ ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ”
для аспірантів другого року навчання денної, заочної та вечірньої форм.
Галузь знань 01 «Освіта», спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»

Тема 1

Фізична культура як різновид соціальної практики

1. Визначення поняття фізична культура (ФК).
2. ФК як вид діяльності, сукупність предметних цінностей та персоніфікований результат діяльності.
3. Структура ФК.

1.1 Визначення поняття фізична культура (ФК)

Термін «ФК» з'явився відносно недавно (імовірно лише наприкінці ХІХ ст. – Б. В. Евстафьев, 1980), хоч те, що під ним розуміється має очевидно настільки давню історію, як і людське суспільство.

Термін «ФК», як і термін «культура» неоднозначний. З давніх давен семантичні еквіваленти латинського слова «cultura» пов'язують з такими поняттями як «обробка», «виховання», «освіта», «розвиток» тощо.

При тлумаченні загального поняття «культура» його, як правило, зіставляють з поняттям «природа», розглядаючи їх (в деякому сенсі) як протилежні.

До природи, як відомо, належить все, що існує за природними законами, які не залежать від людини і не є результатом її діяльності, тобто все неживе і живе у світі, що не створене людиною.

До явищ культури належать продукти, результати і способи перетворюючої діяльності людини (суспільства), тобто діяльність, що спрямована на пристосування природи для задоволення потреб людства.

В процесі розвитку культури її важливими складовими стали і такі види, форми і способи діяльності, які спеціально спрямовані на удосконалення людиною самої себе (тобто на удосконалення власної природи). Саме до таких компонентів культури належить ФК.

Вділившись із природи, людина не перестала бути, на думку К. Маркса «безпосередньо природною істотою, вона наділена природними силами, життєвими силами, є активною природною істотою, а ці сили існують у ній в якості задатків і здібностей».

Але розвиток природних якостей людини, на відміну від стихійних процесів розвитку в природі, в суспільстві став предметом свідомого регулюючого впливу і управління, що забезпечується відповідними галузями культури.

ФК як одна з таких галузей культури впливає безпосередньо не на предмети зовнішньої природи, а на життєво важливі якості і здібності самої людини, які отримані у вигляді задатків від природи, передаються спадково (генетично) і **розвиваються упродовж життя поколінь під впливом умов життя, діяльності і виховання.**

ФК особливо тісно пов'язана з процесом **фізичного розвитку** людини. Під ним розуміється закономірний процес становлення, формування і подальших змін упродовж життя природних морфофункціональних якостей і властивостей організму людини і похідних від них, так званих фізичних якостей.

Звичайно ні людина, ні суспільство в цілому не можуть відмінити об'єктивні закономірності свого розвитку, що існують незалежно від людини. Але діючи згідно них, можна так впливати на природні процеси розвитку (у т.ч. фізичного), щоб надати їм спрямованості, яка відповідає потребам людини і суспільства.

Історично ФК закладалася перш за все під впливом практичних потреб суспільства в повноцінній фізичній підготовці підростаючих і дорослих поколінь до праці – цій найголовнішій умові людського існування.

Отже, **ФК – це специфічний соціальний чинник раціонального впливу на процес фізичного та функціонального розвитку людини.**

1.2 ФК як вид діяльності, сукупність предметних цінностей та персоніфікований результат діяльності

ФК як вид діяльності – це специфічна рухова активність, що спрямована на доцільний розвиток її природних задатків. При цьому суспільної цінності набувають лише такі форми раціональної рухової активності (діяльності), які дозволяють найкращим чином сформувати необхідні в житті рухові уміння і навички, забезпечити цілеспрямований розвиток життєво важливих фізичних якостей і функціональних можливостей.

Основні елементи такої діяльності отримали назву **фізичні вправи**. Вони доповнювалися, змінювалися, конструювалися нові у відповідності з потребами життя і розвитку суспільства.

В прикладному плані ФК була і є перш за все засобом і методом попередньої підготовки до ефективної виробничої діяльності.

Важливо наголосити, що діяльнісний аспект розуміння ФК все більше виходить на перший план серед інших аспектів її тлумачення.

ФК як сукупність предметних цінностей представлена цілим комплексом матеріальних і духовних цінностей, створених людською спільнотою для забезпечення необхідної ефективності фізкультурної діяльності.

Мова йде в першу чергу про широко розповсюджені різновиди фітнесу, гімнастики, спорту, рухливих ігор, численних різновидів комплексів вправ в прикладних та адаптивних розділах ФК.

На тривалому шляху розвитку її змісту і форми поступово диференціювалися стосовно різних сфер суспільного життя і діяльності (матеріальне виробництво, система освіти, побут, здорове дозвілля, медицина), що призвело до виокремлення соціально значущих її розділів: шкільна, виробнича, побутова, рекреативна, лікувальна, адаптивна тощо.

Поряд з напрацьованими різновидами раціональної рухової активності сформувались також:

- Наукові знання щодо усвідомлення сутності цієї галузі культури;
- Принципи, правила та методика застосування фізичних вправ;
- Програмно-нормативні основи;
- Спортивні та інші наочно сприймаємі досягнення внаслідок занять фізичними вправами;

- Організаційні, управлінські, матеріально-технічні та інші умови ефективного функціонування ФК в суспільстві (медичне. Інформаційне забезпечення, спортивні споруди, устаткування, інвентар, екіпіровка тощо).

ФК як персоніфікований результат діяльності характеризується сукупністю корисних результатів її впливу на людину: фізична підготовленість; ступінь досконалості опірності організму негативним природним впливам; спортивні досягнення; гармонійність тілобудови та фізичного розвитку тощо.

Найбільш суттєвим результатом раціонального застосування фізичної культури є **досягнення масою людей комплексних показників фізичної досконалості**. Мається на увазі оптимальна міра фізичного розвитку, що відповідає вимогам трудової та інших сфер життєдіяльності.

Критерії фізичної досконалості мають конкретно-історичний характер і змінюються в залежності від реальних потреб суспільства.

Розмежування «фізичного» і «нефізичного» (духовного, психологічного, інтелектуального) в оцінці впливу ФК на особистість має досить умовний характер, оскільки насправді людина єдина у всіх своїх проявах.

Вище сказане дозволяє дати більш розгорнуте поняття ФК:

ФК – органічна частина культури суспільства і самої людини, основу специфічного змісту якої складає раціональне застосування людиною спеціально організованої рухової діяльності для оптимізації свого фізичного стану і розвитку відповідно до стандартів якості життя.

1.3 Структура ФК



Література

1. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

2. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.

3. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

Тема 2. Соціальні функції фізичної культури

1. Соціальні функції фізичної культури.
2. Формування соціальної активності в заняттях фізичними вправами.

2.1 Характеристика соціальних функцій фізичної культури

Фізична культура є вагомим соціальним явищем, що тісно пов'язане з різними галузями діяльності. Тому її функції професійного характеру характеризуються великою різноманітністю та багатоплановістю. Виходячи з цього доцільно розрізняти загальні та специфічні функції фізичної культури.

До загальних функцій відносяться такі, що лише частково притаманні фізичній культурі і більш ґрунтовно реалізуються іншими галузями людської діяльності. Це такі функції – оздоровча, виховна, освітня, видовищна, рекламна, комунікативна тощо.

Оздоровчо-рекреаційна функція полягає у зміцненні здоров'я і підвищенні опірності організму до несприятливих впливів навколишнього середовища за рахунок раціонально організованої рухової активності. Заняття фізичною культурою дозволяють забезпечити оптимальний рівень розвитку фізичних якостей та життєво важливих органів і систем організму людини, досконале володіння необхідними руховими вміннями і навичками. Цього вимагає характерна для фізичної культури настанова покращення фізичного стану населення.

Розвиток людини відбувається під впливом спадкових біологічних чинників і соціального середовища, тобто виховання. Нормальний фізичний стан людини може бути порушеним при недостатній або обмеженій руховій активності; і навпаки – раціоналізація рухової активності сприяє покращенню фізичного стану, зростанню імунітету. Це й визначає надзвичайно високу цінність оздоровчо-рекреаційної функції фізичної культури.

Порівняно з іншими видами діяльності, що застосовуються для зміцнення здоров'я, фізична культура ставить найвищі вимоги до функціональних можливостей організму, а отже і найбільшою мірою сприяє їхньому розвитку. Проте надмірні навантаження можуть призвести до цілком протилежного ефекту - втрати здоров'я. Тому звичайно ця функція реалізується

лише за умови адекватності впливів навантажень біологічним можливостям організму конкретної людини.

Важливе місце в сучасному урбанізованому суспільстві належить фізичній культурі, як засобу активного відновлення після напруженої трудової діяльності. В цьому сенсі вона має компенсаторний характер, що спрямований на профілактику гіподинамії та негативних її наслідків.

При відповідності навантажень адаптаційним особливостям учні заняття ФК сприяють:

- Гармонійному фізичному розвитку;
- Покращенню роботи функціональних систем;
- Зміцненню опорно-рухового апарату;
- Підвищенню опірності організму щодо несприятливих зовнішніх впливів (температура, тиск і вологість повітря), імунітету щодо захворювань, особливо застудних тощо;
- Формуванню раціональної постви.

Морально-виховна функція полягає у формуванні в людини морально-етичних цінностей демократичного суспільства.

У процесі раціонально-організованих занять фізичною культурою формується позитивний досвід поведінки, здатність ставити перед собою чіткі завдання та добирати адекватні засоби і методи їх досягнення, що сприяє розвитку наполегливості та здатності долати труднощі. Зазначені якості мають широке перенесення на інші види людської діяльності.

Коллективний і цілеспрямований характер занять фізичною культурою надає широкий простір для патріотичного та інтернаціонального виховання молоді.

Суворий режим, систематичність занять, обмеження дій точними правилами сприяють вихованню дисциплінованості.

Поступове і систематичне подолання конкретних труднощів сприяє вихованню таких вольових якостей як наполегливість, здатність до концентрації.

Різноманітність конкретних доручень сприяє формуванню почуття відповідальності та організованості.

Але всі ці можливості не реалізуються самі по собі. Більше того, ті ж самі цінності фізичної культури, які обумовлюють її виховний вплив, можуть за деяких умов давати цілком протилежний ефект.

Так невід'ємна від фізичної культури настанова педагогічного регламентування може сприяти формуванню у деяких спортсменів негативних рис характеру: перемога над усе, надмірний гіпертрофований потяг до самоствердження, егоїзм, грубість тощо.

Атмосфера широкої популярності, почесті, нагороди можуть викликати хворобливе чистолюбство, зазнайство, нарцисизм тощо

Серед великого розмаїття ціннісних характеристик сучасного суспільства (особливо в США) соціологи надають перевагу таким: індивідуальні досягнення в результаті наполегливої праці; прагнення до перемоги за умов конкуренції; прагнення до вищого соціального статусу і матеріального забезпечення при тотожності можливостей і дотриманні правил.

В основі системи ціннісних орієнтацій масової свідомості лежить ідея "індивідуального успіху", котрий сприймається як успіх чисто особистий, де на перший план виступає не суспільне благо колективу, а успіх окремої людини. Найбільш цінна особистість це та, що досягла статусу і матеріального стану завдяки власним зусиллям у змагальних умовах. Для досягнення успіху необхідні три основні чинники: здатність до кропіткої і наполегливої праці; постійна спрямованість до перемоги у конкурентній боротьбі; адекватна винагорода. Саме ці чинники яскраво проявляються у спорті вищих досягнень спорті. Спортсмени своїм прикладом демонструють можливості людини в досягненні особистого успіху і вони є прикладом для наслідування, особливо для молоді. Фізична культура сприяє формуванню особистості, програми її поведінки.

Фізична культура суттєво впливає на суспільну свідомість, залучає людей до дотримання етичних норм поведінки, звичаїв, поглядів, що домінують у суспільстві.

Фізична культура відіграє важливу роль у соціалізації особистості. Соціалізація особистості розглядається як соціальний процес, що спрямований на виховання і функціонування людини в суспільстві, підвищення її соціально-економічної ефективності відповідно до суспільних ідеалів. Соціалізація через фізичну культуру передбачає адаптацію особистості до складної системи цінностей, норм і принципів, що існують у певному соціально-політичному середовищі. Іншими словами через фізичну культуру людина навчається бути членом суспільства, сприймати загально визнані цінності, відношення і форми поведінки.

Заняття фізичною культурою є чинником, що має значущий вплив на набуття високого соціального статусу та розглядаються як еталон виховання мужності, прагнення до досягнення мети, засіб набуття сили, життєвого досвіду, самостійності та інших соціально важливих якостей.

Пізнавально-просвітницька функція полягає у набутті, передачі і розширенні нових знань, умінь, навичок. Фізкультурній діяльності, що спрямована на досягнення гармонійності фізичного розвитку, внутрішньо притаманний творчий, пошуковий, евристичний характер. Шлях до нових перемог - це одвічний пошук. Адже кожний, хто претендує на більш високе досягнення, має знайти нові способи збільшення і мобілізації потенційних можливостей організму, навчитися найефективніше їх використовувати. Подібно до гігантської творчої лабораторії фізична культура сприяє пізнанню

можливостей людини. Фізична культура як діяльність поглиблює знання щодо можливостей людини та розширює їхні межі. В цьому переважно і проявляється освітня функція, що має вагому як особистісну, так і соціальну цінність.

В процесі занять фізичною культурою ця функція пов'язана із вивченням власних можливостей, набуттям знань про техніку виконання різноманітних фізичних вправ. Фізичне удосконалення передбачає також вивчення соціальних, біологічних, педагогічних і психологічних закономірностей, що зумовлюють ефективність формування майстерності щодо фізичної активності.

Гедоністична функція. Фізична культура як спосіб отримання задоволення від занять (м'язова радість, спілкування, подолання себе, спортивні досягнення тощо).

Видовищна функція полягає у задоволенні потреб суспільства у розвагах. Спорт із давніх давен є надзвичайно популярним як видовище. Сучасні технічні засоби масових комунікацій, особливо телебачення, сприяли тому, що аудиторія спортивних та фізкультурних видовищ постійно розширювалася. Відповідно зростає і вплив фізичної активності на емоційний світ людства. В основі видовищної привабливості фізичної активності лежать об'єктивно їй притаманні естетичні властивості. Життєстверджуюча сила фізкультурної діяльності, демонстрація у змаганнях гармонійних проявів фізичних і духовних якостей людини, справжня краса чесної, мужньої і безкомпромісної боротьби за перемогу, досконалість форм рухів викликають захоплення у глядачів і відповідають усім естетичним критеріям.

Спортивні видовища є важливим чинником впливу на групову психологію. Вони активно впливають на формування суспільних інтересів, виступають як засоби мотивації до діяльності. Видовища сприяють також розширенню соціальних контактів.

Чинником видовищності є естетичні цінності самої фізичної культури.

Зв'язок фізичної культури з інтелектуальним розвитком. Покращення кисневої забезпеченості організму, що пов'язане із фізичним тренуванням, позитивно впливає на ЦНС, особливо на кору великих півкуль. Мозок людини, маса якого становить лише 2-3% від маси тіла, в нормі споживає до 25% O₂, що надходить до організму.

Особливо велику потребу в O₂ має мозок людини в період її біологічного розвитку.

Споживання O₂ мозком 3-річної дитини на 95% більше ніж у дорослої людини, а у 12-річного підлітка – на 25%.

Вчені колишнього ВНДІФК встановили, що школярі, які систематично займалися спортом, мали більш високий і стабільний рівень успішності упродовж всього навчального року. Вони мали на 2-3% вищу успішність ніж ті, що пасивно відносилися до занять спортом і ФК.

Відомий американський дослідник К. Купер (1989) встановив зв'язок між фізичною підготовленістю та розумовою працездатністю у молодих офіцерів ВПС США. Пілоти, котрі отримали відмінні оцінки у 12-хв тесті більш успішно навчалися з теоретичних дисциплін.

Психіатр із Флориди доктор Рей Кіллінджер показав, що у спортсменів спостерігається оригінальність мислення, зростає здатність до тривожної концентрації уваги, зменшується час розв'язання розумових задач, покращується здатність змінювати об'єкт уваги.

За даними В. Квікліс в середині 80-х років у Литві кількість школярів, які мали низьку успішність і другорічників коливалася в межах 15-20 тис. осіб. Велика кількість учнів, які не встигали у школі (36,7%) вела малорухливий спосіб життя. Вони не займалися спортом, майже не відвідували уроків ФК, а більшу частину вільного часу проводили у приміщеннях.

Аналогічні дані ми знаходимо в роботах російських (Антропова М. В., 1950, Нахонова В. І., 1968 та ін.), польських (В. Хедемус, 1972) вчених.

Поряд з тим слід враховувати, що заняття фізичною культурою та спортом можуть і негативно впливати на розвиток інтелектуальних можливостей дітей, підлітків, дівчат та юнаків у разі застосування занадто високих навантажень.

Таким чином, можна констатувати, що раціонально організовані заняття спортом будуть сприяти інтелектуальному розвитку молоді.

2.2 Формування соціальної активності в заняттях фізичними вправами

Дитячо-юнацький спортивний колектив змушує юних спортсменів нести певне соціальне навантаження. Місце спортсмена в команді, групі чи школі, його внесок у спортивні досягнення колективу, поведінка – отримують суспільну оцінку з боку інших спортсменів, тренера та всього спортивного колективу.

Раціонально організована робота спортивного колективу сприяє формуванню і прояву таких ознак соціальної активності:

1. Цілеспрямованість;
2. Рішучість;
3. Готовність допомогти товаришам;
4. Відповідальність у виконанні доручень;
5. Самостійність;
6. Сміливість;
7. Вміння організувати діяльність молодших і однолітків;
8. Колективізм;
9. Здатність відкрито виступити з критикою негативної поведінки товаришів;

10. Адекватне реагування на об'єктивну критику власних недоліків;
11. Прояв ініціативи;
12. Громадська активність у шкільних та інших справах;
13. Творча активність;
14. Повага до однолітків та старших.

Шляхи формування вказаних ознак соціальної активності:

1. Колективні дії щодо самообслуговування тренувального процесу.
2. Організація взаємоконтролю, взаємооцінок та взаємодопомоги під час тренувань.
3. Використання у тренувальному процесі ігор та розваг, що сприяють вихованню організаторських здібностей та колективізму.
4. Стимулювання свідомого і творчого відношення до тренувальних занять.
5. Участь спортсменів в оцінці власних вмінь, навиків тощо.
6. Адекватні дії тренера у конфліктних ситуаціях.
7. Введення у тренувальний процес елементів морального виховання.

Раціонально організовані заняття фізичною культурою та спортом сприяють зміцненню здоров'я, інтелектуальному розвитку, вихованню морально-вольових якостей, формуванню активної життєвої позиції, вихованню особистості.

Література

4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

5. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.

6. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

Тема 4. Спорт як соціальне явище

4.1. Спорт як вид і результат діяльності та сукупність суспільних вартостей

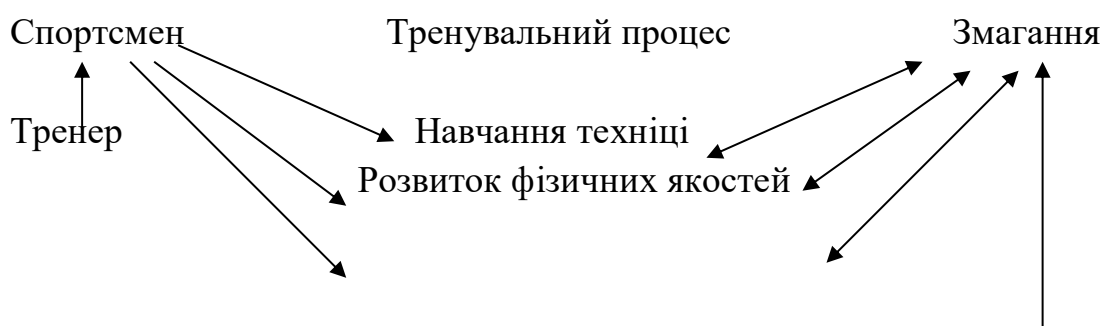
Спорт – це закономірний результат багаторічної пізнавальної діяльності людини. Спорт слід розглядати як багатофункціональне явище культури, як сукупність матеріальних і духовних цінностей суспільства, як вид і результат діяльності. Спорт як вид діяльності привертає увагу величезної кількості людей, робить його одним з найбільш популярних видовищ.

Розуміння спорту було б неповним, якби спорт розглядався тільки спеціалізовано - як вид і результат діяльності. Поняття «спорт» слід розглядати як багатофункціональне явище культури.

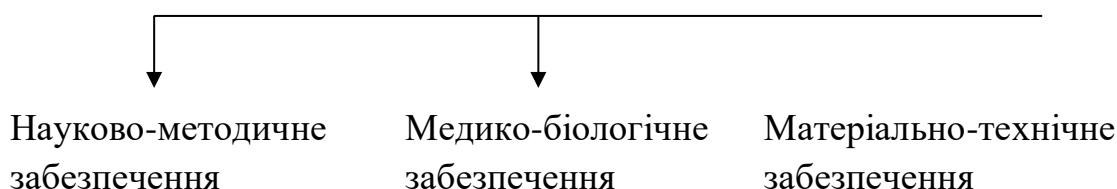
Спорт як частина культури суспільства – це сукупність досягнень суспільства у справі використання сучасних засобів і методів спортивного тренування, спортивної науки, сучасних спортивних споруд, спортінвентарю й обладнання.

Спорт – це явище, яке постійно розвивається. Ті його види, котрі в недалекому минулому були обмежені національними кордонами, стають олімпійськими. В сучасному розумінні спорт – це соціальне явище, явище культури людства, яке має свої матеріальні і духовні цінності. Для людства велике значення має гуманістична цінність спорту – процес удосконалення вольових якостей людини, її постійна робота

Спорт – специфічна галузь діяльності людини, особливістю якої є наявність змагальної діяльності і спеціальної підготовки до неї, а метою занять спортом – максимальний результат.



Виховання моральних якостей



Спорт як частина культури суспільства - це сукупність досягнень суспільства у справі використання сучасних засобів і методів спортивного тренування, спортивної науки, сучасних спортивних споруд, спортінвентарю й обладнання.

Характерні ознаки спорту:

1. Спрямованість на максимальний результат;
2. Наявність видів спорту не пов'язаних з руховою активністю;
3. Наявність видів спорту, які складно застосовувати в якості засобів фізичного виховання;
4. Широке застосування поза тренувальних і поза змагальних факторів (складний і дорогий інвентар, спеціальне харчування і складні організаційні форми підготовки до змагань).
5. Специфічна престижна функція спорту і використання його у політичних цілях та ін.

Спорт, як вид діяльності – це змагальна діяльність і спеціальна підготовка до неї.

Змагальна діяльність – це демонстрація у змаганнях можливостей спортсмена у відповідності з правилами і способами ведення боротьби у певному виді спорту; це прийоми та дії, які застосовує спортсмен у грі, поєдинку, сутичці, на дистанції для досягнення результату.

Особливості ЗД:

1. Суворе регламентація правилами змагань;
2. Неантагоністичний характер.

Змагальній діяльності притаманні цільово-результативні відносини: ціль – засіб – результат.

Ціль – модель того, чого прагне спортсмен в результаті ЗД, засіб – прийоми і дії спортсменів, спрямовані на досягнення поставленої цілі, результат – спортивний результат, досягнутий в конкретному виді змагальної діяльності.

Спеціальна підготовка – процес, спрямований на досягнення рівня майстерності необхідного для досягнення результату в обраному виді спорту.

В процесі спортивної підготовки вирішуються завдання:

1. Вивчення техніки прийомів та дій;
2. Розвиток фізичних якостей;

3. Оволодіння тактикою в обраному виді спорту;
4. Розвиток психічних якостей;
5. Оволодіння теоретичними знаннями.

Спорт, як результат діяльності:

- результат продемонстрований у змаганнях;
- рівень розвитку людини;
- рівень розвитку систем підготовки;
- розширення уявлення про здібності людини.

У спорті, як виді діяльності, розрізняють спорт масовий та спорт вищих досягнень. Спорт масовий може бути диференційований на спорт самодіяльний і спорт базовий.

Самодіяльний спорт носить нерегулярний характер, відсутність чіткої тренувальної програми і керівника – педагога, тренера, інструктора. При цьому, епізодично може проводитись змагання.

Базовий спорт реалізується в певній організаційній структурі за чіткою програмою спортивної підготовки(заняття в спортивних секціях, навчальних закладах, в ДЮСШ, в армійських підрозділах та ін.). Базовий спорт може бути спрямованим на засвоєння тих видів спорту, в яких рухові навички найбільше відповідають майбутній професії. Цій формі спорту притаманні систематичність, наявність тренера. Мета: досягнення певного результату, створення передумов до переходу на більш високий рівень. Завдання: оздоровлення, підвищення рівня фізичної підготовленості. Оволодіння технікою рухових дій певного виду спорту.

Масовий спорт забезпечує великій кількості населення необхідний рівень рухової активності, пов'язаної зі змагальною діяльністю і досягненням доступного результату.

Спорт вищих досягнень поділяється на **олімпійський і професійний.**

4.2. Олімпійський та професійний спорт у системі суспільних вартостей.

Принциповою особливістю олімпійського спорту є наявність змагальної діяльності та підготовки до неї, а основною метою - досягнення максимально можливого результату в олімпійських видах спорту. Однак, крім того досягаються інші важливі соціальні цілі: зміцнення здоров'я, фізичне та моральне вдосконалення людей, розповсюдження принципів Олімпізму, розвиток міжнародної співпраці і т.д. Існує думка, що Олімпійські ігри давно вже є змаганнями професіоналів. Дійсно, з Олімпійської хартії зникло поняття "аматор", спортсмени - професіонали беруть участь в Олімпійських іграх, олімпійці отримують гроші за свої заняття спортом, віддають їм до 8 годин щодня, до 2000 годин на рік, не мають можливості займатися іншою діяльністю. Але не можна ідентифікувати олімпійський та професійний спорт.

Професійний спорт, на відміну від комерціалізованого спорту вищих досягнень (в першу чергу, олімпійського), являє собою індустрію розваг. Його

слід розглядати, перш за все, як сукупність інкорпорованих фірм-клубів, головне завдання яких полягає у продажу спортивного видовища та отримання прибутку. "Професійна ліга - це цілеспрямована група, що свідомо створена для вирішення специфічних завдань - таких як прибуток, послуги суспільству та розваги" (І.Леонард, Іллінойський університет, 1988).

Основна відмінність ОС та ПС полягає в тому, що олімпійський спорт, попри трансформацію багатьох його ідеалів, в цілому служить суспільству, а професійний спорт - особі. Безперечно, він виконує і певні суспільні функції, але комерційна спрямованість переважає над усіма сторонами, навіть спортивною. Головним в світі професійного спорту є питання: "Чи це вигідно?" Наприклад, президент НХЛ Дж.Зиглер на питання: "Чи слід позбутися бійок у хокеї?" - відповів: "Мені однаково. Для мене важливо давати "продукцію", що подобається людям. Вони готові платити за бійки. То нащо їх виключати?" Для професійного спорту характерний ряд особливостей, що відрізняють його від олімпійського спорту:

- орієнтація на розвиток тих видів, що здатні давати прибуток;
- прагнення організації професійного спорту створити та підтримувати в змаганнях атмосферу жорсткої конкуренції;
- прагнення формувати в кожному виді ПС еліти ("moneуman"), причому для популяризації зірок використовуються не лише спортивні показники, але й спосіб життя, хоббі, прибутки, забобони тощо;
- ефективна система соціального захисту спортсменів-профі.

Крім того, деякі фахівці виділяють резервний спорт, який передбачає перехід спортсмена з масового спорту до спорту вищих досягнень (олімпійський резерв).

Окремою складовою спорту є адаптивний спорт (спорт інвалідів), який в свою чергу включає паралімпійський спорт, дефлімпійський спорт та Спеціальні Олімпіади.

4.3 Роль спорту в гармонійному розвитку та вихованні людини

Побутує думка, що великий спорт, зокрема, професійний, спотворює моральний вигляд особистості, становить загрозу життю і здоров'ю людей.

Звичайно, якщо спорт уподібнюється шоубізнесу й здійснюється задля наживи або для досягнення інших вузько-прагматичних цілей, він людину спотворює, викликає до життя такі низькі моральні якості, як споживацтво, нетерпимість, зневагу до особистості й прагнення до перемоги будь-якими, навіть злочинними засобами та діями. Така практика базується на вживанні заборонених препаратів, порушенні спортивних правил, зневазі до честі та гідності, а загалом – на зневазі до людини як цінності. Такий спорт людству не

потрібний. Дійсний спорт – це чесне й неупереджене змагання, яке здійснюється за наперед визначеними правилами.

Головною моральною цінністю, своєрідною аксіологічною основою такого спорту є цінність людини як особистості, повага до себе і до інших, прагнення унормованих правил. Тільки такий спорт виконує морально-виховну функцію, є чинником формування моральної культури суспільства й особистості.

Чимало дослідників розглядають спорт як чинник становлення морально-вольових якостей особистості. Зокрема, М. Візитей та Д. Качуровський, підкреслюють величезний, ще повністю незрозумілий, потенціал спорту, завдяки якому він здатен впливати не тільки на фізичне здоров'я та вдосконалення людського тіла, але й на особистість людини – її відчуття, емоції, цінності, настанови, поведінку, моральні принципи тощо. В сучасних умовах змагальна діяльність у спорті вищих досягнень є для сучасної людини джерелом самоствердження, моральної сили, філософії успіху, перемоги й гідного програшу не тільки на спортивній арені, але й у буденному житті. Спортивна діяльність вчить членів соціуму демократичності, толерантності, професіоналізму, вмінню конкурувати, перемагати й програвати, конфліктувати й співпрацювати між собою. Найважливіше – спорт вчить суспільство гармонії, що є досить рідким явищем в сьогоденному житті

Означений виховний потенціал спорту впливає з його сутнісних властивостей.

Згідно з Л. Лубишевою (2007), сама природа спорту володіє могутнім впливом на особистість. Виховне значення спорту є величезним. Спорт для молоді – це школа характеру, мужності, волі. Спорт гартує характер, вчить долати труднощі, тримати «удари долі». Спорт формує особистість, змушує боротися із своїми слабостями, долаючи себе.

Завдяки спорту людина вчиться володіти своїми емоціями, розуміти красу. В спорті людина вперше починає осягати ази правової культури, засвоювати правила «чесної гри».

З поміж інших аспектів виховного впливу спорту на особистість особливе місце посідає формування її моральних якостей. Як відзначають А. Тер-Ованесян та І. Тер-Ованесян, заняття спортом при певних умовах його організації є одним з засобів формування таких моральних якостей, як інтернаціоналізм, патріотизм, почуття громадського обов'язку, особиста відповідальність, колективізм, дисциплінованість, скромність, правдивість, здатність до самоконтролю.

Взагалі формування морально-вольових якостей складає невід'ємну частину підготовки будь-якого спортсмена. На думку Д. Качуровського (2012), високий рівень морально-вольової готовності забезпечує міцну основу для психологічної підготовки спортсмена в цілому. Насамперед така готовність створює у спортсмена світовідчуття, при якому його перебування у сфері

спортивної (тренувальної і змагальної) діяльності характеризується екзистенціально-сенсовною повнотою, виявляється поєднаною з почуттям гармонії. Це виступає фактором переживання стресових станів, які в спорті постійні та інтенсивні, коли це переживання має оптимальні форми: стрес операційний, а не емоційний. З якісною морально-вольовою підготовкою сполучене також успішне вирішення проблеми розвитку мотиваційної сфери спортсмена. Дійсно, орієнтація на моральні мотиви, пов'язані з повномасштабним здійсненням спортом своєї соціальнокультурної місії, виступає природною основою розвитку й реалізації патріотичних почуттів, відповідно до яких спортсмен діє в спорті. Актуалізація й підтримка моральної орієнтації спортсмена щодо своєї діяльності суттєво змінює те психосоматичне тло, на якому відбувається розвиток спортсменом власних фізичних якостей, освоєння ним техніки рухових дій, навчання стратегії змагальної боротьби.

Заняття фізичними вправами, якщо вони правильно організовані, є справжньою школою морального досвіду. В таких заняттях, як правило, широко використовується метод вправ, тобто багаторазове повторення вчинків та дій, в результаті яких формуються моральні звички. Окрім того тренувальне заняття дозволяє створювати виховні ситуації, що можливо при проведенні рухливих ігор, змагань, чергувань, виконанні суспільних доручень, підготовці спортивного інвентарю, самостійному проведенні розминки тощо.

Одним із найважливіших завдань, яке має вирішуватись у спортивно-тренувальній діяльності дітей і юнаків є виховання моральних і громадянських почуттів патріотизму, колективізму, почуття обов'язку і честі, відповідальності перед командою, колективом, Батьківщиною. Спортивна діяльність за своєю природою має суттєвий вплив на емоційну сферу особистості. Тому спорт є важливим чинником формування почуттєвого компонента моральних якостей спортсмена, а завданням залишається поєднати спрямованість виховної діяльності тренера із потенціалом спортивно-тренувальної діяльності учнів з метою виховання моральних почуттів та емоцій.

Окремої уваги заслуговує вплив спорту на формування вольових якостей. Так, В. Клименко (2007), пов'язуючи волю в цілому з цілеспрямованою психомоторикою в руховій активності людини як подоланням перешкод на шляху до здійснення наміченої мети, стосовно особистості спортсмена розглядає такі її прояви, як витримка і самовладання, наполегливість, ентузіазм, рішучість і сміливість, схильність до ризику і стриманість, ініціативність і винахідливість. Витримка і самовладання виявляється у здатності свідомо регулювати власні відчуття, настрої і приводити їх у відповідність з конкретними спортивними ситуаціями. Окремими виявленнями витримки і самовладання є самоактивізація і заборона собі, коли при складних обставинах «необхідно взяти себе в руки», здолати, наприклад, почуття страху і розгубленості. Інший аспект вольових якостей тісно пов'язаний із здатністю

управляти своєю активністю, правильно її регулювати, зберігати раціональну техніку за неблагополучних умов.

Серед вольових якостей, які найбільше піддаються впливові у процесі фізичного виховання є: цілеспрямованість (підпорядкування всіх сил для досягнення бажаного результату); наполегливість і впертість, що проявляються при подоланні труднощів; витримка (здатність регулювати власні почуття і настрої); рішучість і сміливість (здатність швидко приймати рішення і діяти всупереч небезпеці); ініціативність (долання труднощів нетрадиційними засобами і методами).

Подолання перешкод, самовдосконалення, націленість на перевершення вже досягнутих раніше результатів сприяють формуванню вольових якостей у процесі спортивної діяльності. Згідно з Л. Волковим (2002), вдосконалення волі юного спортсмена значною мірою обумовлюється такими особливостями спортивної діяльності, як обов'язкові фізичні і емоційні навантаження. Воля юного спортсмена проявляється і розвивається у свідомих діях, що спрямовані на певні цілі, при досягненні яких виникають різні труднощі та перешкоди. Для подолання перешкод потрібні прояви волі, вольового зусилля.

При цьому варто підкреслити необхідність спеціальних зусиль, спрямованих на, правильну організацію виховного впливу занять спортом. Адже сам по собі потенціал спорту у вихованні морально-вольових якостей реалізуватися не може. Навіть навпаки, при відсутності такої організації, спортивна діяльність може призводити до протилежного результату, формуючи негативні риси особистості. На це, зокрема, вказує Л. Матвеев (2005), на думку якого, особистісно-виховний ефект залучення до спорту залежить не лише і часто не стільки від нього самого, а понад усе від системи міжособистісних і спрямованих на виховання стосунків, що складаються у сфері спорту і довкола нього. Тут мають значення як ті стосунки, які встановлюються між безпосередньо залученими до спортивної практики (спортсменами, тренерами, спортивними арбітрами і організаторами), так і їх взаємини з людським «оточенням» спорту (спортивними уболівальниками, оглядачами, коментаторами, спонсорами і т. д.), причому сукупність даних стосунків стає регульованою у виховному сенсі лише за умови відповідно спрямованої діяльності певних соціальних інститутів (громадських і державних організацій, установ), покликаних оптимізувати спортивну практику в суспільстві відповідно до прийнятих в ньому принципів і норм. Залежно від конкретного стану системи цих відносин реальні формуючі дії спорту на особистість можуть виявитися вельми різними і навіть діаметрально протилежними. Якщо в його сфері домінують відносини, що узгоджуються з принципами і нормами загальнолюдської моралі, спортивна діяльність може в чималій мірі сприяти їх зміцненню і відповідно підсилити етичні основи особистісних проявів, оскільки в спорті чітко виявляються і, проходячи перевірку справою, формуються і

закріплюються сповна певні особистісні якості і риси поведінки, у тому числі такі, як чесне відношення до суперника, здатність зберегти людську гідність в екстремальних ситуаціях протиборства, свого роду шляхетність і мужність. Але якщо сукупність цих відносин розбалансована або, тим більше, спотворена в спорті, його конкурентні і інші властивості можуть впливати на особистість зовсім не в кращому напрямі (як, скажімо, тоді, коли прагнення до першості переростає у всепоглинаючу боротьбу за успіх будь-якою ціною або коли всіяке заохочення спортивних успіхів безвідносно до етичних умов їх досягнення відкриває простір вседозволеності і тим сприяє антисоціальній поведінці). Фахівцеві потрібно добре розуміти об'єктивну суперечність формуючої дії спорту на особистість і, головне, уміти вірно вирішувати виховні проблеми, що виникають через це, на користь прогресу особистості і суспільства.

В цілому маємо відзначити, що спортивна діяльність передбачає створення особливого середовища, яке сприяє більш ефективному виховному впливу на особистість. За словами Н. Колос (2006), виграшна виховна ситуація спортивного життя полягає в тому, що морально-виховний вплив тренера на спортсмена здійснюється в високоемоційній атмосфері спортивної практики. У цьому випадку, на відміну від теоретичних занять, моральні установки сприймаються спортсменом безпосередньо на підсвідомому рівні, що набагато підвищує виховний ефект.

А. Боднар (2010), досліджуючи вплив спорту на формування особистості школяра, вважає, що кращого середовища для цього, ніж спортивна група, не існує. Новачок, прийшовши в колектив, починає переслідувати ті норми поведінки, які прийняті там. Природно їх задає тренер. Як правило, у тренера є кілька груп різного віку. Малюки завжди наслідують на старших, і, керуючись цим, тренер може привести вчинки дорослих спортсменів їм за приклад, і результат, якого вони досягли або не досягли. Рішення виховних завдань здійснюється через формування у юного спортсмена в єдності моральної свідомості, моральних почуттів, волі і характеру.

Особливе значення у вихованні морально-вольових якостей особистості належить дитячо-юнацькому спорту. Як відзначає А. Тіняков (2010), потенціал юнацького спорту складається з багатофункціональної значущості та універсальності організаційних і педагогічних витоків виховання моральних якостей дітей та молоді. Моральне виховання в юнацькому спорті спрямовано на засвоєння та відтворення морального досвіду у сфері спорту, в якій розширюються уявлення учнів, формується їх емоційно-ціннісне ставлення, а також складається і вдосконалюється характер поведінки відносно себе, оточуючих людей, суспільства в цілому. Як психолого-педагогічні умови виховання моральних якостей юних спортсменів враховуються можливості створення виховного середовища в спеціалізованих навчальних закладах

спортивного профілю, особистісно зорієнтована виховна робота тренерів, включення учнів у спортивно-тренувальний та інші види діяльності. Вони мають впливати на свідомість, почуття і поведінку учня з метою передачі необхідної корисної інформації, формування практичних навичок і вмінь, розвитку мотивів і потреб у моральній поведінці.

Р. Стасюк, І. Востоцька, І. Осіпова підкреслюють великі можливості спортивної навчально-рухової діяльності для вирішення завдань морального виховання, що обумовлено її змістом, який включає в себе розмаїття інтелектуальних, пізнавальних, емоційних і моральних компонентів, та формами організації, в яких поведінка учня відкрита для спостереження вчителем у різноманітних ситуаціях і емоційних станах (часто на межі людських можливостей). При цьому, наявність постійних тісних контактів і емоційність взаємовідносин відкривають перед педагогом можливості для створення необхідних для виховання ситуацій. Такі ситуації мають, наприклад, місце в умовах суперництва, що вимагає дотримання певних правил, норм спортивної етики, поваги до суперника (Stasyuk 2010).

Окрім того варто відзначити роль олімпійської освіти і виховання у формуванні моральних якостей особистості. Так, В. Манолакi та А. Будевич вважають, що олімпізм може сприяти формуванню нових напрямів у різних сферах людської діяльності, що ґрунтується на вихованні взаєморозуміння і солідарності, екологічному вихованні, вихованні гармонійної особистості та спортивної етики (Manolaky 2007).

Інноваційність процесу олімпійського виховання, на відміну просто фізичного виховання, полягає в його цілісності та інтегрованості, в пріоритетному засвоєнні культурного потенціалу спортивної діяльності, у формуванні спортивних вмінь і навичок на основі олімпійської культури. Вона сприяє цілеспрямованому формуванню гуманістичних якостей спортсмена, якими є: глибока повага до спортивного суперника, визнання високої цінності його особистості, принципової неможливості ні в якій спортивній ситуації приниження його гідності, нанесення шкоди його життю і здоров'ю, колективізм, відданість своєму спортивному товариству і команді, неможливість зради, повага до членів своєї команди, відсутність пихатості і егоїзму; скромність та простота, незалежно від досягнутих успіхів у спорті; почуття патріотизму і відповідальності за престиж своєї батьківщини у міжнародних змаганнях; ні за яких обставин бажаний високий спортивний результат не може бути підставою нечесної поведінки спортсмена (вживання допінгу, підкуп суддів, та інше) по відношенню до суперника (Kolos 2006).

Підсумовуючи розгляд моральних аспектів спортивної діяльності, слід відзначити вагому роль спорту у вихованні морально-вольових якостей особистості, що виявляється у формуванні характеру, мужності, почуття відповідальності, колективізму, ідеалів «чесної гри» тощо. Водночас не слід

забувати, що спорт має й зворотний бік, бо може сформувати в індивіда егоцентризм, безпринципність, прагматизм, надмірну жагу до перемоги. З огляду на це виникає необхідність створення системи цілеспрямованого спортивного виховання. Така система має бути спрямована на реалізацію значного позитивного виховного потенціалу спортивної діяльності та стримувати негативний вплив спорту на особистість. Зрештою, провідну роль у цих процесах має відігравати моральне самовиховання особистості спортсмена, що передбачає його перетворення у суб'єкта саморозвитку й активізацію зусиль із самореалізації через спортивну діяльність.

Література

1. Боднар А. О. Вплив фізичної культури і спорту на формування особистості школяра / А. О. Боднар // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини : збірник наук. праць. – 2010. – Вип. 3. – С. 12–16.
2. Візитей М. М. Спорт вищих досягнень і його соціально-культурна місія в нових умовах розвитку суспільства / М. М. Візитей, Д. О. Качуровський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 12. – С. 27–31.
3. Платонов В. Н. Олимпийский спорт: учебник (в 2 кн.) / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – К. : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: ученик для студ. высш. учеб. заведений физ. воспитания и спорта / В. Н. Платонов – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966 – 7133 – 64 – 8.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: ученик [для тренеров] / В. Н. Платонов – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680с. ISBN 978 – 966 – 8708 – 88 – 6.
6. Тер-Овасян А. А. Обучение в спорте / А. А. Тер-Овасян, И.А. Тер-Овасян. – М. : Советский спорт, 1992. – 192 с.

Тема 5. Олімпійські ігри Стародавньої Греції. Відродження Олімпійського руху.

5.1. Передумови виникнення олімпійського спорту

Зародившись в Стародавній Греції у VIII столітті до н.е., ОІ регулярно проводились більше тисячі років, являючи собою одну із найважливіших частин елінської цивілізації.

Історичні корені ОС йдуть в глибоку давнину, коли племена, пізніше названі грецькими, почали заселювати Балканський півострів і розташовані поряд з ним острови наприкінці III – початку II ст. до н.е. В першій половині II ст. до н.е. на острові Крит розвивається фізична культура, близька до тієї, яка виникла у скіфських народів і в Єгипті. Гімнастичні й акробатичні вправи, кулачні бої, боротьба, ігри з биками – були основним змістом спортивних програм, підготовлених для розваги глядачів під час свят і ярмарок.

Багаточисельні знахідки археологів на острові Крит та в інших областях розповсюдження мінойської культури свідчать про включення в програми святкування змагань з кулачного бою, боротьби, акробатичних вправ.

Уламки гіпсових барельєфів зі сценами кулачного бою і боротьби з палацу м. Кноссе – одного з центрів егейської культури, який розташований в центрі північної частини о. Крит, не тільки добре передають напружений характер змагань, але і свідчать про наявність деяких правил, спортивної форми. У борців були шоломи, які застосовувались в битвах, у боксерів – рукавички.

При розкопках в палаці в Агна-Тріада було знайдено посудину для пиття у вигляді рогу, виготовленого в пізній мінойській період (1550-1500 р. до н.е.). На посудині художник відобразив найбільш драматичні моменти кулачного бою: один атлет з потужною м'язовим рельєфом наносить вирішальний удар, а повержений суперник спершу опускається на коліна, а потім падає на землю захищаючись з останніх сил ногами від нового удару.

В середині II ст до н.е. після злиття груп ахейських і егейських племен відбувається поступове формування грецької нації. На північ від о. Крит, на Балканському півострові, починається *мікенський* період розвитку Греції, відомий своїми досягненнями в області архітектури, мистецтва, фізичного виховання.

Пам'ятки гончарного мистецтва XVI-XIV ст. до н.е. свідчать про інтенсивний розвиток спорту, де поряд з тими видами, що існували на о. Крит, з'являються і розвиваються нові – біг, перегони на колісницях. Цей період – період сміливих починань, незалежності й свободи, прагнення до досягнень у різних сферах життя, у тому числі й у сфері фізичного й духовного вдосконалення людини.

У мікенський період не лише проявився зв'язок змагань із магічними обрядами, які були присвячені Сонцю, релігійними присвяченнями, похоронними обрядами, але і сформувався особливий духовний світ Стародавньої Греції, що принципово відрізнявся від того, який панував на Сході, — світ сміливих починів, незалежності і свободи, прагнення до досягнень в різних сферах життя, у тому числі і у сфері фізичного і духовного вдосконалення людини

Однак у XIII ст. до н.е. багата мікенська культура була знищена ордами войовничих диких племен, які прийшли на Балканський півострів з більш північних районів Європи. Поселення були пограбовані і спалені, корінне населення майже повністю знищене.

В кінці X ст. до н.е., спустошені в XIII ст. до н.е. ці території були знову заселені. Утверджується нова політична структура "місто-держава" – поліс, які поступово перетворюються в центри економічного, політичного і культурного життя Стародавньої Греції.

Кожне з міст-держав мало свій політичний устрій, структуру господарства, систему освіти й виховання. Наприклад, Спарта являла собою мілітаристську державу, а в Афінах був демократичний устрій.

Самооборона полісів і утримання в покорі підвладних верств населення зробили життєво важливим перехід до фізичної підготовки у спеціальних закладах. Племінні форми несистематичного військового навчання були замінені підготовкою, яка відповідала специфічним особливостям полісів, їх географічному положенню, місцевим видам озброєння й традиціям культу.

Про стан спорту у Стародавній Греції у IX-VIII ст. до н.е. можна робити висновки за творами її поетів, в першу чергу, Гомера і Гесіода. В їх творах знаходимо опис такого суспільства, де спорт увійшов у всі ланки життя: молоді люди активно займалися фізичними вправами; полководці і герої змагалися, щоб отримати перемогу; натовпи народу спостерігали за змаганнями.

Захоплення спортом яскраво описується в "Іліаді" і "Одісеї". Всі гомерівські герої бажають відзначитися у змаганнях, кожен з них добре володіє різними видами спорту і хоче стати переможцем. Популярність у спорті залишила свій слід і в мові: стали істотними для визначення відстані вислови "один кидок диску" або "один кидок спису".

Відомо, що боротьба й кулачні бої, змагання на колісницях і в бігу були широко розповсюджені в мікенську епоху. Очевидно, тоді ж виникло фехтування. Інші види змагань – стрибки, метання спису, стрільба з лука, про які пише Гомер, виникли вже після занепаду мікенської культури.

Пізніше інших почали проводитись змагання у стрибках, тому що вони згадуються в "Одісеї", але відсутні в "Іліаді".

В архаїчний період старогрецької історії (VIII - VI ст. до н.е.) розвиток тієї сфери, яка, використовуючи сучасну термінологію, охоплює фізичну культуру і

спорт, відбувався під впливом політики, характерної для різних держав-полісів, а також поглядів, що сформувалися в різних прошарках суспільства. Наприклад, в Афінах достатню кількість засобів і часу для занять спортом мала в основному, аристократія. У її середовищі сформувалась потреба в цілеспрямованому тренуванні сили, витривалості, спритності, в оволодінні мистецтвом верхової їзди.

У цьому ж середовищі сформувалося поняття "арете", яке спочатку ототожнювалося з такими якостями людини, як сила, сміливість, фізична підготовленість, відвага, героїзм, а надалі розширилося і охопило ще і такі риси, як благородство, вихованість, ввічливість.

Інший сенс в поняття "арете" вкладався в Спарті, населеній дорійцями, що зруйнували там стародавню культуру і цивілізацію. Спарта була мілітаристською державою і займала відособлене місце серед грецьких полісів. Тому і уявлення спартанців про ідеал "арете" були пов'язані з мужністю і доблестю в битві.

Слід відзначити, що на інтенсивний розвиток спортивних змагань в Стародавній Греції великий вплив зробив найважливіший елемент життя і культури стародавніх греків – **агоністика** – принцип змагальності, який реалізувався в різних сферах життя (праці, мистецтві, спорті) з метою досягнення найкращого результату, прославлення сфер діяльності, збільшення особистого престижу і слави міст-держав. Агони – змагання, в різних сферах діяльності ¹. В історії Стародавньої Греції існує велика кількість легенд пов'язаних зі змаганнями художників, музикантів, поетів і навіть матерів.

Глибоко укорінений змагальний дух греків часто проявлявся у формі різних конкурсів, які були дієвим чинником прогресу Стародавньої Греції, забезпечуючи появу унікальних творів. Музиканти і поети, художники і скульптори, філософи і оратори боролися за першість — головну нагороду, яка дозволяла їм відчути радість перемоги.

Таким чином, створювалася атмосфера справедливості, в якій людина мала можливість демонструвати свою майстерність, заслуги і виборювати першість. Перевага тіла і духу в такій атмосфері була поставлена вище за походження і багатство. Багато поетів, художників, філософів, скульпторів, ораторів завдяки змаганням і конкурсам досягли масштабного суспільного визнання і високого суспільного положення, не зважаючи на своє родове походження.

Виховання спортивного духу в Стародавній Греції ґрунтувалося на тому ж фундаменті, що й інші культурні цінності грецької цивілізації. І головним серед них було звільнення людини від деспотії. Людину вчили вірити в себе, у власні сили і можливості, у високі цінності людського життя. Людина розглядалася як видимий образ божества, оскільки боги у греків були наділені людськими рисами.

Тілесна досконалість, фізична і духовна сили для греків були вищими еталонами, які, як правило, виявлялися і реалізовувалися на спортивних аренах.

Дух змагання, прагнення до першості і переваги породжували постійну боротьбу за владу в окремих містах-державах, конфлікти і війни між багаточисельними містами і були рушійною силою для завоювання і освоєння нових територій.

Серед безлічі як позитивних, так і негативних сторін постійного суперництва, характерного для стародавніх греків, важливу роль поступово зайняли атлетичні змагання, що набули ідеалізованої форми і стали важливою складовою частиною культури, в якій відкрите, чесне і справедливе змагання в боротьбі за першість було чесною і зразком для наслідування. Саме такий підхід до змагань атлетів був характерний для архаїчного і, особливо, класичного періодів в історії Стародавньої Греції. Він повною мірою проявився при проведенні Олімпійських ігор і інших грецьких змагань і значною мірою був втрачений в період Римської Греції.

Сучасна спортивна термінологія багата грецькими термінами: атлет, стадіон, гантелі, диск, іподром, гімнастика та ін. У той же час стародавні греки ніколи не вживали слово "спорт", яке виникло від стародавньофранцузького слова *de sport* із значенням розваги, а користувалися словом "атлетика".

Цікаво знати:

¹ Атмосфера гострої конкуренції, змагальності і протиборства, без врахування якої не можливо зрозуміти спосіб життя стародавніх греків і їх культуру, природно витікала з міфів. Відомо, що олімпійським богам була властива конкуренція, пристрасть до змагань. Зевс звільнив Олімпію від влади Кроноса, Аполлон Дельфи від Піфона. Посейдон змагався з Аполлоном за Дельфи, а з Афінною — за Афіни. Чим іншим, якщо не конкурсом краси, був знаменитий суд Паріса, що вирішував, кому з трьох великих богинь віддати яблуко, призначене найпрекраснішій? А скільки разів смертні жінки кидали виклик богиням, наважуючись змагатися з ними своєю красою або мистецтвом рукоділля, як це зробила зухвала Арахна, яка бажала перевершити в прядінні і ткацтві саму богиню Афінну. Одиссей добився Пенелопи, перемігши всіх суперників у змаганнях в бігу, а Пелопе-Гіподамії - перемогою в перегонах на колісницях.

Фізичне виховання в системі освіти і виховання Стародавньої Греції

В атлетичній Стародавньої Греції, як і в сучасному спорті, основна увага відводилася змаганням, яскравим спортивним подіям, відомим атлетам. Що ж до буденного спортивного життя, то воно протікало менш помітно - на спортивних майданчиках і в палестрах і залишило про себе лише уривчасті, в основному, непрямі відомості.

Старогрецька філософія, як вже наголошувалося, зводила в найвищу цінність досягнення людської особистості, гармонійне поєднання у ній фізичних, моральних й інтелектуальних якостей, постійне прагнення до суперництва, бажання бути кращим. Ці положення філософії і зумовили ту роль, яку відіграли фізичне виховання і атлетика в культурі стародавніх греків і відношення до цієї сфери діяльності в їх суспільстві.

Перше, чому навчали молодь в Стародавній Греції, — це навички читання і писемності, пізніше — вокальним умінням (співу) і грі на музичних інструментах. Про велике значення, якого стародавні греки надавали музиці, свідчить те, що музичні інструменти і пісні використовувалися для супроводу танців, що, за словами Платона, єднає людину з богами і відрізняє її від тварин.

Вельми важливе місце в освіті старогрецької молоді (зокрема, в Афінах) займала гімнастична і атлетична підготовка. Про роль, яку відігравали ці складові в Стародавній Греції, свідчать і твори багатьох видатних представників старогрецької цивілізації, що зайняли особливе місце в світовій культурі і науці ¹.

В основу стародавньогрецької системи освіти і виховання був покладений синтез розумового і фізичного вдосконалення. Освіта включала три однаково важливих частини: інтелектуальну, музичну і фізичну. В результаті освіти і виховання молоді люди повинні були знайти рівновагу тіла і духу, досягти ідеалу — єдності краси і добра.

Найвищого успіху стародавньогрецька система освіти й виховання досягла в IV ст. до н.е., дякуючи софістам, які стали першими вчителями-професіоналами. Софісти добре знали історію спортивних змагань, найбільш цікаві події ОІ, прізвища переможців.

Особливо великих успіхів грецька школа досягла в риториці і філософії, дякуючи знаменитій школі риторики, яка була заснована у 392 р. до н.е. Ісопратом і не менш відомій Академії Платона, відкритій у 397 р. до н.е.

Хлопчики в Стародавній Греції повинні були мати трьох вчителів — граматика, кіфариста і педотриба. Граматик навчав читання і письму, а також рахунку, пізніше допомагав дітям вивчати твори поетів і письменників, в першу чергу Гомера і Езопа. Кіфарист навчав гри на кіфарі й лірі, пісням і гімнам. Під керівництвом педотриба — вчителя гімнастики — діти займались фізичними вправами, тренувались, змагались в бігу, стрибках, метаннях та інших видах, маючи надію досягти високих показників, перемогти у великих спортивних іграх.

Спочатку вправи і змагання хлопців проводилися на відкритих майданчиках. Назва таких майданчиків — "дромос" (з грецької йготоз — місце для бігу) — характеризує і основну спрямованість фізичного виховання. Пізніше фізичне виховання перекладалося на міські майданчики — в палестри — дворічні або трирічні школи для 13-15-річних хлопчиків, в яких навчали боротьби, бігу, стрибкам, метанню диску і спису, плаванню, а також проводили бесіди на політичні і етичні теми.

Одночасно з палестрами відкриваються і гімназії ² — навчально-виховні установи, в яких займалися гімнастикою, а також навчалися політиці, філософії, літературі.

Поступово відбувається змішання двох напрямів фізичного виховання, характерних для палестр і гімнасій. Гімнасії стають основними центрами фізичного виховання, в яких розміщуються приміщення для боротьби (палестри), бігові доріжки, зали для кулачного бою, басейни, лазні, приміщення для масажу та ін.

В системі античної гімнастики виділяли три частини:

- ігри, які застосовувались у підготовці дітей (рухливі ігри, ігри з м'ячем, вправи з предметами — обручем, диском, списом та ін.);
- палестру (це слово походить від назви залів, де проводилися змагання борців) — система фізичних вправ з програми пентатлону (біг, стрибки

у довжину, метання спису, метання диску і боротьба), доповнені плаванням, веслуванням, кулачним боєм, стрільбою з луку, бігом зі зброєю та ін.;

- орхестрику – вправи, в основі яких ігри з м'ячем, акробатика, ритуальні, обрядові і побутові танці.

Кожна з цих частин мала своє призначення: ігри застосовувались в процесі фізичного виховання дітей; палестра визначала основний зміст фізичного виховання молоді; орхестрика була доповненням до палестри і вирішенням задачі розвитку спритності, підготовки до тренувальних занять і змагань.

Фізичне виховання починалось з 7-8 річного віку в гімнасіях і палестрах. По досягненню 15 років фізичне виховання в гімнасіях набувало спортивної спрямованості. Тут, поряд з п'ятиборством, юнаки займались боротьбою, кулачним боєм і плаванням. Юнаки з багатих родин займались в гімнасіях і до 18-20 років, де вони продовжували удосконалення в різних видах спорту.

Слід зазначити, що здобування освіти в Стародавній Греції було винятковою перевагою вільно народжених громадян. Рабам заборонялося займатися вправами, що розвивають фізичну силу і витривалість, тренуватися в палестрі і брати участь в змаганнях. Навіть у державах-містах, де раби мали більш менш широкі права, їм заборонялися відвідини гімнасіїв.

Про значення фізичної культури в Стародавній Греції свідчить те, що людина, яка не вмiла писати і плавати греками вважалась "тілесною і розумовою калікою". Платон називав кульгавим кожного, у кого розум і тіло були розвинені непропорційно.

В місті Пеллене юнак міг дістати громадянські права лише витримавши іспит з атлетики. Еліни казали: "спочатку необхідно побудувати міцну посудину, а потім вже наповнювати її вином просвіти". Рабам було заборонено займатися вправами, які розвивали силу, витривалість, тренуватися в палестрі, брати участь у змаганнях.

Якщо система виховання в Афінах мала різнобічний характер і поєднувала в собі розумове, духовне й фізичне, то в Спарті виховання носило виражений військовий характер. При цьому виховання дівчат мало в чому відрізнялося від виховання хлопчиків. Таке відношення до виховання багато в чому обумовлювалося структурою населення Спарти, що істотно відрізнялася від тієї, яка була в Афінах. Якщо в Афінах близько половини населення складали вільно народжені громадяни, то в Спарті більша частина населення складалася з рабів. Природно, що утримати владу в таких умовах можна було лише військовим режимом.

В Спарті, як і в Афінах, система фізичного виховання починалося з 7 років. У 15 років підлітки включалися в групу ейренів. Фізична підготовка будувалась на основі п'ятиборства, кулачного бою і боротьби. Разом з юнаками навчалися й дівчата. Систематична фізична й військова підготовка здійснювалася у Спарті до 30-річного віку.

У 18-річному віці спартанці виходили з розряду хлопців і ставали кандидатами, які несли службу, подібну ефебам в Афінах. У віці 25 років спартанці вступали в регулярну армію. І лише в 35-річному віці вони потрапляли в розряд дорослих і отримували право вести власне господарство.

Окрім повсякденних вправ, в Спарті для того, щоб привчити хлопчиків і юнаків переносити біль, застосовувалося досить жорстоке щорічне випробування: їх сікли батогами перед віттарем Артеміди. Не дивлячись на те що таке випробування (до крові) було досить болючим, ті, хто піддавалися йому, жахаючись ганьби, не мали права ні плакати, ні просити про помилування, хоча і бували випадки, коли хлопці вмирали від таких побоїв.

В містах на о. Крит громадяни турбувалися про таке виховання дітей, яке дозволяло б всебічне інтелектуальне і фізичне виховання органічно поєднати з військовою підготовкою.

Греки уважно слідкували за тим, щоб вся система виховання, у тому числі і фізичне, органічно поєднувалась з суспільно-політичною структурою кожного міста-держави (полісу).

Різні спортивні змагання і в першу чергу ОІ суттєво впливали на характер фізичного виховання, яке поступово втратило виражений військовий характер. У ньому з'явилися елементи естетики, видовищності, виразності рухів і їх ефективності, що забезпечували успішний виступ в атлетичних змаганнях.

Цікаво знати:

¹ **Сократ** — видатний старогрецький філософ, особливу увагу у своїх працях приділяв розгляду людини, — був прибічником здорового способу життя, загартовування і використання фізичних вправ.

Платон, найбільш відомий учень Сократа і вчитель Арістотеля, вважав, що до 10-річного віку основним компонентом виховання дітей повинно бути саме фізичне виховання, а з 11 років їх повинні навчати писемності і читанню. Платон вимагав не лише від юнаків, але й від дівчат займатися різними видами атлетики: бігом, боротьбою, стрільбою з лука, верховою їздою. Особливе місце виділяв танцям і боротьбі. Проте основою й фізичного виховання він, все ж, вважав, біг.

Велику увагу фізичному вихованню і атлетиці приділив в своїх працях **Арістотель**. Він, як і Платон, вважав, що в процесі виховання первинним є розвиток тіла, а потім — душі. Він писав: "Зрозуміло, що в справі виховання розвиток навиків повинен передувати розвитку розуму і що фізичне виховання повинне передувати вихованню розумовому. Звідси витікає, що хлопчиків потрібно віддавати в руки вчителів гімнастики і педотрибів: перші приведуть в належний стан їх тіло, а другі прищеплять їм спритність..."

Арістотель зробив безліч цікавих спостережень і сформулював правила, які мають відношення до атлетики, значення яких є актуальним і сьогодні. Він попереджував, що однобічна підготовка, спрямована лише на виступ в одному виді змагань, виснажує організм атлета вже в розквіті сил, негативно позначається на його здоров'ї, формує статуру, бездарну для виконання громадянського обов'язку. У підготовці атлета він виділяв тілесну підготовку, яка здійснювалася за допомогою гімнастики, і підготовку, спрямовану на вдосконалення мистецтва боротьби, без якого досягнення високого результату є неможливим.

Арістотель чітко розділяв фізичне виховання і спорт (атлетику), обґрунтовував необхідність різносторонньої підготовки для атлетики, особливо для п'ятиборства. Він обґрунтував необхідність індивідуального

підходу, доводячи, що для кожного тіла необхідна своя гімнастика, своя кількість вправ.

Особливу увагу Арістотель звертав на те, що участь хлопців в масштабних змаганнях і передчасні великі фізичні навантаження зношують їх організм. Він рекомендував застосовувати вправи, що вимагають великих зусиль, лише після періоду статевого дозрівання, щоб не перешкоджати розвиткові і зростанню молодих людей.

² Свою назву гімнасії отримали від слова "гімнос". У Гомера воно означало "без зброї", а надалі почало вживатися в значеннях "без верхнього одягу", "голий".

Спортивні споруди у Стародавній Греції

У Стародавній Греції для занять спортом будувались різні споруди – гімнасії, палестри, стадіони, гіпнодроми та ін.

У VII ст до н.е. з'явилася нова тактика ведення бойових дій — фалангами важко екіпірованих воїнів, які виступали щільними рядами (фаланга зазвичай складалася з восьми лав). Шлем, броня, захисні щитки важили до 30-40 кг, заважали воїнам рухатися, бачити і чути. Щільність фаланг під час битви була найважливішим чинником, оскільки будь-який безлад міг привести до поразки. Тому було потрібне спеціальне тренування воїнів, здатних швидко сформуватися в монолітну фалангу. У цей час і з'явилися гімназії, як місце для тренувань воїнів.

У будівництві гімнасій та інших споруд для проведення змагань мабуть використовувались недовговічні матеріали (глиняна цегла, дерево та ін.), тому наші уявлення про стадіони, палестри і гімнасії базуються на археологічних і літературних джерелах більш пізнього часу, починаючи з середини IV ст. до н.е.

У IV ст до н.е. стратегія і тактика битв дещо змінилися. Екіпірування воїна стало набагато легшим, що позитивно впливало на маневреність, великого значення починає набувати кіннота. Відпала необхідність у відпрацюванні тактики побудови військ фалангами. Тому гімнасії в кінці V—IV ст. до н.е. використовуються, в основному, для фізичного вдосконалення і атлетичної підготовки молодих людей. Саме у цей період в Афінах були побудовані три найбільш відомих гімнасії — Синосарг, Ліцей і Академія.

Синосарг – був розташований на південному сході Афін. В його місцевості розташувався маленький храм, присвячений Гераклу.

Ліцей розташувався на сході Афін. Найбільш вірогідний час побудови – IV ст. до н.е. Гіпнодром мав відстань двох стадій і використовувався не лише для бігу, але і для проведення скачок.

Академія – третій гімнасій Афін, за свідченнями археологічних розкопок, займав ділянку в західній частині міста розміром 450х300 м. Тут знаходився великий комплекс будов з прямокутною палестрою і приміщенням для ванн. Перші будівельні роботи почалися в кінці VI ст. до н.е., основні споруди датуються кінцем еллінського періоду і початком римської епохи.

Гімнасій в Дельфах є найбільш давнім (IV ст. до н.е.). Більша частина його споруд була побудована на штучних терасах у 150м на північному заході від храму Афіни і поряд з джерелом Касталія, який забезпечував гімнасій водою. Відгороджене місце мало 200м у довжину і 65м у ширину. На більш високому місці знаходився закритий портик палестри.

Перед ансамблем будов палестри розташовувався *парадром* – відкрита доріжка для бігу з лінією старту і лінією фінішу. Ця доріжка була розташована поряд із закритою доріжкою, яка використовувалася для тренування у погану погоду (дощ чи спека). Поверхню доріжок чистили, розпушували і трамбували (ці доріжки використовувались для тренування в бігу, а також метання спису і диску). В закритому місці для занять на відстані 172, 996 м знаходились місця старту й фінішу. Існувала також нижня тераса, на якій розташовувалась палестра розміром 35x35 м. Тут було декілька залів і туалетні кімнати. У спеціальних приміщеннях розташовувались ванни і масажні зали. Їх приміщення обігрівались печами.

У внутрішньому дворі атлети займалися бойовими видами спорту: боротьбою, панкратіоном, кулачним боєм під постійним поглядом образу Гермеса (покровителя юнацтва і атлетів) або статуї Геракла (напівбога сили й люті).

Вправи зі стрибків у довжину атлети виконували також у внутрішньому дворі. Яма була заповнена сухим піском. Тут також тренувались борці, боксери і стрибуни.

Аподитерій – спеціальне приміщення з колонами або пілястрами, напіввідкрите на центральне подвір'я, з лавами біля стін. Тут атлети знімали білизну і залишали її у сховищі. Атлетів змащували маслами, робили масаж. Аподитерій був місцем відпочинку після напружених тренувань.

Прикладом монументального будівництва у середині елінського міста є гімнасій в Пергамо. Його будівництво було здійснено разом з побудовою Акрополя і є свідком видатної майстерності архітекторів Пергамо.

Гімнасій в Пергамо, побудований в період між 197 і 139 рр. до н.е., розташовувався на трьох величезних терасах південно-східного схилу Акрополя. Палестра знаходилася на третій - найбільшій (230 x 160 м-кодів) і найвищій терасі і була продовгастої будови (72 x 36 м) загальною площею 2592 кв.м (для порівняння, площа палестри, наприклад, в Олімпії — 1681 кв.м). Із заходу, півночі і сходу її оточував портик з 55 колонами. З часом римляни повністю реконструювали північну частину споруди: побудували імператорський зал на тисячу глядачів, а також дві тераси - в східній і західній частинах.

Гімнасій, який діяв в Олімпії, відрізнявся від інших тим, що він використовувався винятково для підготовки атлетів протягом місяця перед проведенням ОІ. Палестра, типова елінська будова розміром 66,35 x 66,75 м, була споруджена в кінці III ст до н.е. До її північної частини на початку II ст до н.е. був прибудований гімнасій (завдовжки 220 м), до південної — широкий портик (близько 70 м), в кінці II ст до н.е. до східної частини прибудували монументальний головний вхід і закритий портик, де тренувалися атлети.

Особливу роль в Стародавній Греції відігравали спортивні споруди Еліди — міста, розташованого на відстані близько 300 стадіїв від Олімпії. Основною

пам'яткою Еліди був гімнасій, в якому атлети проходили попередню підготовку перед тим, як отримати дозвіл для участі в Олімпійських іграх. Згідно Філострату, тривалість такої обов'язкової підготовки складала 30 днів. Проте це вимога, найімовірніше, стосувалася лише атлетів, які вперше прибули на Ігри.

Гімнасій являв собою огорожений колонами критий майданчик з біговими доріжками, що дозволяло проводити заняття і в погану погоду. Окремий майданчик в гімнасії був відведений для борців, де елланодіки (судді атлетичних змагань) оцінювали майбутніх суперників, розділяли їх за віком і майстерністю. Тут же знаходилися жертovníки богам і героям — Деметрі, Гераклу Ідейському (захисникові), Ероту і Антероту (антиподу Ерота або відворотнику любові).

Знаходився в Еліді і інший гімнасій, меншого розміру і чотирикутної форми, в якому проходили підготовку кулачні бійці і борці. Він був обнесений огорожею, в ньому розташовувалося декілька статуй, у тому числі статуя Зевса, споруджена в його честь з штрафних грошей, отриманих від Елійца II - ліктора і від Сосандра із Смирні.

Третій гімнасій Еліди носив назву Мальфо і призначався для юнаків. Він був обнесений огорожею і відрізнявся м'яким ґрунтом. З обох сторін від входу були розташовані статуї юнака — кулачного бійця Сарапіона родом з Александрії. Він прославився не лише тим, що виграв Ігри 217-ої Олімпіади (89 р. н.е.), але і тим, що забезпечив хлібом Еліду, яка в той рік страждала від нестачі продовольства.

Центральна площа Еліди одночасно була і гіподромом, на якому місцеві жителі об'їжджали коней. Тут же знаходилися ринок і галерея, побудована в дорічеському стилі, — місце зустрічей елланодіків. В кінці галереї був розташований Елланодікеум — будинок, в якому протягом десяти місяців, що передували Олімпійським іграм, проживали і проходили навчання правилам і законам особи, вибрані елланодіками.

Багаточисельні археологічні пошуки, літературні джерела свідчать про те, що гімнасії були побудовані в багатьох містах Греції (26 гімнасій) в період елінізму (III і II ст. до н.е.). У I ст. до н.е. і в наступні роки побудували тільки 9 гімнасій.

Поступово гімнасії перетворювались в школу освіти і виховання, де крім спорту вивчали філософію, ораторство, граматику. Тут розміщувались бібліотеки. Видатні стародавні мислителі створювали в гімнасіях свої школи: Платон – в Академії (385 р. до н.е.), Арістотель – в Ліцеї (335 р. до н.е.).

Під час археологічних розкопок у всіх великих спортивних центрах Стародавньої Греції знайдені стадіони для спорту. Найбільш великим і дослідженим є стадіон в Олімпії (бігова доріжка довжиною 192,24 м). Навколо стадіону були побудовані стіни, спеціальні місця для старту і фінішу, трибуна для суддів та ін.

Істмійський стадіон в Коринфі був розташований поруч з храмом Посейдона (ширина бігового поля складала 21,49 м). Глядачі знаходились на природній земляній трибуні.

Стадіон в Дельфах (можна побачити сьогодні) датується II ст. до н.е. – довжина доріжок складала 177,42 м, ширина від 25,33 до 29,34 м; стадіон

містив 6500 глядачів, у центрі північної частини була трибуна для почесних гостей.

Стадіон в Немеї був побудований в кінці IV ст. до н.е. - довжина доріжок 178 м, ширина – 23,93.

Стадіон в Афінах був побудований у 330-329 р. до н.е. з метою проведення Панафінських ігор, які проводились в іншому районі Афін з 566 р. до н.е.

5.2. Організація, проведення та стародавніх Олімпійських ігор

Зародження ОІ у Стародавній Греції пов'язують з ім'ям грецького героя Геракла, легендарного царя Пелопса ¹, спартанського законодавця Лікурга ² і елінського царя Іфіта ³.

Деякі дослідники стверджують, що ОІ проводились на честь свята Урожаю. Тому переможці й нагороджувались оливковою гілкою. Час проведення Ігор – серпень-вересень ніби підтверджує цю версію. Існує й багато інших міфів і легенд і всі вони тісно пов'язані з героями стародавньої грецької міфології і релігійними святами.

Неможливо з достовірністю стверджувати, коли почали проводити спортивні ігри на честь богів і коли ці ігри набули загальноеллінського характеру. Датою початку ОІ Стародавньої Греції прийнято вважати 776 рік до н.е. Терміни проведення ОІ не порушувались навіть тоді, коли країна була втягнута у великі зовнішні війни.

У III ст. до н.е. афінський історик Тімей ввів систему відліку літ за "олімпіадами", тобто ввів в історіографію олімпійську еру. Дата будь-якої події визначалась за її місцем у чотирирічному олімпійському циклі. Вихідною точкою літочислення став рік проведення перших ОІ.

Серед дивовижних досягнень стародавньої цивілізації, пов'язаних з ОІ, слід назвати **екехірію** – традицію, яка забороняла всім містам-державам проводити війни у період проведення ігор, коли найкращі спортсмени Стародавньої Греції мирно змагались в Олімпії ⁴. Період загального перемир'я в Елладі продовжувався близько трьох місяців – час необхідний для підготовки атлетів до Ігор і участі у змаганнях, дорогу в Олімпію і назад.

ОІ часів їх розквіту були масштабними грецькими форумами, роль і значення яких далеко виходили за спортивні рамки. Часто вони використовувались у якості арени для різноманітних політичних акцій. Наприклад, на ОІ був укладений 30-ти річний мир між Афінами і Спартою (V ст. до н.е.).

Були в стародавні часи й ті, хто був проти проведення спортивних ігор. Деякі філософи критикували односторонність фізичного виховання, що за їх думкою наносило шкоду всебічному розвитку особистості, особливо інтелектуальному. Деякі відомі люди Стародавньої Греції ревниво сприймали славу атлетів. Але популярність спорту і ОІ була дуже високою.

На перших тринадцяти ОІ греки змагались лише в бігу на один стадій, довжина якого, за сучасними мірками, складала 192,27 м. Цей вид бігу протягом півстоліття був єдиним змаганням на Олімпійському святі еллінів.

Стартували бігуни зі спеціальних мармурових плит, в яких були зроблені поглиблення для пальців ніг.

На 14-й Олімпіаді (724 рік до н.е.) у програму додається біг на дві стадії. Починаючи з 15 ОІ впроваджується біг на довгі дистанції, довжина яких складала 8, а потім 10, 12, 24 стадій.

Програма ОІ 708 року до н.е. поповнилась пентатлоном, який складався зі стрибків, бігу, метання диску, метання спису або дротика і боротьби. Стрибали греки у висоту і в довжину. А також з гантелями з олова. З 688 року до н.е. у програму входив і кулачний бій. Лише 8 років пізніше з'явилися добре знайомі героям Гомера змагання на колісницях, упряжених четвіркою коней. У середині VII ст. до н.е. у програму змагань був включений панкратіон – боротьба, в якій були дозволені будь які прийоми. У середині VI віку до н.е. почали практикувати перегони воїнів у повному озброєнні, яке пізніше обмежили тільки щитом.

Змагання з плавання в програму ОІ не включались, хоча греки були чудовими плавцями, тому що фізична підготовка включала в себе і плавання.

В 632 р. до н.е. до участі в Олімпійських іграх допустили молодь, організувавши для них змагання з бігу і боротьби. В подальшому програма Ігор для молоді поповнилась і кулачним боєм. А у 200 р. до н.е. в програму Олімпійських ігор були включені змагання з панкратіону серед хлопчиків, і першим переможцем в таких змаганнях став Фадімос з Єгипту.

Навколо ОІ було немало конфліктів, які були викликані бажанням окремих міст взяти на себе контроль за їх організацією.

Під час святкування Олімпійських ігор зі всіх міст Греції люди приїжджали в долину Алфею, а широке гирло річки заповнювали кораблі, прибулі з різних грецьких колоній, розташованих в Італії, Галії, на Сицилії, в Азії і Афри. З цих кораблів сходили на берег і слідували в Олімпію посольства різних міст на чолі з відомими всій Елладі діячами. Раби вивантажували з корабельних трюмів багаточисельні піднесення і тварин, призначених в жертву, а також розкішні колісниці і коней, які повинні були приймати участь в кінних змаганнях.

Проведення Олімпійських ігор зазвичай супроводжував дуже великий ярмарок, на якому торговці в дерев'яних бараках, розташованих вздовж доріг і на відкритих просторах, пропонували всім бажаючим безліч товарів. Під час Ігор не було нестачі і в розвагах. Глядачі брали участь в урочистих церемоніях, на яких відплачувалися почесні переможцям, а також спостерігали за жертвопринесеннями, відвідували храми, захоплюючись їх убранням, і розглядали багато чисельні пам'ятники і статуї, встановлені в Алтісі.

Навіть у важкі для старогрецьких міст-держав часи греки прагнули не порушувати традицію регулярного (раз в чотири роки) проведення Олімпійських ігор.

На Олімпійських іграх старогрецькі поети оспівували ці свята, атлетичні змагання і їх переможців у віршах і гімнах, а оратори — в своїх промовах. Починаючи з Ігор 84-ої Олімпіади, що відбулися в 444 р. до н.е., в Олімпії проводилися і конкурси мистецтв. Там звучали твори Архілоха, Піндара, Софокла, Симоніда, мудрі виступи оратора Демосфена, філософів Геракліта, Платона, Діогена та інших. Артисти, оратори, філософи прагнули брати участь

в олімпійських "змаганнях розумів", а перемогу розглядали як вершину своєї творчості.

Основні види змагань, які включались у програми ОІ:

Біг – один із найбільш стародавніх видів змагань. Для занять бігом перш за все відбиралися юнаки, які займалися полюванням або були пастухами, оскільки їх спосіб життя розвивав якості, необхідні для бігунів.

Заняття і змагання проводились на спеціальних майданчиках визначеної довжини, яка вимірювалися в стадіях, щоб бігуни мали можливість розвинути швидкість, і достатньої ширини – для участі багатьох атлетів. Стадій мав довжину 192,27 м і стадієм почали називати й сам майданчик.

Лінії старту і фінішу позначалися борознами або чим-небудь іншим. Лише пізніше (приблизно IV в. до н.е.) ці лінії починають позначати мармуровими плитами і вони стають постійними. Стартові місця розділялися стовпчиками, до яких прикріплялися палиці, що піднімалися і опускалися. До їх кінців прив'язувалися мотузки, що тягнулися до стартера. По сигналу стартер різко опускав мотузку, палиці одночасно падали і атлети починали біг.

Місце кожного бігуна на старті визначалось жеребкуванням. По прямій пробігали один стадій, після повороту бігли у зворотному напрямку, і так всю змагальну дистанцію.

Існували різні види забігів: на 1 стадій, на 2 стадії, на 8-24 стадії, біг озброєних атлетів на 2-4 стадії. Вже в стародавній Олімпії існувала система жеребкування спортсменів. Вони спочатку брали участь у відбіркових турах, переможці яких виступали у фінальних забігах.

Перед змаганнями бігуни розташовувалися на арені і глашатай представляв публіці кожного з них. Відомих спортсменів, особливо переможців попередніх Олімпійських ігор або інших всегрецьких змагань, глядачі бурхливо вітали. Потім виносилася ваза Зевса, великий кубок з срібла, в якому знаходилися картки з деревини з різними буквами алфавіту. Спортсмени діставали картки і по команді глашатая займали місце на старті відповідно до букви.

Ефективність старту забезпечувалася мармуровими плитами з поглибленнями, розташованими уздовж лінії старту. У ці поглиблення спортсмен ставив ступні босих ніг і займав передстартове положення, багато в чому схоже на те, яке займають сучасні бігуни на довгі дистанції. Лінії бігу для кожного спортсмена визначалися розмежувальними стовпами, розташованими на лініях старту і фінішу, що допомагало атлетам вибрати правильний напрям бігу.

Для занять бігом перш за все відбиралися хлопці, які захоплювалися полюванням або були пастухами, оскільки їх спосіб життя розвивав якості, необхідні для бігунів. Проте розроблена система підготовки бігунів давала можливість займатися цим виглядом спорту і іншим хлопцям.

Метання диску – було видом змагань, який не мав безпосереднього зв'язку з військовою або трудовою практикою. Гомер згадує про змагання з метання диску, яке організував ще Ахілес на честь загиблого Патрокла. В подальшому метання диску стало одним із видів п'ятиборства. Диск виробляли з каменю, а потім зі свинцю або сплавів. Диски мали діаметр від 17 до 32 см, масу від 1,3 до 6,6 кг.

Особливістю техніки метання диску античних атлетів, на відміну від техніки сучасних дискоболів, була відсутність обертальних рухів тіла, які сприяли розвитку великої відцентрової сили. Кидок здійснювався після декількох пробних махових рухів, при стабільному положенні ніг, про що свідчать роботи художників і скульпторів того часу.

Стрибки у довжину – як і біг, були одним із найпростіших видів змагань. Як вид п'ятиборства змагання у стрибках розвивались у двох напрямках: 1) з використанням обтяжень (альтерів) вагою від 1,6 до 4,6 кг, які учасник змагань тримав в руках під час стрибка; 2) з використанням музичного супроводу (труби), атлет повинен був продемонструвати гармонію і ритмічність рухів.

Майданчик для розгону мав довжину близько 50 футів і завершувався поперечною балкою для розгону, за якою була яма для приземлення (довжиною 16 м), наповнена матеріалами, які використовувалися для набивки матраців і страхував атлетів від травм.

Метання спису – проводились змагання з двох видів метання спису: метання на відстань і метання у ціль. Метання спису на відстань проводилось частіше і було одним із видів п'ятиборства.

Спис був дерев'яним, завдовжки в зріст людини, загострений спереду, але легший, аніж спис воїна. На нього надівали залізний наконечник, щоб центр тяжіння зміщувався на передню частину, що помітно впливало на швидкість польоту і точність попадання в ціль. Для збільшення дальності польоту використовувалося спеціальне пристосування. До центральної частини держака закріплювалася шкіряна стрічка з петлею на кінці, в яку атлет вставляв вказівний і середній пальці, утримуючи держак трьома іншими пальцями.

Використання ременя істотно збільшувало амплітуду руху під час кидка і збільшувало дальність польоту списа.

Змагання зо метання спису найімовірніше проводилися на тому ж майданчику, на якому проводилися і змагання з бігу, а лінія старту на біговій доріжці служила відміткою, з якою повинне було здійснюватися метання.

Боротьба – входила у п'ятиборство, а також була окремим видом змагань. Змагання проводились з двох видів боротьби: 1) "стоячи", коли переможцем вважався борець, який поклав суперника на пісок тричі; 2) "нижня боротьба", яка велася до тих пір, поки один зі спортсменів тричі не прижимав суперника до землі, утримуючи його до вказівки суддів.

Поєдинки борців зазвичай проводилися в центрі стадіону, на спеціально відведеному майданчику, який обкопувався і поливався водою. Перед поединком атлети змащували свої тіла маслом для того, щоб їхні тіла були слизькими і незручними для проведення захоплень і прийомів суперником.

Порядок поєдинків визначався результатами жеребкування, яке проводилося приблизно по такій же схемі, як і при змаганнях в бігу.

Поєдинки були не обмежені в часі і могли проводитися до повного виснаження сил одного із суперників.

Кулачний бій найімовірніше в програму ОІ був введений у 688 р. до н.е. і одразу набув популярності. Вагові категорії були відсутні і всі учасники, не залежно від ваги, приймали участь в одній групі.

Перед поєдинком атлети намотували на руки шкіряні стрічки для фіксації променево-зап'ясткових суглобів і пальців. Такими стрічками користувалися до V ст. до н.е.

У IV ст до н.е. з'явилася "рукавичка", що являла собою заздалегідь згорнуті стрічки за формою кисті.

За часів Римської імперії (II ст. до н.е.) конструкція рукавички була змінена. Її укріплювали залізом і свинцем.

Залежно від того, якими рукавичками користувалися атлети, змінювалися техніка і стиль бою. Так, м'які рукавички вимагали гнучкості, спритності, хорошої техніки; при використанні рукавичок з обтяженнями основна увага приділялася захисту і силі ударів.

На відміну від сучасного боксу, в стародавньому кулачному бою не було обмеження тривалості поєдинку. Атлети билися до тих пір, поки один з них не втрачав свідомість або не визнавав своєї поразки, піднявши один або два пальці. Інколи суддя міг призначити короткочасний відпочинок.

Якщо суддя сумнівався у визначенні переможця, то він приймав рішення, згідно якого почергово наносилася серія ударів нерухомому супернику. Черговість нанесення таких ударів визначалась жеребкуванням. Атлет, який витримував серію ударів визнавався переможцем. Дуже часто подібні поєдинки мали летальне завершення.

Правилами кулачного бою заборонялося застосовувати прийоми боротьби, наносити удари нижче поясу, використовувати рукавиці, які виготовлені із свинячої шкіри, а також захищати голову бійця товстою шкірою

Пентатлон – (п'ятиборство) змагання, яке складалося з п'яти видів атлетики – стрибок, метання диску і спису, біг, боротьба.

Різноманітність видів змагань вимагала від п'ятиборця різнобічної фізичної підготовки і володіння технікою різних видів спорту, що досягалося лише тривалим і наполегливим тренуванням. Особливу популярність цьому вигляду спорту приносила його прикладна спрямованість, оскільки п'ятиборці в разі війни виявлялися найбільш майстерними бійцями.

До появи пентатлону в програмі Ігор Олімпіад всі види змагань, включені в п'ятиборство, були добре відомими і самостійними видами спорту.

До теперішнього часу історики ведуть дискусії про точну дату появи п'ятиборства в програмі Ігор Олімпіад. Найімовірніше він з'явився на Іграх 18-ої Олімпіади в 708 р. до н.е., а першим переможцем в цьому виді спорту став Лампіс з Лаконії.

Не вирішене до кінця і питання про перелік видів змагань, що складала програму пентатлону. Більшість дослідників погоджуються з думкою, згідно якої в програму пентатлону входили вказані вище п'ять видів змагань. Проте є автори, які стверджують, що в програмі не було змагань з метання спису, а були змагання в кулачному бою або в панкратіоні. Відповісти однозначно на це питання складно, оскільки багато відомостей є уривчастими і суперечливими. Відповісти однозначно на це питання складно, оскільки багато відомостей є уривчастими і суперечливими. Цілком імовірно, що на Олімпійських іграх програма включала одні види змагань, а при проведенні інших Ігор могли бути зміни.

Панкратіон – старогрецький вид спорту, який поєднував боротьбу і кулачний бій. В панкратіоні існували відповідні правила: атлети не вдягали рукавичок. Дозволялось використовувати усі прийоми, які застосовувались окремо як в боротьбі, так і в кулачному бої. Розрізняли два види панкратіону: 1) поєдинок атлетів стоячи; 2) продовження боротьби і після падіння атлетів на землю.

В програму Ігор панкратіон був вперше включений 648 р. до н.е.

Поєдинки в панкратіоні характеризувалися жорстокістю, дикістю і відсутністю естетики. Цьому сприяли і умови проведення боїв – на земляних майданчиках политих водою, що призводило до падіння суперників, які продовжували бій, качаючись в грязюці.

Ці риси панкратіону додавали йому специфічності, не характерної для інших видів спорту. Завдяки цьому панкратіон став привабливим для глядачів Стародавньої Греції в період її занепаду і кризи в останні три століття до н.е., а також для глядачів Римської Греції, духовний світ якої істотно відрізнявся від духовного світу класичного періоду.

Кінні перегони. Кінний спорт в Стародавній Греції був пристрасною вищих прошарків суспільства, обов'язковою частиною виховання їх молоді. Володіння породистими кінями, розкішними колісницями було ареною суперництва грецької знаті. Звідси і особливий інтерес до різних видів кінних змагань, недоступних широким масам населення.

Елітарність кінного спорту визначалася і тим, що за перемогу в змаганнях нагороджувалися господарі коней і колісниць, а не наїзники і візники, яким, на відміну від інших видів спорту, відводилася технічна роль.

Змагання проводилися з двох видів програми. Однією складовою був біг коней (верхова їзда), а іншим — біг колісниць. Колісниця була низько розташованою платформою з двома колесами. Найбільшою популярністю користувалися два види колісниць – з двома кінями (римська двоколісна колісниця) та з чотирма кінями (квадрига).

Першими в програму ОІ (680 р. до н.е.) увійшли кінні змагання квадриг. Пізніше (648 р. до н.е.) програма розширилася і вже включала верхову їзду. Пізніше програма поповнилася і перегонами римських двоколісних колісниць.

Були в програмі ОІ і специфічні змагання: в них біг коней поєднувався з бігом вершників, які на останньому повороті повинні були зістрибнути і продовжити дистанцію бігом за своїми упряженими кінями.

Серед всіх видів кінних змагань найбільшою популярністю користувалися змагання колісниць, результати яких були непередбачувані — через небезпеку, що підстерігала учасників. Це робило змагання захоплюючими, цікавими, видовищними і, природно, привабливими для глядачів. Перегони (верхова їзда) були менш популярними, оскільки вони рідко закінчувалися трагічно, а результати часто були передбаченими.

Коні на старті розставлялися згідно з жеребом. Для розміщення коней і наїзників використовувалися різні системи, які постійно удосконалювалися, для того, щоб забезпечити кращу організацію і відносно рівні можливості для тих, хто змагається.

Стрільба з луку. Як зброя лук мало цінувався стародавніми греками. І лише з IV ст. до н.е. стрільба з луку почала набувати популярності. Цьому

сприяли і показові виступи воїнів, що регулярно проводилися. Надалі стрільбу з луку включали в систему фізичної і військової підготовки хлопців.

Фехтування. На відміну від сучасного фехтування, в Стародавній Греції застосовувалися важкі види зброї: спис, спада (короткий меч) та ін. Тому під час виступів атлети були вимушені для захисту від ударів одягатися в спеціальну форму: шлем, панцир і лати. Застосовувалися також щити різної форми (круглі, прямокутні).

Виступи факелоносців. У церемонії відкриття змагань брали участь атлети, що несуть факели. Об'єднані в групи, вони повинні були пробігти відстань від 800 до 2500 м, стежачи, щоб при цьому полум'я не згасло. Інколи такі виступи проводилися верхи на конях.

Гімнастика і рухливі ігри. У Стародавній Греції гімнастикою називалася система різних вправ, метою яких був фізичний розвиток і підготовка людини до всіляких видів діяльності. У системі цих вправ дуже часто використовували м'яч, виготовлений з тканини і шкіри. Так з'явилися рухливі ігри, що завоювали популярність у греків.

Плавання. Для плавальної підготовки використовувалися спеціально побудовані прямокутні ванни, наповнені водою (прототип сучасного басейну). При розкопках в Олімпії були виявлені два таких басейни. Один з них мав розміри: довжина — 4,19 м, ширина — 3,02 м і глибина — 1,39 м; інший — відповідно, 24 м, 16 м і 1,6 м. Можливо, менший басейн служив для відпрацювання рухів плавця, великий, — безпосередньо для плавання.

Великою популярністю у стародавніх греків користувалися **змагання в "швидкості човнів" (веслування)**. Відомо, що до початку I ст. до н.е. в змаганнях брали участь великі човни (галери) з великою кількістю веслярів. Надалі використовувалися менші човни, куди один за іншим сідали від 3 до 8 веслярів. Найбільшої популярності веслування як вигляд змагань отримала в Афінах.

Ігри перших 24 Олімпіад (684-116 рр. до н.е.) включали 6 видів змагань і проводились протягом одного дня. Починаючи з Ігор 25-ї олімпіади, в програму яких були включені перегони на колісницях, змагання почали проводитися протягом двох днів. Поступово кількість видів змагань була доведена до 20, а їх тривалість до 5 днів.

Перший день – день відкриття Олімпіади. Церемонія відкриття була простою, але величною. Чотири рази звучала труба і повідомлялося про початок змагань. Проводилась реєстрація і жеребкування учасників в різних видах спорту. Учасники змагань (а також тренери і судді) давали клятву Зевсу Олімпійському, що не допустять не чесних прийомів боротьби, будуть дотримуватися регламенту Олімпіади. Потім починався парад учасників, під час якого глашатай сповіщав глядачам деякі дані про спортсменів (ім'я, місцевість, з якої він прибув, чим займається та ін.).

В цей же день проводилися змагання трубачів і герольдів, які мали честь обслуговувати ОІ. Закінчувався перший день Олімпіади принесенням жертви богам.

В цей день виступали музиканти, письменники і поети, які в своїх творах оспівували ОІ і видатних олімпіоніків.

Другий день розпочинався урочистою церемонією. Після цього герольд оголошував змагання відкритими. В цей день першість виборювали лише юні атлети.

Першим видом був біг на стадій. Після серії попередніх забігів проводився фінальний. Наступними були змагання в боротьбі, кулачному бою і панкратіоні.

Третій день – великий день Олімпіади. Центральною спортивною подією були кінні змагання і пентатлон – найбільш престижні і популярні види.

Спершу проводилися кінні змагання, а в другій половині дня – змагання з дисциплін пентатлону.

Четвертий день починався з відвідування храму Зевса усіма учасниками ОІ. Програма змагань цього дня включала біг, боротьбу, кулачний бій і панкратіон.

П'ятий день як і перший починався з возвеличення богів. Переможці змагань збиралися біля храму з пальмовими гілками в руках. Після цього розпочиналася церемонія нагородження переможців. Герольд називав імена переможців і міста, з яких вони прибули. Найстарший зі суддів коронував олімпіоніків вінком.

Після закінчення церемонії розпочиналося святкування, яке тривало до пізньої ночі.

Програма ОІ не була стабільною і в різні періоди історії олімпійського руху у Стародавній Греції змінювалась не тільки кількість і види змагань, але і послідовність розподілу у днях.

За кілька місяців до початку змагань спеціальні послы – спондофори сповіщали керівників держав і областей про час проведення ОІ і робили оголошення про мир в Елладі. Учасники майбутніх змагань приїздили за місяць раніше для ознайомлення з місцевістю і продовженням підготовки.

Цікаво знати:

¹ В одній з од стародавнього поета Піндара розповідається, що народження ОІ пов'язано з іменем Геракла. У 1253 р. до н.е. цар Еліди Авгій, який володів величезним стадом, дав доручення Гераклу очистити його величезний скотний двір від гною. Геракл погодився це зробити за один день, але за винагороду в одну десяту частину стада. Коли ж він це зробив (за рахунок підводу двох річок, які він пропустив через двір і вода все зміла), цар Авгій не виконав обіцянки і не дав Гераклу нічого.

Через декілька років Геракл з військом прийшов до Еліди і розбив Авгія. А його самого убив. Після перемоги Геракл зібрав своє військо і всю багату здобич у міста Піси приніс у жертву олімпійським богам і заснував ОІ, які проводились з того часу на священній рівнині, обсаженій самим Гераклом олівами, присвяченими богині Афіні-Палладі.

² У царя Еллади Еномая була красива дочка Гіпподамія. Цареві прирекли, що він загине від руки свого зятя. Кожному, хто сватався до дочки, Еномай пропонував змагатися в гонках на колісницях, обіцяючи в разі перемоги жениха віддати йому в дружини дочку. Якщо наречений програвав, то його чекала смерть від руки Еномая. Претендентом на серце Гіпподамії був і Пелопс, син малоазійського царя Танталу. Він прийняв умови Еномая, який дав йому

можливість першим почати змагання на колісницях. Пелопс весь час був попереду. Але відстань невблаганно скорочувалася, бо в Еномая були найшвидші коні в Греції — дарунок бога війни Ареса. Еномай майже наздогнав Пелопса, який, обернувшись, побачив занесений для удару спис, але в цей час колісниця царя розпалася. Еномай загинув.

За іншою версією, перемога Пелопсу дісталася завдяки підтримці Посейдона, який, будучи заступником коней, дав йому непереможних тварин.

Пелопс же після весілля на згадку про свою перемогу вирішив започаткувати кожні чотири роки Олімпійське свято і проводити змагання. У програму Ігор включалися скачки коней, які проводилися на знак вдячності богам за те, що вони допомогли Пелопсу отримати перемогу. Гіпподамія також у зв'язку з цією подією організувала Ігри, в яких брали участь жінки. Після смерті Пелопса і Гіпподамії Ігри проводилися в Алтісі, довкола споруджених на їх честь монументів.

³ У стародавні часи грецькі міста постійно ворогували між собою. Царю Еллади Іфіту після епідемії чуми оракули порадили утриматися від війн і зміцнювати зв'язки з еллінськими містами і кожен рік додавати до торжеств "Рік радості". Так нібито виникла ідея створення панеллінських торжеств і проведення ОІ. Оскільки Елада ворогувала головним чином зі Спартою, яка знаходилася близько 350 км від них, Іфіт запропонував спартанському законодавцю Лікургу разом дотримуватись цієї поради.

⁴ Екехерія тривала два місяці, і порушення її каралося великим грошовим штрафом. Так, в 420 р. до н. е. незалежні спартанці ввели в Еліді бойові дії за участю тисячі голітів, за що були піддані штрафу - 200 драхм за кожного воїна. Відмовляючись сплатити штраф, вони були відсторонені від участі в Іграх.

5.3. Учасники і переможці Ігор Стародавньої Греції

Зародилися ОІ в той час, коли в Стародавній Греції влада належала аристократії, яка досконалість тіла і духу розглядала як свою спадкову приналежність. Тому із самого початку до участі в іграх не допускалися раби, іноземці та люди, які не мали належних громадянських прав. Проте і пізніше, з встановленням в багатьох містах-державах демократичного режиму, ОІ продовжували зберігати елітарний характер. Однак все ж з часом, особливо в IV ст. до н. е., в Іграх почали приймати участь представники середніх і нижчих класів суспільства. З'явилися спортсмени із грекомовних районів, які не мали відношення до Стародавньої Греції. Після завоювання Греції римлянами, право участі в ОІ отримали і римляни. Першим переможцем-римляном був Геос, який отримав перемогу на Іграх 177-ої Олімпіади в 72 р. до н.е. На Іграх з'явилося багато спортсменів – вихідців з Малої Азії і Олександрії.

Учасники старогрецьких ОІ, в період їх найбільшого розквіту, розподілялися на групи, в кожній з яких визначалися переможці. У групі хлопців виступали атлети віком 14-17 років, 18-20 річні формували групу юнаків (безбородих), атлети, які досягнули 20-річного віку приймали участь у змаганнях серед дорослих.

Поділ на вікові групи був дещо умовним, оскільки особливо талановиті атлети мали змогу приймати участь у змаганнях зі старшими атлетами.

Кожному, хто бажав прийняти участь в ОІ, необхідно було вказати своє суспільне становище і той вид змагань, в якому атлет прийматиме участь. Отримавши запрошення на ОІ, він повинен був протягом тривалого часу (як мінімум місяць) готуватися до них, піддаючись різноманітним випробуванням. І лише пройшовши усі випробування учасник проголошував клятву перед статуєю Зевса.

До участі в ОІ не допускалися ті, хто пролив кров і не поніс кару за неї. Не допускалися до змагань і ті, хто здійснив крадіжку в храмі.

Питання про допуск вирішували судді-елладоніки – їх рішення вважалося кінцевим.

ОІ були присвячені верховному богу – громовержцю Зевсу. Заміжнім жінкам, у відповідності до існуючих у Греції законів, заборонялось приймати участь в різноманітних святкуваннях на його честь. Тому гречанки не могли бути навіть у числі глядачів на ОІ. Лише одній жінці було дозволено спостерігати за видовищем – жриці богині Деметри, святилище якої також було розташоване в Олімпії. З часом почали допускати жінок до участі у перегонах на колісницях, проте, лише в якості власниць коней і колісниць¹.

Учасники змагань тренувались і виступали оголеними, хоча першопочатково на ОІ атлети змагались в набедрених пов'язках, а оголеність вважалася принизливою. Є кілька легенд про виникнення цієї традиції².

Щодо суддівської колегії Ігор, то спершу вона складалася з двох осіб. Цього було достатньо, оскільки програма включала лише один вид – біг на один стадій. Але в міру її розширення збільшувалась і кількість суддів. Так на 95-ій Олімпіаді (400 р. до н.е.) їх було вже 9. Коли ж у 372 р. до н.е. Еліда була розподілена на 12 округів і кожен округ виділяв свого представника в суддівську колегію, суддів було вже 12. А коли, в подальшому, кількість округів зменшилася, відповідно і кількість суддів скоротилася до 8. У 348 р. до н.е. було вирішено обрати 10 суддів і це правило проіснувало до завершення стародавніх ОІ.

Елладоніки вирішували усі питання організації Ігор – відбирали і розподіляли учасників за віковими ознаками, організовували відбіркові і фінальні змагання, визначали переможців у різних видах змагань.

Існував визначений порядок проведення кожного виду змагань. Наприклад порядок проведення змагань в боротьбі визначався жеребкуванням.

При визначенні переможця в бігу, перегонах на колісницях, стрибках, метаннях труднощів не виникало, оскільки існували чіткі та об'єктивні критерії. Проте, в кулачному бою, панкратіоні і боротьбі постійно виникали труднощі, а правила визначення переможців постійно вдосконалювалися. Тим не менше, в усіх випадках вони передбачали визначення яскравої переваги одного суперника над іншим.

У Стародавніх Іграх не враховувалися рекорди, оскільки не можливо було визначити точний час бігу і, відповідно, не можливо було порівняти результати.

Атлетів, які наносили своїм суперникам смертельні рани чи удари, судді виганяли зі стадіону і анулювали їх перемоги. Проте, ці рішення не завжди

сприймалися на батьківщині спортсменів і їх нерідко вшановували як переможців.

Цікаво знати:

¹ Першою жінкою, яка отримала право самостійно управляти колісницею була Кініска, дружина спартанського царя Агесілая, а в 288 р. до н.е. Белістиха із Македонії здобула перемогу в перегонах на колісницях.

² За всю багатомісячну історію Олімпіад тільки одна жінка порушила заборону і з'явилась в Олімпії під час ігор. Її звали Ференіка, вона була дочкою знаменитого кулачного бійця й керувала тренуваннями свого сина. Коли юнак відправився в Олімпію, Ференіка, переодягнувшись в костюм вчителя гімнастики, послідувала за ним. Її син здобув перемогу в кулачному бою, і радісна мати, забувши про обережність, кинулась йому на шию. Всі зрозуміли, що перед ними перевдягнута жінка. Ференіці загрожувала страта, і тільки прохання глядачів врятували її. Судді помилували жінку, але тут же ухвалили, що надалі тренери, супроводжуючі атлетів, повинні під час ігор сидіти оголеними за особливою огорожею.

Агоністика у Стародавній Греції багато в чому визначала той успіх, який супроводжував старогрецькі Ігри й інші великомасштабні змагання.

Стародавній грек намагався бути кращим у всьому. В Іграх міг бути лише один переможець, а всі інші вважалися переможеними.

Участь в Іграх не заради перемоги вважалася богохульством.

Чотири найбільших змагання в Стародавній Греції вважалися священними і були безпосередньо пов'язані з визначенням культу богів – Зевса в Олімпії; Аполлона в Дельфах на Піфійських іграх; Посейдона в Істмії, на Істмійських іграх; культом Зевса в Немейї, на Немейських іграх. Коли атлет отримував перемогу на усіх чотирьох Іграх, його возвеличували як періодоніка – «переможця кола (циклу)», як героя, а його ім'я викликало захоплення впродовж багатьох років.

Перемога на ОІ розглядалася греками як знак доброго ставлення богів до атлета, а також до міста, звідки він був родом. Особливо достойною вважалася перемога на стадіоні. Ім'ям атлета, який став абсолютним переможцем, називали наступну Олімпіаду. Олімпіоніків (переможців Ігор) вінчали в храмі Зевса оливковою гілкою, зрізаною золотим ножом в Священному гаю.

За традицією гілку зрізав молодий юнак, батьки якого були ще живими. Кількість зрізаних гілок дорівнювала кількості видів змагань. Гілки розкладалися у храмі Гери, на столі із золота і слонової кістки, звідки їх брали судді для возвеличення переможців.

В часи Олександра Македонського переможці Ігор одразу ж після змагань отримували пальмову гілку, яку вони тримали у руці на п'ятий день – день урочистого нагородження оливковим вінком.

Наїзники колісниць, які отримали перемогу отримували шерстяні пов'язки, якими вони обв'язували голови на рівні лоба. Вінки з оливи отримували власники колісниць і коней.

Нагороди призначали і роздавали судді. На Іграх створювали три суддівські колегії: для пентатлону, для змагань на колісницях, для інших видів

змагань. Коли Ігри закінчувалися і судді приймали рішення, оголошувалися результати, ім'я переможця і назва місцевості, звідки він прибув в Олімпію.

В останній день ОІ проходила офіційна церемонія нагородження переможців. Вранці усі переможці з пурпуровими пов'язками на голові, руках і ногах, йшли до храму Зевса. В руках вони несли пальмові гілки. По дорозі до храму глядачі осипали їх квітами і листям. Вручення олімпіонікам оливкових вінків відбувалося у храмі Зевса.

Олімпіоніки мали право принести дари Зевсу на його вівтар у Священному гаю, а також поставити від свого імені статую в Олімпії, яка алегорично змальовувала той вид спорту, в якому особливо виділявся переможець; йому дозволялося і увіковічнити на статуй своє ім'я.

В Спарті переможців ОІ вшановували на свій лад – по військовому: під час війни олімпіоніки боролися в перших рядах пліч о пліч зі спартанським царем. В Афінах після 500 р. до н.е. для олімпіоніків встановили додаткову грошову нагороду.

5.4. Підготовка спортсменів-олімпійців

В системі підготовки атлетів у Стародавній Греції домінували принципи відбору і орієнтації талановитих спортсменів на заняття тим чи іншим видом спорту за показниками тілобудови і фізичних якостей; система навчання рухам передбачала їх вивчення по частинах і в цілому, з розподілом на основні і додаткові. Були розроблені ефективні системи розвитку різних фізичних якостей – сили, витривалості, спритності. Вже в ті часи існувала періодичність в підготовці спортсменів: планувалася чотирирічна підготовка – від одних ОІ до інших: існували і чотириденні цикли (тетради), тісно пов'язані між собою, які забезпечували планомірність підготовки атлетів.

От що розповідав Філострат про тетради: «Під тетрадами розуміли цикл із чотирьох днів з різною діяльністю кожного дня. Перший день – підготовчий для атлета, на другий день тренування досягає максимальних навантажень, на наступний день навантаження знижується, в останній день – навантаження середнє. Підготовче тренування складається з енергійних рухів, коротких і швидких, його метою є стимулювання атлета і його підготовка до основних зусиль. Максимальні навантаження сповнюють тіло атлета силою; під час зниження навантажень виконуються вправи на розслаблення. В останній день – день середніх навантажень, атлет навчається ухилятися від суперника чи зупиняти його, коли той намагається втекти.»

Поступова професіоналізація спорту в Елладі, яка досить чітко простежувалася починаючи з V ст. до н.е. сприяла постійному удосконаленню організації і методики підготовки атлетів. До приїзду в Олімпію для участі в Іграх атлети були зобов'язані систематично, протягом 10 місяців, тренуватися в гімназіях під керівництвом працюючих там професійних тренерів. Тренування набувало систематичного і напруженого характеру, в ній широко використовувалися не лише знання і досвід, накопичені у спорті – його техніка, тактика, методика розвитку різних якостей, але й сучасні досягнення медицини – профілактика і лікування травм, спеціальна дієта, масаж та ін.

Якщо на початку розквіту олімпійського руху в Стародавній Греції спортсмени часто виступали в різних видах спорту, використовуючи перш за все свої природні задатки, підкріплені недостатньо тривалою і стихійною підготовкою, то проникнення в спорт професіоналізму сприяло досить вузькій спеціалізації атлетів, які прагнули досягти досконалості в одному виді спорту. Добре підготовлені спортсмени прагнули приймати участь не лише в ОІ та інших масштабних загальногрецьких змаганнях, але і в перегонах з грошовими нагородами і подарунками.

В різних видах спорту детально відпрацьовувалася система підготовки спортсменів, виявлялися і застосовувалися найбільш ефективні засоби і методи. Наприклад кулачні бійці і панкратіоністи використовували шкіряні мішки з піском, борошном чи пшеницею для відпрацювання різноманітних ударів

Особливо ретельною і вимогливою була підготовка атлетів в Олімпії в останній місяць перед Іграми. Дисципліна підтримувалася не лише роз'ясненнями і вказівками, але й за допомогою різки, якою тренери карали недбайливих учнів. Напружене тренування чергувалося з чітким режимом відпочинку і харчування, яке було різноманітним для спортсменів, котрі готувалися до виступів в різних змаганнях.

В підготовку атлетів вводилися медичні знання – про розвиток системи дихання і кровообігу, елементи гігієни, різноманітні види масажу, спеціальні дієти. Не забували стародавні греки і про психологічну підготовку, розглядаючи її як важливу складову майстерності спортсменів.

При підготовці спортсменів до тренувань і змагань, а також для відновлення сил особливо широко використовувався масаж.

В античний період теплі ванни і бані у греків розглядалися свого роду, як антигімнастичний виклик. Існувала думка, що розслаблення в банях негативно позначається на підготовці атлетів і їх загартуванню. Проте, в Римський період ставлення до подібних процедур змінюється і баня починає відігравати для атлетів все вагомішу роль.

Слід відзначити, що у Стародавній Греції нерідко звертали увагу на негативні прояви надмірного захоплення тренуванням і участю у змаганнях.

Тренування атлетів в гімнасіях проводилися професійними вчителями (тренерами). Вони навчали молодих атлетів техніці видів спорту, давали вказівки з виконання вправ і участі у змаганнях. Тому їх одяг закріплювався лише на плечі, щоб можна було миттєво зняти його і надати допомогу учням.

Тренер повинен був знати про усі особливості підготовки атлетів – масаж, дієти, гігієну, медицину.

У Стародавній Греції існувала традиція, згідно якої тренерами, як правило, ставали відомі атлети, які завершили свої спортивні виступи. Існувала спеціалізація вчителів-тренерів, які приймали участь в підготовці атлетів. В залежності від виконуваних функцій вони називались «гімнастис», «педотрибис», «алиптис». Гімнастис розробляв програму підготовки атлетів, педотрибис реалізовував цю програму, а алиптис займався підготовкою атлетів до занять і змагань, натираючи їх тіло маслом, роблячи масаж.

Тренери працювали на контрактній основі.

В II ст. до н.е. в гімнасіях почали з'являтися наймані лікарі, котрі поряд зі своїми професійними обов'язками часто займалися і підготовкою атлетів.

5.5. Кризові явища в олімпійському спорті Стародавньої Греції і кінець Олімпійських ігор

Починаючи з V-IV ст. до н.е. у Стародавній Греції ОІ поступово відходять від вимог релігії і все більше уваги приділяється видовищному характеру змагань, їх використанню для підвищення авторитету країн-держав та їх керівників. Кількість спортивних свят поступово росте й у період між ОІ проводиться багато інших змагань. Ці свята щедро фінансуються, до їх програм поряд з традиційними видами (біг, панкратіон та ін.) включаються видовищні види спорту – перегони на колісницях, біг з факелами та інше.

В ОІ у цей період беруть участь представники багатьох країн Середземномор'я та Азії. Переможці змагань нагороджуються великими грошовими призами й цінними подарунками, отримують вони матеріальну підтримку й у своїх містах. Поступово комерційний характер змагань, розкіш, з якою вони проводились, розмивають ідеали олімпізму, спорт набуває професійного характеру.

З часом спортивна підготовка все більше орієнтувалась на успіх у змаганнях, що приносило славу, грошовий дохід та різні блага. Наприклад, переможець ОІ отримував грошовий приз у сумі 3000-6000 драхм, що було достатнім для родини з 3-4 чоловік аби прожити протягом 5-10 років. Спорт перетворився у професію, що не відрізнялася від будь-якої іншої.

В IV ст. до н.е. система навчання в Стародавній Греції набуває нових рис. Гімнасії все більшою мірою стають центрами філософських шкіл, які проповідували єдність духовного і тілесного світу людини. Широко почала розповсюджуватися думка, згідно якої фізичні вправи повинні були сприяти не лише вдосконаленню сили і витривалості людини, але й її красі. Осуджувалася думка готувати з молоді виключно атлетів, оскільки це заважало природному розвитку організму. Рекомендувалося використовувати фізичні вправи лише для повноцінного фізичного розвитку і для відпочинку після важкої роботи наукового і суспільного характеру.

Змінюються і смаки глядачів. Багаті прошарки населення не лише втрачають зацікавленість до активної фізичної підготовки і участі у змаганнях, але і до перегляду подібних видовищ. Змагання починають набувати народного характеру, стають заняттями для бідних, для людей з низьким інтелектуальним і культурним рівнем. Задоволенню смаків цих прошарків населення перш за все сприяли грубі і жорстокі видовища (боротьба, кулачний бій та ін.). Відбувалися зміни у змаганнях з цих видів, які підвищували жорсткий характер ведення змагальної боротьби.

Професіоналізація спорту у Стародавній Греції була прямим наслідком політичного, економічного і соціального життя суспільства, котрі й визначали поступову трансформацію спорту, перегляд його цінностей та ідеалів.

Кризові явища у Стародавньому олімпійському спорті набули особливої гостроти після завоювання грецьких держав римлянами у 146 р. до н.е.

Починає проводитися велика кількість нових ігор не лише у святилищах, але й в політичних центрах. Це зменшує значущість ОІ та інших загально грецьких змагань, які мали величну історію.

Олімпійські ігри Римської Греції і припинення Ігор

Після завоювання Греції Римом у 146 р. до н.е. Олімпійські ігри проводилися ще до 394 р., коли, як вважають були проведені останні Ігри в історії Стародавньої Греції.

Протягом тривалого періоду популярність ігор і ставлення до них з боку римських правителів суттєво змінювалися. На початку цього періоду до олімпійських святилищ і самих ОІ римські правителі ставилися з повагою. Проте, з втратою незалежності відбулися зміни політичного, економічного і соціального аспектів життя стародавніх греків, котрі негативно позначилися на спорті. Багато змагань були припинені. Різко понизилась зацікавленість спортом. Падає значення ОІ, вони починають носити місцевий характер.

В той же час у Римській Греції продовжують функціонувати гімнасії, які стали не лише центрами збереження спорту, його цінностей та ідеалів, але й свого роду центром національної і культурної спадщини. Проводилися і Ігри Олімпіад, які не були заборонені римлянами, хоча і були спроби перенесення їх до Риму.

За правління у Римі Луція Корнелія Сулли було нанесено великих збитків ОІ. Він розграбував Олімпію і Дельфи та намагався перенести ОІ до Риму, проте його плани не були реалізовані.

В подальшому римські правителі підтримували проведення ОІ в Стародавній Греції.

В ранній період історії Стародавнього Риму, як вважають історики, римляни були знайомі з такими атлетичними дисциплінами, як біг, боротьба, плавання, кулачні бої і використовували їх в ролі засобів воєнізованої підготовки. Проте римляни, на відміну від греків, змагалися одягнутими, а на атлетичних змаганнях надавали перевагу участі в ролі глядачів.

В 30 рр. до н.е. до влади у Римі прийшов Октавіан Август, який повністю змінив стиль керівництва по відношенню до попередніх правителів. Багато уваги він приділяв розвитку мистецтва у різних його проявах, що значною мірою стосувалося і спорту Стародавньої Греції. Він завершив почате ще Юлієм Цезарем, будівництво найбільшого у світі гіподрому, який вмщував 150 тис. глядачів. Багато уваги приділив відродженню ранньої величності ОІ та інших змагань. Повернув в Олімпію та Дельфи усе, що награвував Сулла.

Не оминали увагою Олімпійські Ігри й інші римські правителі. Шанувальником спорту був і імператор Тиберій (14-37 рр.), він навіть приймав участь в ОІ в перегонах на колісницях. Під час його правління з'явилися нові споруди, в тому числі і тріумфальна арка.

Підтримував ОІ і імператор Нерон¹, який, як ніхто інший з правителів, був захоплений старогрецькою культурою загалом і ОІ зокрема. В історію спорту він увійшов як людина, яка порушила хронологію проведення ОІ. Він домігся аби Ігри 211 Олімпіади були проведені на 2 роки пізніше і у 67 р. відбулися усі чотири наймасштабніші грецькі змагання – Олімпійські, Піфійські, Істмійські та Немейські ігри. Окрім того, він домігся того, щоб в програму ОІ були включені змагання у музичному і драматичному мистецтві.

Найбільшого розквіту за період влади Риму над Грецією ОІ досягли за правління імператора Адріана (117-138 рр.). Він відновив святилища і храми в Олімпії, за що йому встановили статую у священному Алтісі. На його честь також проводилася велика кількість різноманітних змагань.

Незважаючи на позитивні аспекти проведення Ігор в описаний період, існувала і велика кількість проблем. В Римській Греції з кожними наступними Іграми змагання набували все більш видовищного характеру. До Ігор починають залучатися люди з нижчих прошарків населення, які ставляться до спорту як до професійної діяльності. Постійно розширювалася і географія Ігор. Переможцями ставали не лише греки. З одного боку це додавало популярності цим змаганням, а з іншого руйнувало олімпійські ідеали. І хоча деякі римські імператори, які симпатизували олімпійським цінностям стародавніх греків, намагалися сприяти розвитку спорту, це не давало бажаних результатів, оскільки римляни не змогли зрозуміти суть олімпізму. Змагання набували більш жорстокого характеру, особливо у боксі, боротьбі, панкратіоні.

Історичні дані свідчать, що реєстрація переможців ОІ припинилась у 267 р. Від цього часу і до 361 р. немає відомостей про проведення ОІ. Лише у 369 і 373 рр. з'явилися деякі відомості про атлета на ім'я Фіоуменос з Філадельфії, що у Малій Азії, який переміг у змаганнях з боротьби, а також про останнього чемпіона ОІ, яким став вірменський цар Вараздат, який здобув перемогу у змаганнях борців на 291-й Олімпіаді у 385 р.

Відомий едикт 394 р. імператора Теодозія I, який суворо засуджував традиції язичників: жертвоприношення богам і духам, ворожіння на тваринах та інше. Дотримання звичаїв та обрядів попередніх віків розглядалось як великий державний злочин.

Існує думка, що ОІ були припинені просто через недостатність грошей на їх регулярне проведення. Фонди Ігор, які існували раніше, давно вже перейшли у руки місцевих римських володарів або християнської церкви. Ще задовго до кінця IV ст. до н.е. організатори ОІ неодноразово відчували фінансові труднощі і часто здавалося, що Ігри от-от припиняться. Таким чином заборона ОІ імператором Теодозієм I лише пришвидшила й завершила процес, який почався набагато раніше.

У 395 р. на берегах Алфею на території Олімпії відбулася велика битва візантійців та готів, в результаті якої були сильно пошкоджені олімпійські споруди. Завершили руйнування Олімпії сильні землетруси, що відбулися у VI ст. до н.е., а також спалення залишків язичницьких храмів за наказом Теодозія II (426 р.). У подальшому Олімпія була повністю знищена під товстим шаром піску та мулу після великої повені – розливу рік Алфей та Кладей.

Цікаво знати:

¹ *Нерон брав участь у змаганнях колісниць з десятьма кіньми. Ледь від'їхавши від старту, невдалий візник впав з колісниці. Однак його суперники притримали своїх коней, а догідливі судді оголосили Нерона переможцем. Втім, цей епізод відноситься до часу занепаду ігор, в пору їхнього розквіту подібні випадки були б неможливі.*

5.6. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності

Наприкінці XIX ст. в багатьох країнах Європи, а також Північної Америки, було створено середовище, в якому могла би бути підтримана ініціатива відродження ОІ, як події міжнародного масштабу. Це було наслідком докорінної зміни світогляду людей, соціальних і економічних умов життя, характерних для найбільш розвинутих європейських країн в XV-XVI ст., в той період, який в подальшому увійшов в історію як епоха Ренесансу (Відродження).

В цей період була відхилена середньовічна схоластична система навчання. Їй була протиставлена нова система, в основі якої – всебічний розумовий і фізичний розвиток людини, формування у неї моральних і вольових якостей.

Епоха Ренесансу багато в чому представлена в античних образах, які повертаються з минулого на зміну середньовічним догмам.

В 30-40-х рр. XIX ст. в Греції, а особливо в Афінах, починається період відродження античної спадщини.

Звільнення Греції від османського іга і спрямованість народу до відродження своєї культури, вивчення і відновлення спадщини старогрецької цивілізації. У багатьох працях цього періоду велика увага приділялася описам старогрецької культури і особливе місце у них виділялося саме Олімпії і олімпійським святкуванням, які проводилися там в античний період, в яких найважливішою і найбільш яскравою частиною були ОІ.

Зацікавленість культурною спадщиною стародавньої Греції, в тому числі і ОІ багато в чому була зумовлена виданням у Венеції у 1516 р. Марком Мусурісом твору старогрецького Мандрівника і письменника Павсанія «Опис Еллади», в якому детально були описані найважливіші події життя Стародавньої Греції, тому числі праця містила і детальний зміст Олімпійських свят загалом і Олімпійських ігор зокрема.

Німецький поет Ганс Сакс (1494—1576 рр.), якому в житті довелося бути і актором, і керівником театральної трупи, теми для багатьох своїх віршів, сповнених повчальністю і спостережливостю, побудував на матеріалі Ігор Олімпіад старовини.

Один із видатних поетів і драматургів епохи Відродження англієць Джордж Чапмен (1559— 1634 рр.) споглядав в старогрецьких Олімпійських іграх зразки героїзму і справедливості.

Надихали Олімпійські ігри і знаменитого англійського поета-романтика Джорджа Байрона (1788-1824 рр.).

У творах багатьох письменників і поетів, включаючи таких видатних, як англієць Уїльям Шекспір (1564—1616 рр.), німець Йоганн Гете (1749—1832 рр.), француз Гюстав Флобер (1821—1880 рр.), згадки про Олімпійські ігри ототожнюються з такими поняттями, як духовність, натхнення, божественне втручання, благородство, честь, скромність, перевага, гуманізм, патріотизм, слава, пошана. Олімпійський оливковий вінок стає популярним поетичним символом чистоти, благородства і святості, захисту від дегуманізації суспільства, проти жадності і прагнення до збагачення.

Американський письменник-романтик Едгар По (1809—1849 рр.) чітко розрізняв культуру Стародавньої Греції і Стародавнього Риму: "слава, якою була Греція", "пишність, якою був Рим".

Знатний німецький історик Оскар Йегер в своєму двотомному творі "Історія Греції", опублікованому в 1865 р., представив старогрецькі Олімпійські ігри як яскраве свято єднання еллінів. Цікаво, що призначення своєї праці О. Йегер бачив у вихованні підростаючого юнацтва, яке автор бажав ввести "в придбаний на всі часи світ тих, які вже досить давно стали основою розвитку в моїй вітчизні і повинні залишатися нею в майбутньому".

До найбільш значних праць з історії стародавнього світу відноситься і твір відомого німецького археолога, топографа і історика Ернста Курциуса "Історія Стародавньої Греції" в п'яти томах. Серед його досягнень — організація і здійснення розкопок в Олімпії, знахідок, що проводилися в 1875—1881 рр. і принесли безліч знахідок і відкриттів. Зацікавленість Е. Курциуса Олімпією і старогрецькими Олімпійськими іграми, вивченням яких він займався впродовж ряду років, дозволили йому не лише описати Олімпійські ігри, що відбувалися в Стародавній Греції, але і показати їх роль як однієї з найважливіших сторін життя народу, органічно пов'язаної з релігією, історією, традиціями, національними особливостями і цінностями.

Історична і культурна спадщина Стародавньої Греції надихала і знатних представників живопису. "Повернення до старовини" характерне для багатьох художників того часу (Пітер Пауль Рубенс, Жак Луї Давид, Жан-П'єр Сен-Урс, Карл Гун та ін.).

Активізація всіх сфер духовного життя, розширення кола інтересів і захоплення підвищували вимоги до здоров'я і фізичних можливостей людей. Починаючи з XIV—XV ст. у побут активно проникають різні форми рухової активності, формуються їх форми змагань, починають широко проводитися змагання. Танці, народні ігри з м'ячем, фехтування, веслування, кінний спорт, змагання гондольєрів набувають широкої популярності в Італії. У Англії розвиваються привезені колоністами з Індії крикет і крокет, які надалі набувають популярності у Франції і в Нідерландах. За рівнем розвитку коневодства і кінного спорту, за кількістю і популярністю кінних змагань Англія стає лідером в Європі. Набувають популярності в цій країні також гольф, футбол, більярдний спорт, фехтування. У Франції активно розвиваються різні види ігор з м'ячем і ракеткою — попередники тенісу. Тут же набувають популярності шахи. У Швеції проводяться змагання з бігу, боротьби, метання молота, подібні до гандболу і хокею ігри, скачки на конях. У Голландії біг на ковзанах стає однією з улюблених фізичних вправ. Поява ковзанів з металевими полозами призвела до захоплення танцями на льоду, а також іграми, які стали попередниками хокею. У різних країнах Європи на зміну захопленню стрільбою з луку приходять змагання в кульовій стрільбі, проводяться змагання з бігу, метання каменів, зі стрибків, різних видів єдиноборств.

Відомі гуманісти і мислителі, розробляючи наукові основи педагогіки, серйозну увагу приділяли фізичному вихованню. Неоціненним в цьому відношенні був вклад чеського мислителя — гуманіста і педагога, автора єдиної шкільної системи Яна Амоса Коменського (1592—1670 рр.), який в своїй праці

"Велика дидактика" (написаному в 1632 р., а виданому в 1657 р.) обґрунтував необхідність включення фізичного виховання в школах як органічної і невід'ємної частини освіти і виховання. Він обґрунтував роль різних вправ, ігор і спортивних змагань, охарактеризував взаємозв'язок фізичної підготовки з естетичним і духовним вихованням. Англійський філософ-матеріаліст Джон Локк (1632—1704 рр.) серед багатьох напрямів своєї діяльності серйозну увагу приділив дослідженням в області педагогіки, показавши великий вплив середовища на виховання, неocenенну роль фізичних вправ для збереження і зміцнення здоров'я, придбання приємних манер і упевненості.

Відомий французький просвітитель, філософ, педагог, письменник Жан-Жак Руссо (1712—1778 рр.) був активним поборником фізичного виховання, звертав увагу на те, що вишуканість і слабкість аристократичної молоді, на відміну від людей, зайнятих фізичною працею, є наслідком малорухливого способу життя, зверхнього відношення до фізичної праці. Він основну увагу приділяв вправам, що вимагають серйозних зусиль, здатним загартувати людину, зробити її сильною, сміливою, витривалою, близькою до природи і здібною до подолання її випробувань. Руссо звертав увагу на необхідність активного фізичного виховання дітей починаючи з раннього віку, справедливо вважаючи, що лише таким чином можна прищепити людині любов до праці, здібність до подолання труднощів, всебічно розвинути її фізичні якості.

Для вирішення завдань всебічного фізичного виховання Песталоцци класифікував фізичні вправи, упорядкував методику їх застосування в залежності від тих або інших педагогічних завдань. Запропоновану систему використання всіляких фізичних вправ він рекомендував не лише як засіб поліпшення самопочуття, зміцнення здоров'я і різних внутрішніх органів, але і як ефективну попередню роботу для подальшої спеціальної підготовки у фехтуванні, боротьбі, іграх, танцях та інших спеціальних видах руху.

У тому, що гімнастика почала розвиватися як один з науково-практичних напрямів педагогіки, важливу роль відіграв німецький педагог Гутс-Мутс, автор виданої в 1793 р. книги "Гімнастика для молоді", вміст якої багато в чому був визначений педагогічними ідеями Руссо, досвідом стародавніх греків і практикою вживання тілесних вправ в європейських країнах.

У ХІХ ст. поступово сформувалися ефективні і оригінальні національні системи фізичного виховання, відбувся інтенсивний розвиток спорту, завершальною це століття яскравою сторінкою в його історії.

Англійська система ФВ. Реформа шкільної освіти, що почалася у 20-х рр. ХІХ ст., передбачає широке використання ігрової і змагальної діяльності, як основи системи фізичного виховання.

Результати цієї реформи детально описані у праці вітчизняного спеціаліста у сфері навчання і виховання А. Д. Бутовського «Виховання і тілесні вправи в англійських школах»

О.Д. Бутовський з дивною точністю дав загальну характеристику англійської системи фізичного виховання, виявивши ті ж межі і основоположні принципи, які зумовлювали її кардинальну відмінність від будь-якої, навіть найбільш розвиненої континентальної системи.

Неважко помітити, що внутрішнім вмістом англійської системи фізичного виховання були ті ж основоположні принципи, які були характерні

для Стародавньої Греції і зумовили введення безлічі змагань античності, включаючи Олімпійські ігри. Тому цілком природно, що саме Англія була країною, в якій отримав інтенсивний розвиток змагальний спорт, визначалися правила змагань, ініціювалося створення спортивних об'єднань і проведення масштабних змагань.

Звідси черпали свої ідеї і ентузіасти розвитку спорту з інших країн, в числі яких були і такі видатні люди, як П'єр де Кубертен, Віктор Бальк, Жорж Демені, Фернан Лагранж, Олексій Бутовський. Саме захоплення англійським досвідом багато в чому визначило ентузіазм і переконаність П. де Кубертена в необхідності відродження Олімпійських ігор, було рушійною силою для В. Валька, що прагнув поставити спорт поряд із знаменитою шведською гімнастикою в якості не менш важливої частини виховання і культурного життя, стимулювало О.Д. Бутовського до активної діяльності з розвитку спорту в Росії.

Видатним діячем того часу в Англії був Томас Арнольд (директор коледжу «Регбі»). В основі його педагогіки було виховання дитини як християнина і джентльмена. Він всіляко заохочував прагнення учнів до самостійності, до вільного прояву духовних і фізичних сил, уміло направляючи їх в русло, сприятливе для ефективного навчання і виховання. Співпрацю з учнями він зумів побудувати на повній довірі, відсутності брехні і лицемірства, пошані до даного слова. Будучи джентльменом до мозку кісток Т. Арнольд особисто виховував старших учнів, а потім доручав їм молодших дітей.

Французька система ФВ. Фізичне виховання у Франції, як і в більшості інших європейських країн, носило в ХІХ ст. явно виражений характер довоєнної підготовки і відображало відповідну політику міністерства освіти і військового міністерства. Така система фізичного виховання не користувалася популярністю в суспільстві, її не підтримували ні керівники шкіл, ні батьки, ні самі учні.

Зміни почали відбуватися лише в другій половині 80-х років ХІХ ст.

У суспільстві було активно сприйнято напрям в розвитку фізичного виховання, згідно з яким фізичні вправи повинні були компенсувати недоліки шкільної освіти і виховання, сприяти повноцінному відпочинку, розвагам, відволіканню від навчальних занять і зміцненню здоров'я. Змінилося і відношення до засобів рухової активності. На перший план вийшли природні вправи, які відповідали інтересам тих, хто займається. Інтенсивно впроваджувалися спортивні ігри, постійно зростала популярність різних видів спорту. Реформується і гімнастика, в якій основне місце приділяється вправам, що сприяють зміцненню життєво важливих органів, підвищенню сили і гнучкості, розвитку м'язової системи. Реалізуються різні підходи, проте кожен з них є зрозумілим і цікавим для тих, хто займаються.

Поширенню спорту у Франції також сприяли приватні атлетичні товариства, які відігравали роль об'єднуючих організацій. У 80-х роках ХІХ ст. у Франції діяли два атлетичні товариства. Одне з них, засноване Жюлем Симоном і П'єром де Кубертенем в 1887 р., носило назву "Союз спортивних суспільств Франції", а друге, головним діячем якого був Паськаль Груссе, мало назву "Ліга фізичного виховання". Обидва ці товариства діяли в одному і тому ж руслі і прагнули до об'єднання атлетичних товариств і асоціацій, до

розширення кількості навчальних закладів, зацікавлених в розвитку спорту, надавали допомогу цим організаціям в їх становленні, організували і проводили змагання.

Велику роль в розвитку фізичного виховання у Франції відіграла заснована в 1832 р. в Парижі Жуанвільська школа гімнастики і фехтування. Вона з часом перетворилася не лише на основний центр підготовки викладачів гімнастики і фехтування для військ, але й істотно вплинула на розвиток фізичного виховання і спорту в цивільних навчальних закладах.

Шведська система ФВ. У становленні шведської гімнастичної системи у ХІХ ст. вирішальна роль належала Стокгольмському королівському гімнастичному центральному інституту, заснованому згідно наказу короля Швеції у 1813 р.

За своєю спрямованістю, складу вправ, методиці їх використання шведська гімнастика принципово відрізнялася від інших гімнастичних систем, що отримали розвиток в ХІХ ст. Всі вправи шведської гімнастики, при їх величезному різноманітті, відрізнялися природністю поз і рухів, відсутністю максимальних зусиль, жорстких і грубих рухів. Снаряди, що застосовувалися в шведській гімнастиці, використовувалися виключно для полегшення виконання вправ, а не для ускладнення умов, створення додаткових труднощів і перешкод, як це мало місце у воєнізованих німецькій або французькій системах.

Існував тісний зв'язок між різними розділами шведської гімнастики. Лікарська гімнастика, що робить свого роду контролюючий вплив на весь склад гімнастичних вправ, змінювала їх вміст відповідно до медичних і фізіологічних вимог. У свою чергу, лікарська гімнастика запозичувала багато вправ, розроблених в гімнастиці для здорових, застосовуючи їх відповідно до завдань лікарської практики.

Німецька система ФВ. Німецьку гімнастику як самостійний напрям прийнято вважати заслугою Фрідріха Людвіга Яна (1778 1852 рр.), який переконливо показав залежність військового мистецтва і ефективності дій військ від їх фізичної підготовки, володіння солдатами різними прийомами, що вимагають спеціальних навиків, сили, витривалості. Стройові вправи, вправи на брусах і на перекладині, різні вправи на місцевості з подоланням перешкод, перенесенням важких предметів, вправи з зброєю лягли в основу гімнастики Ф.Л. Яна, яку він упроваджував з фанатичною завзятістю, уміло граючи на національних почуттях німців і антинаполеонівських настроях.

На противагу Л. Яну Герхард Фіт (вчитель математики) всебічно обґрунтував користь, яку можуть принести фізичні вправи для збереження здоров'я, збільшення м'язової сили, розвитку красивих форм тіла, точності, упевненості, рішучості. Герхард Фіт розробив класифікацію фізичних вправ і методику їх використання. Велику увагу він приділив ролі педагога, значущості медичних спостережень, вживанню методів загартування.

Проте фундаментальність праці Г. Фіта виявилася недостатньою для його широкого сприйняття суспільством. Після наполеонівських загарбницьких воєн в Німеччині краще сприймався військово-патріотичний підхід до фізичного виховання, характерний для Гутс-Мутса, Яна і їх прибічників.

Чеська система ФВ. Базуючись на основах французької, англійської, шведської та німецької систем ФВ чеська система набула властивих лише їй специфічних рис, що дозволило виділити її в окремий напрям.

Одним з таких напрямів виявилося товариство «Сокіл», яке було створено 1862 р. Тут було розроблено своєрідну систему фізичного виховання, яка передбачала спрямованість до фізичного і вольового вдосконалення народу, на розвиток у ньому національних почуттів.

Проглядалися в цій системі і риси античної гімнастики.

Мирослав Тирш розробив чітку класифікацію фізичних вправ, кожна з яких відповідала конкретній меті і завданням.

Прагнення сокільського руху до збільшення долі спортивної складової було природним: не лише для багаточисельних структур "Сокола", але і для засновника руху Мирослава Тирша. Цікаво відзначити, що сокільський рух, як гімнастичний, розвинувся поступово з чисто спортивних напрямів. У 1865 р. на зустрічі в празькому гімнастичному залі "Сокіл" Тирш взяв участь в установі "Чеської спортивної корпорації", основу для якої заклали два клуби — плавальний і веслярський.

Важливою передумовою для відродження ОІ був інтенсивний розвиток у ХІХ ст. змагального спорту. Починають організовуватися гуртки та секції з різних видів спорту.

В Англії і США утворюються клуби з футболу, легкої атлетики, крикету, веслування, бейсболу, кінного спорту.

Поступово почали формуватися спортивні союзи, асоціації, федерації, які брали на себе керівництво тим чи іншим видом спорту та проведення змагань. Національна федерація бейсболу була створена у США в 1858 р., пізніше в Англії, 1863 р., була започаткована Футбольна асоціація. Згодом подібні організації почали створюватися і в інших видах спорту (гімнастики, легкої атлетики, плавання, регбі, велоспорту та ін.).

Спрямованість до міжнародної співпраці була стимулом для створення міжнародних керівних організацій з видів спорту. Першою такою організацією стала Міжнародна федерація гімнастики (1881 р.). За нею були створені Міжнародний союз теслярського спорту та Міжнародний союз ковзанярів (1892 р.).

З середини ХІХ ст. почали проводитися міжнародні змагання. В Англії систематично проводилися кінні змагання, в Австралії в 1858 р. відбулась міжнародна першість з плавання. В ряді країн популярності набули змагання зі стрільби та фехтування.

Олімпійські ігри в ХVІІ—ХІХ століттях

Важливе місце в історії посіли Олімпійські Ігри, які проводилися у Великобританії доктором Вільямом Бруксом у ХІХ ст.

Ідея відродження ОІ виникла багаторазово і в багатьох випадках втілювалися у вигляді спортивних свят. Проводилися такі заходи не лише у великих містах, але і у маленьких містечках. Прикладом є проведення ОІ в Рамлесі – термальному курорті, який розташований на Півдні Швеції. В їх програмі був біг на короткі і довгі дистанції, стрибки у висоту і стрибки з жердиною, боротьба, скелелазіння, гімнастика.

Проте це була не перша така ініціатива. Ще у 1624 р. капітаном Р. Стоуером були проведені «ОІ», в програму яких входили біг. Боротьба, метання молота, гра подібна до гандболу, ігри з ключками, народні танці та перегони зайців.

За сто років до початку діяльності П'єра де Кубертена шведський граф Фредерік Богислаус Шверін вийшов з амбітним планом розвитку в Швеції спорту шляхом будівництва у всіх провінціях країни спортивних майданчиків і організації на них спортивних заходів.

У ці ж роки спортивні свята під назвою "Олімпійський фестиваль" проводилися в канадському Монреалі. Олімпійське товариство Ліверпуля у Великобританії провело в 1862 р. перший Олімпійський фестиваль в Ліверпулі. Подібні фестивалі проводилися там ще кілька разів, а останній з них відбувся в 1867 р.

Національна олімпійська асоціація Англії в 1866 р. провела в Лондоні перші Олімпійські ігри. За ними в 1867 і 1868 рр. послідували другі і треті ігри, проведені, відповідно, в Бірмінгемі і у Велінгтоні. Після шестирічної перерви, в 1874 р., в Мач Венлоці були проведені четверті Олімпійські ігри, а потім в 1877 р. — п'яті, які відбулися в Шрусбері. Шості ігри, що виявилися останніми, проводилися Національною олімпійською асоціацією Англії в 1883 р. в Хедлі Шропширі.

Спроби відродження Олімпійських ігор робилися і в Греції. Після позбавлення цієї країни від турецького іга в 1821 р. пропонувалося відродити проведення Олімпійських ігор у вигляді Грецьких національних ігор, проте ця ідея не була здійснена. Нарешті, в 1858 р. майор грецької армії: Євангеліс Цаппас, який володів колосальною енергією і великими фінансовими можливостями, запропонував королеві Греції відновити проведення Олімпійських ігор. Е. Цаппас на власні засоби створив фонд олімпійців і побудував великий зал для змагань. Королівським указом створюється оргкомітет, і в 1859 р. проводяться Ігри в Афінах, названі "Панеллінською" Олімпіадою. Аналогічні ігри, що планувалися на 1863 р., не відбулися через смерть короля і викликаного нею політичного напруження в країні. Проте надалі такі змагання проводилися в Афінах ще кілька разів.

Перші ігри, які пишню святкувалися як Олімпійські ігри та були проведені на основі ідей Роберта Дувра, відбулися в 1612 р. і з тих пір стали проводитися регулярно при постійному розширенні і уточненні спортивної частини програми. Центральне місце займали кінні і собачі перегони.

Ці види змагань поступово доповнювалися різними легкоатлетичними дисциплінами — бігом, стрибками, метанням ковальського молота. У програму включалися також змагання в умінні володіти списами, у фехтуванні, в різних видах боротьби.

Паралельно із спортивною частиною програм цих Ігор проводилися танцювальні конкурси, змагання з шахів, ігри в карти. Змагальна частина програми доповнювалася виступом акробатів, музикантів, продажем напоїв і закусок. Переможці змагань нагороджувалися різними призами і відзнаками: срібна тура — за перемогу в кінних перегонах, значки, банти, стрічки — за перемогу в інших видах спорту.

Під керівництвом Роберта Дувра ігри проводилися близько 30 років — аж до 1642 р., коли їх проведення було перерване через політичні і релігійні протиріччя, що призвели до громадянської війни в Англії. Роберт Дувр помер в 1652 р.

Відновлені ці Ігри були в 1660 р. і регулярно проводилися протягом подальших двохсот років.

5.7. Роль П'єра де Кубертена у відродженні Ігор Олімпіад

Відродженню сучасних ОІ світ зобов'язаний в першу чергу енергії і наполегливості – історика, літератора, педагога, соціолога, громадського діяча, барона П'єра де Кубертена (1863-1937 р.р.).

П.Кубертен народився 1 січня 1863 року в Парижі в родині живописця з стародавнього роду Фреда де Кубертена. На нього, вихідця з аристократичної сім'ї, на думку батьків, чекала блискуча військова кар'єра. Але юнак обрав інший шлях. В дитинстві він любив їздити верхи, займатися фехтуванням, веслуванням. Ще у юнацькі роки П'єр виявляє великий інтерес до літератури, педагогіки, філософії, історії, особливо античної. Кубертен зізнався, що саме Олімпія зробила з нього мрійника.

Пізніше Кубертен серйозно зацікавився проблемами спорту, його місцем у системі виховання молодого покоління. Він їде до англійського міста Регбі, щоб ознайомитись з досвідом місцевого коледжу, директор якого Томас Арнольд ще у 30-ті роки ХІХ ст. ввів спорт як метод виховання у цьому навчальному закладі. Створені Арнольдом спортивні команди функціонували на базі самоврядування, продуманої системи фізичного виховання й регулярних спортивних змагань і тому, об'єднані у спортивному клубі вони стали взірцем для копіювання. Спортивна система розвивалася у тісному взаємозв'язку з педагогікою. Молодий француз стає гарячим прихильником ідей Т. Арнольда.

Кубертен вивчає стан і особливості фізичного виховання та спорту у США, Швеції, Німеччині та інших країнах, листується з відомими діячами в галузі фізичного виховання.

Кубертен вирішує присвятити своє життя здійсненню благородної мети – поставити спорт на службу миру, взаєморозумінню і дружбі між народами.

Завдяки глибокому вивченню впливу рухової активності і спорту на здоров'я, культуру, освіту й виховання людей у різних країнах, Кубертен сформував своє ставлення до спорту не лише як до засобу виховання і освіти, але і як до фактору розвитку міжнародного співробітництва, зміцнення миру й взаєморозуміння між народами.

За словами П'єра де Кубертена, кампанія по відродженню Олімпійських ігор розпочалася 30 серпня 1887 р. після опублікування його статті, в якій він звернув увагу французів на необхідність більш різнобічної фізичної підготовки дітей в школах і оголосив про створення Ліги фізичного виховання. У 1888 р. Кубертен видав книгу "Виховання в Англії", а через рік — "Англійське виховання у Франції", в яких ділився своїми задумами.

На засіданні комітету з впровадження фізичних вправ, створеного в Міністерстві освіти Франції 1 липня 1888 р. Кубертен виклав основні принципи ідеї відродження Олімпійських ігор. Ця ідея дістала схвалення, але не більше,

оскільки роль комітету полягала по суті лише у створенні основ Олімпійського руху.

Відвідання США й Великобританії дозволило Кубертену знайти активних прибічників відродження ОІ в особі доктора Уільяма Пені Брукса, засновника Олімпійського товариства Мач-Венлок і Національної олімпійської асоціації (1895), Уільяма Слоена – професора політичних наук в Пристоні, який користувався великим авторитетом в університетських колах, а також Чарльза Герберта – переможця багатьох крупних змагань 70-х років з бігу і веслуванню, у подальшому крупного організатора спорту, борця за олімпійську ідею і створення міжнародних федерацій.

Американський історик Девід Юнг, що детально вивчав діяльність і роль різних людей у відродженні Олімпійських ігор, свідчить, що ідея їх відродження за старогрецьким зразком і проведення таких Ігор в Афінах раз на чотири роки, як масштабного міжнародного заходу належить не Кубертену, а англійцеві Уільяму Бруксу, який не лише висловив цю ідею осінню 1880 р., але і зробив конкретні кроки для її реалізації.

Слід зазначити, що після відвідин Ігор в Мач Венлоці ¹ Кубертен проникся ідеєю Брукса відродити Олімпійські ігри як міжнародні, оцінив їх перспективи, проте негативно ставився до пропозиції проводити такі Ігри лише в Греції.

Кубертен, переконаний в необхідності проведення сучасних Олімпійських ігор як події міжнародного масштабу, вирішив залучити до організації їх відродження знатних спортивних діячів з різних країн світу, щоб із самого початку додати олімпійському руху міжнародного характеру. З цією метою в 1889-1890 рр. він веде листування з фахівцями різних країн, організовує ряд міжнародних змагань з різних видів спорту, здійснює ділові поїздки в США і Великобританію. У 1889 р. Кубертен як учасник науково-практичної конференції з фізичного тренування вперше відвідав США. У 1890 р. він організував в Парижі Міжнародний науковий конгрес аналогічного змісту. Нотатки про цей конгрес підвищили популярність Кубертена і дозволили йому налагодити тісні зв'язки із спортивними організаціями Англії і Північної Америки.

В цей же час створюється Союз спортивних товариств Франції, першим генеральним секретарем якого був вибраний П'єр де Кубертен. У 1892 р. на асамблеї цього Союзу, яка проходила у великому залі університету Сорбонни, відбулася історична дискусія про спорт. Кубертен виступив з доповіддю "Фізичні вправи у сучасному світі". Це був по суті його перший крок до інтернаціоналізації спорту, перша публічна пропозиція про відродження Олімпійських ігор.

Практичні заходи з реалізації цієї ідеї були зроблені весною 1893 р., коли за пропозицією Кубертена Союз французьких атлетичних товариств мав намір скликати в Парижі в 1894 р. міжнародний конгрес, який вирішив би два головні запитання: точно визначив поняття любительського спорту і підготував проведення Олімпійських ігор. Ідея скликання такого конгресу знайшла підтримку в політичних колах. Ректор Сорбонни надав територію університету для підготовки і проведення цього конгресу.

Процесу відродження ОІ і створення МОК сприяв цілий ряд факторів, серед яких слід назвати бурхливий розвиток транспорту, що полегшив обмін матеріальними й духовними цінностями між народами, проведення міжнародних промислових і торгівельних ярмарок, конференцій, виникнення міжнародних організацій, у тому числі й спортивних.

Існує багато версій про те, чому саме концепція Кубертена виявилася найбільш успішною у справі відродження Ігор, аніж усі попередні спроби. Найбільш переконливі пояснення опираються на три основні аспекти. По-перше, концепція Кубертена виявилася співзвучною з міжнародним рухом ХІХ ст., серед яких – Червоний хрест, рух скаутів і рух есперанто² зі створення нової мови міжнародного спілкування. По-друге, вона з'явилася в період росту популярності всесвітніх виставок³. Цінність цих організацій і подій до цього часу відчувається хоч би у тому, як МОК веде свої справи з міжнародними некомерційними організаціями. Ідеї Кубертена відповідали тенденції до інтернаціоналізації спорту, кодифікації правил, що дозволяло представникам різних країн змагатися один з одним. Нарешті, і цей пункт варто вважати найбільш важливим, – прагнення Кубертена виходили за межі спорту і його філософію Олімпізму можна розглядати в одному ряді з новими філософськими вченнями цієї епохи.

Цікаво знати:

¹ *Ігри у Мач-Венлоку й досі проводяться у вигляді місцевого свята і користуються підвищеною увагою з того часу, як Лондон виграв право приймати Олімпіаду. Олімпійський талісман Лондона-2012 був названий Венлоком на знак визнання важливої ролі, яку Мач-Венлок відіграв у формуванні поглядів П'єра де Кубертена.*

² ***Есперанто** (есп. *esperanto* — той, що сподівається) — міжнародна мова, створена польським лікарем і поліглотом Людвиком Лазарем Заменгофом у 1887 році на основі найпоширеніших європейських мов, інтернаціональної лексики. Проста, суворо нормалізована граматики; багато прихильників у всьому світі. Есперанто має на меті створення прямих та однакових можливостей для кожної людини у міжнародних стосунках.*

³ *Олімпійські ігри 1900 року в Парижі проводилися неподалік від Всесвітньої виставки, а Ігри в Сент-Луїсі були частиною Всесвітньої виставки.*

5.8. Міжнародний атлетичний конгрес 1894 р., його програма і значення для відродження Ігор та розвитку олімпійського руху.

Наприкінці 1893 р. – початку 1894 р. Кубертен організував широку кампанію по залученню представників різних спортивних організацій до роботи засновницького конгресу.

Кубертен розсилав листи-запрошення, проте особливого успіху ці запрошення не мали. Спортивні організації Німеччини, Швейцарії і Нідерландів взагалі проігнорували заклик Кубертена, а з низки інших країн були отримані негативні відповіді.

Тоді Кубертен і його прибічники спрямували свої зусилля на те, щоб забезпечити конгресу політичну підтримку. Вони провели переговори з

дипломатичними представництвами різних держав, акредитованими в Парижі, і таким чином встановили контакти з політичними і суспільними діячами цих країн. В результаті стати почесними членами президії конгресу могли видні діячі різних країн — Греції, Швеції, Норвегії, Росії, Великобританії, Німеччині і ін. Ця обставина змінила ставлення до конгресу і з боку спортивних організацій, багато хто з яких таки прийняв рішення скерувати своїх представників.

В січні 1894 року Кубертен розіслав запрошення й програму Конгресу багатьом закордонним клубам, персонально запросив У.Слоена зі США, У.Герберта з Англії, В.Бланка зі Швеції та Ф. Кеменя з Угорщини. На жаль його зусилля не знайшли підтримки в самій Франції. Представники Австралії і Японії письмово підтвердили своє приєднання до уставного конгресу.

16 червня 1894 р. у великій залі Сорбонського університету (Париж) зібралося близько 2000 чоловік. У запрошеннях був зроблений надпис "Конгрес відродження ОІ". Були присутні 79 делегатів від 49 спортивних організацій 12 країн, включаючи США, Італію, Францію, Іспанію, Грецію і Росію. Виключно високо оцінив Кубертен роль в організації Конгресу У.Слоена і Ч.Герберта.

Відроджуючи ОІ Кубертен багато взяв з історії організації і проведення стародавньогрецьких ігор. Кубертен детально розробив організацію і процедуру проведення ОІ, додавши елементи, які за його думкою були необхідні для задоволення бажань сучасного людства. В першу чергу це інтернаціональний характер ігор, включення в програму змагань великої кількості видів спорту, добровільна участь спортсменів-аматорів та ін.

Делегати конгресу працювали у двох секціях. В першій секції обговорювалась проблема аматорства. На засіданнях другої секції обговорювалась концепція олімпізму.

Напередодні відкриття Конгресу Кубертен опублікував статтю "Відродження Олімпійських ігор", де були викладені принципи і ідеали Олімпізму. Обговорення велося в основному по тим пунктам, які визначив у своїй статті Кубертен:

1. як і стародавні фестивалі, сучасні ОІ слід проводити кожні 4 роки;
2. відродженні ігри (на відміну від стародавніх Олімпіад) будуть сучасними і міжнародними. В них будуть ті види спорту, які культивуються у ХІХ ст.
3. ігри будуть проводитись для дорослих;
4. будуть запроваджені суворі визначення поняття "любитель". Гроші будуть використовуватися тільки для організації Ігор, будівництва споруд і проведення свят;
5. сучасні ОІ повинні бути пересувними.

Сучасні ОІ повинні бути "пересувними" тобто проводитись у різних країнах.

В Хартії МОК, основному документі, прийнятому на Конгресі, було зафіксовано наступне:

1. в інтересах моралі Міжнародний конгрес і окремі країни вважають необхідним відродити на міжнародній основі ОІ в сучасній формі, але з дотриманням стародавніх традицій;

2. до участі в Іграх слід запрошувати спортивні об'єднання всіх країн. Кожна країна може бути представлена тільки своїми громадянами. Перед ОІ, які будуть проводитись кожні чотири роки, окремі країни повинні проводити відбіркові або попередні змагання з тим, щоб їх репрезентували тільки найкращі спортсмени;
3. у програму міжнародних ОІ будуть включені наступні види спорту: біг, стрибки, метання диску, важка атлетика, вітрильний спорт, плавання, веслування, ковзанярський спорт, фехтування, боротьба, бокс, кінний спорт, спортивна стрільба, гімнастика, велоспорт;
4. за виключенням фехтування, в усіх видах спорту можуть приймати участь лише спортсмени-аматори. Ті, для кого спорт є професією, не можуть брати участь у змаганнях. (У доданому до протоколу документі відносно "аматорства" відмічалось: "до змагань не допускаються ті, хто професійно займається спортом і ті, хто дістав в минулому або дістає зараз грошові винагороди за заняття спортом. Саме тому на ОІ ніколи не можна призначати грошові призи, а можна вручати почесні нагороди);
5. Комітет має право не допускати до участі тих, хто коли-небудь виступав проти олімпійської ідеї чи проти ідеї сучасних ОІ;
6. для легкоатлетів потрібно організувати головні змагання – п'ятиборство.

Одним із найважливіших результатів роботи Конгресу було створення Міжнародного олімпійського комітету.

5.9. Утворення міжнародного олімпійського комітету (МОК)

Список членів МОК був підготовлений П'єром де Кубертенем. Членами МОК стали: Ернест Калло (Франція), генерал Олексій Бутовський (Росія), капітан Віктор Бальк (Швеція), професор Уільям Слоен (США), юрист І.Гут-Ярковський (Богемія, Австро-Угорщина), Ференц Кемень (Угорщина, Австро-Угорщина), Чарльз Герберт і лорд Амтхїлл (Англія), доктор Хосе Бенхамін Субіаур (Аргентина), Леонард Кафф (Нова Зеландія), граф Луккезі Паллі і Д'юк Андрія Карафа (Італія), граф Максим де Бузі (Бельгія). Генеральним секретарем МОК був обраний барон П'єр де Кубертен, президентом МОК – Деметріус Вікелас (Греція).

Складаючи список кандидатів у члени МОК Кубертен перш за все думав про те, щоб ця міжнародна організація була дійсно інтернаціональною. І не випадково, в назві МОК спочатку "міжнародний", а потім вже "олімпійський".

Крім того, багато осіб, які стали членами МОК, своєю практичною діяльністю доказали вірність ідеям міжнародного відродження ОІ. Дійсно, без допомоги своїх друзів Кубертену навряд чи вдалося б відродити ОІ.

Одним з найближчих соратників був Е. Калло, який очолював Союз гімнастичних товариств Франції, а з 1894 по 1909 р. виконував функції скарбника МОК. Давній друг Кубертена Ф.Кемень – редактор "Угорської педагогічної енциклопедії", автор багаточисленних статей з проблем освіти і фізичного виховання.

В.Бальк у 1893 році був обраний президентом Міжнародного союзу ковзанярів, а також був директором Центрального інституту гімнастики Стокгольму і президентом гімнастичного союзу Швеції. О.Бутовський (Росія) був особисто знайомим з Кубертенем.

Слід відзначити, що в перших офіційних бюлетенях МОК не було ніякої інформації стосовно до МОК як організації. Єдиним виявленим документом є складений і відредагований Кубертенем текст про порядок діяльності МОК, який в подальшому з'явився у версії Статуту МОК, датованому 1908 р.

З метою розширення членства МОК була розроблена своєрідна, далеко не демократична, система поповнення його складу, відповідно якій нові кандидати не делегуються своєю країною, а обираються самим МОК. Ця система зберігається до цього часу.

5. 10. Завдання МОК та його діяльність до початку ХХ ст.

В результаті роботи першої секції конгресу було розроблено визначення любительського спорту, обґрунтовані його відмінності від професійного спорту. Згідно з прийнятим на конгресі визначенням, любителями можуть вважатися ті спортсмени, які в результаті змагань не отримували винагород і грошових премій, не змагалися з професіоналами і не працювали платними вчителями фізичної культури і спорту. Проте головним рішенням конгресу виявився підсумок роботи його другої секції — постанова про відродження Олімпійських ігор. Були визначені програма Ігор I Олімпіади, місце їх проведення — Афіни. Прийнято рішення провести Ігри II Олімпіади в 1900 р. в Парижі, а кожні наступні Ігри — з інтервалом в чотири роки в різних містах світу.

Конгрес закінчився тріумфально. Під час заключного засідання було багато промов, записи яких на жаль не збереглися.

Відповідно Хартії, прийнятої Конгресом, на МОК були покладені наступні завдання:

1. Забезпечення регулярного проведення Ігор.
2. Піклування про те, щоб Ігри були більш гідними їх славній історії і високих ідеалів.
3. Заохочення росту числа організацій, які б сприяли проведенню змагань спортсменів-аматорів.
4. Керівництво аматорським спортивним рухом і сприяння поглибленню дружби між спортсменами.

На погляд істориків спорту МОК протягом перших років свого існування працював не дуже активно. Кубертен визнає, що у цей період часу розвиток Олімпізму був штучним.

Олімпійська атрибутика

Олімпійський символ ¹ складається з п'яти кілець однакового розміру (олімпійські кільця), що переплітаються і використовуються окремо, в одному або в п'яти різних кольорах. Кільця переплітаються зліва направо: синє, чорне та червоне кільця розташовані в верхній частині, жовте та зелене кільця - в

нижній частині, згідно графічного зображення. Олімпійський символ відображає діяльність Олімпійського руху та являє собою єдність п'яти континентів і зустріч атлетів з усього світу на Олімпійських іграх.

Олімпійський прапор має білу основу без кантів. В його центрі розташований олімпійський символ з п'яти кольорів.

Олімпійське гасло „Citius – Altius – Fortius” (швидше, вище, сильніше) відтворює послання олімпійського руху.

Олімпійська емблема є неподільною композицією, яка поєднує олімпійські кільця з іншим характерним елементом.

Олімпійським гімном є музичний твір під назвою „Олімпійський гімн”² написаний Спірідоном Самарасом, покладений на слова поета Костіса Паламаса. Поета і композитора для написання гімну обрав особисто Деметріос Вікелас – активний діяч відновлення олімпійського руху і перший президент Міжнародного олімпійського комітету

Олімпійським вогнем³ є вогонь, який запалюють в Олімпії під егідою МОК до початку Ігор Олімпіади і він горить до їх завершення.

Олімпійським факелом є переносний факел або його модель, затвердені МОК, в якому горить олімпійський вогонь.

Олімпійський знак - це будь-яке візуальне або аудіо відтворення якої-небудь асоціації або зв'язку з Олімпійськими іграми, олімпійським рухом або його складовою частиною.

Цікаво знати:

¹ Кубертен представив МОК дизайн символу в 1914 році і він став предметом суперечок. З офіційною версією МОК, кільця символізують п'ять континентів, які приймають участь в Іграх. Однак точна відповідність між кільцями і континентами відсутня. Шість кольорів символу – п'ять різнокольорових кілець на білому фоні – пояснюються прагненням до того, щоб в символі був присутній хоча б один з кольорів прапору кожної країни. Яка приймає участь в Іграх. Кубертен же писав, що «ці п'ять кілець символізують п'ять частин світу, які виграли Олімпізм». Істинне джерело походження цих кілець як символу Олімпійських ігор не зрозуміле.

За останні 100 років дизайн символу дещо змінився, зокрема іншою стала відстань між кільцями, але в цілому він практично не відрізняється від оригіналу 1914 року

² Вперше Олімпійський гімн прозвучав на церемонії відкриття перших Олімпійських ігор сучасності, які відбулись 1896 року в Афінах. У подальшому кожна країна, що проводила наступні Ігри, доручала своїм музикантам написати новий ексклюзивний гімн. Так відбувалося до проведення Літніх Ігор 1960 року в Римі. 1958 року МОК на 55-й сесії в Токіо затвердив Олімпійських гімн Самараса на вірші Паламаса офіційним олімпійським гімном. Відтоді цей гімн виконується щоразу під час церемонії відкриття Ігор.

³ Традиція запалювати Олімпійський вогонь існувала в Стародавній Греції під час проведення античних Олімпійських ігор. Олімпійський вогонь служив згадкою про подвиг Прометейя, що за легендою викрав вогонь у Зевса та подарував його людям.

1928 року традицію було відроджено. Вона зберігається досі. Під час Ігор Олімпіади 1936 року, що відбулися в [Берліні](#), вперше проведено естафету Олімпійського вогню. Понад 3 000 бігунів брали участь у пронесенні факела з [Олімпії](#) до [Берліна](#).

На Зимових Олімпійських іграх вогонь запалювався і [1936 року](#), і [1948 року](#), але естафету вперше провели тільки [1952 року](#) — перед [Олімпійськими іграми в Гельсінкі](#). Однак вона стартувала не з [Олімпії](#), а з [Моргедалі \(Норвегія\)](#).

Рекомендована література

Основна:

1. Бріскін Ю. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі : [монографія] / Юрій Бріскін. – Львів : Край, 2006. – 346 с. – ISBN 966-547-206-2.
2. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 1. – 736 с. – ISBN 978-966-8708-15-2.
3. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 2. – 696 с. – ISBN 978-966-8708-17-6.
4. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.
5. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.
6. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464с. – ISBN 966-7133-71-0.
7. Энциклопедия Олимпийского спорта : в 5 т. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004.

Допоміжна:

1. Бріскін Ю. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. / Юрій Бріскін. – Львів : Ахілл, 2003. – 128 с. – ISBN 966-7617-51-3.
2. Бріскін Ю. Проблеми реалізації олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2011. – Вип. 12, т. 1. – С. 13–17.
3. Воробйов П. Г. На славу спорту в ім'я честі / Воробйов П. Г., Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1976. – 264 с.
4. Заседа І. І. Олімпійці / Заседа І. І. – Київ : Молодь, 1975. – 224 с.
5. Суник О. Б. Від Олімпії до Москви / Суник О. Б. – Київ : Здоров'я, 1980. – 200 с.
6. Трофим'як Б. Є. Фізична культура і спорт в Українській РСР / Трофим'як Б. Є. – Львів : Вища школа, 1987. – 160 с.

7. Фірсель Н. Й. Олімпійська зима: нариси / Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1978. – 152 с.
8. Хавин Б. Н. Все об Олимпийских играх / Хавин Б. Н. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 607 с.
9. Шанин Ю. В. Герои античных стадионов / Шанин Ю. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 141 с.
10. Шанин Ю. В. Олимпийские игры и поэзия эллинов / Шанин Ю. В. – Київ : Вища школа, 1980. – 184 с.
11. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова. – Київ : Олімпійська література, 2009. – 400 с. – ISBN 978-966-8708-14-5.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.
2. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>
3. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>
4. **Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.paralympic.org.ua>**
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http:// www.paralymp.ru](http://www.paralymp.ru)
6. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
7. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
8. Sochi Olympics-2014 Winter Games [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.sochi2014.com>
9. История Олимпийских Игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympiady.ru>
10. Олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>

Тема 6

Періодизація Ігор Олімпіад

6.1. Періодизація Ігор Олімпіад

Сучасний олімпійський рух пройшов складний шлях розвитку і не одразу набув популярність і притаманні йому риси і масштаби. Тому історія ОІ сучасності потребує чіткої періодизації. Історики та соціологи висувують різні підходи до періодизації розвитку олімпійського спорту. Одні пропонують пов'язати періоди з терміном діяльності президентів МОК (Л.Кун, 1982). Інші вважають, що при розробці періодизації необхідно орієнтуватися на роль Олімпійського руху в житті світової спільноти, його вплив і авторитет (Л.Б.Суник, 1983). Деякі науковці пропонують будувати періодизацію на основі

найбільших історичних подій, які кардинально вплинули на хід сучасної історії людства. Зокрема, В. В. Столбов (1989) пов'язує історію міжнародного спортивного руху з трьома історичними періодами теперішнього століття (до Першої світової війни, між Першою і Другою світовими війнами, після Другої світової війни). При визначенні періодів розвитку такого складного явища як сучасний олімпійський рух, неможливо орієнтуватись на один критерій, яким би впливовим він не здавався. Необхідно враховувати сукупність всіх факторів політичного, економічного і спортивного характеру, які здійснювали принциповий вплив на розвиток олімпійського руху на конкретному історичному етапі.

Необхідно враховувати сукупність політичного, економічного і спортивного характеру, які здійснювали принциповий вплив на розвиток ОР на конкретному історичному етапі. Виходячи з вище сказаного, пропонуються наступна періодизація Ігор Олімпіади:

- перший етап – Ігри I-V Олімпіад (1896 – 1912 р.р.);
- другий етап – Ігри VII-XIV Олімпіад (1920 – 1948 р.р.);
- третій етап – Ігри XV – XXIV Олімпіад (1952-1988 р.р.);
- четвертий етап – XXV і наступні (з 1992 р.)

Таблиця 1. Ігри Олімпіад

Ігри Олімпіад	Рік	Місто проведення	К-сть чоловіків	К-сть жінок	Загальна к-сть учасників	К-сть країн (з 1936 – НОК)	К-сть видів змагань
I	1896	Афіни, Греція	311	-	311	13	44
II	1900	Париж, Франція	1319	11	1330	21	83
III	1904	Сент-Луїс, США	617	8	625	12	89
IV	1908	Лондон, Англія	1998	36	2034	22	111
V	1912	Стокгольм, Швеція	2484	57	2541	28	101
VII	1920	Антверпен, Бельгія	2543	63	2606	29	156
VIII	1924	Париж, Франція	2859	136	3092	44	126
IX	1928	Амстердам, Голандія	2724	290	3014	46	110
X	1932	Лос-Анджелес, США	921	127	1048	37	117
XI	1936	Берлін, Німеччина	3738	328	4066	49	130
XIV	1948	Лондон, Англія	3714	385	4099	59	138
XV	1952	Хельсінкі, Фінляндія	4407	518	4925	69	149
XVI	1956	Мельбурн, Австралія	2813	371	3148	68	163
XVII	1960	Рим, Італія	4738	610	5348	84	152
XVIII	1964	Токіо, Японія	4457	683	5140	94	163
XIX	1968	Мехіко, Мексика	4750	781	5531	112	172
XX	1972	Мюнхен, ФРГ	6077	1070	7147	121	195
XXI	1976	Монреаль, Канада	4915	1274	6189	88	198
XXII	1980	Москва, СРСР	4311	1192	5503	81	203
XXIII	1984	Лос-Анджелес, США	5458	1620	7088	141	221
XXIV	1988	Сеул, Респ. Корея	6983	2438	9421	160	237
XXV	1992	Барселона, Іспанія	7555	2708	9367	169	257
XXVI	1996	Атланта, США		3523	10320	197	271
XXVII	2000	Сідней, Австралія		4069	10651	199	300
XXVIII	2004	Афіни, Греція		4329	10 625	202	301

XXIX	2008	Пекін, Китай			11 028	204	302
XXX	2012	Лондон, Великобританія			10500	204	302

6.2. Загальна характеристика першого періоду Ігор Олімпіад (1896-1912 рр.).

Перший період Ігор Олімпіад характеризується відносно невеликою популярністю міжнародного Олімпійського руху і ОІ. Ідея їх проведення кожні 4 роки з труднощами пробивала собі дорогу. Не випадково МОК приурочував ОІ до Всесвітніх промислових виставок у 1900 році в Парижі і у 1904 році у Сент-Луїсі. З 689 учасників ігор у Сент-Луїсі тільки 92 спортсмени представляли 11 країн світу, решта – представники США. Ситуація, що склалась в деякій мірі змінилась в Лондоні (1908р.) і Стокгольмі (1912р.).

Невдале проведення ОІ у Парижі і Сент-Луїсі викликало гостру критику міжнародної спортивної спільноти і нагадало ідею проведення ОІ у Греції. Кубертен запропонував провести неофіційні Ігри у 1906 році, щоб надати стимул розвитку ОР. Кубертен розумів, що проведення Ігор на їхній історичній батьківщині дозволить стимулювати розвиток олімпійського руху. Ідею Кубертена підтримав технічний директор Ігор професор Іоанес Хрисафіс. Такі ігри були проведені в Афінах 22 квітня – 2 травня 1906 року і залучили до участі 884 спортсменів (7 жінок) із 20 країн, що було значно більше, ніж у Сент-Луїсі. Однак, у подальшому такі ігри не проводились.

Особливу увагу необхідно звернути на Ігри V Олімпіади 1912 р. в Стокгольмі. Незважаючи на напружену ситуацію в Європі, в Іграх взяли участь 2547 спортсменів (серед яких 57 жінок) з 28 країн. В 20 видах легкої атлетики було встановлено олімпійські рекорди. Деякі глядачі назвали ці Ігри «Олімпіадою Джеймса Торпа», який переміг в легкоатлетичному п'ятиборстві та десятиборстві. Згодом атлета було позбавлено золотих нагород через порушення статусу аматора. Крім того, в цих Іграх брав участь Єйворі Брендендж, який став у 1952 р. президентом МОК.

Ні участь жінок в Іграх, ні проведення у цей період 14 сесій і 3 конгресів МОК, ні ґрунтовні статті Кубертена не змогли компенсувати недостатньо привабливу концепцію організації ОІ, програма яких була розтягнута на декілька тижнів. Принцип єдності часу і дії античних ОІ не дотримувався. У багатьох видах спорту були відсутні єдині міжнародні правила змагань. До того ж епоха, яка відходила у минуле, була дуже заражена націоналізмом і несла з собою політичну напругу.

Історія з американцем Фредом Лорцем, який намагався нечесно перемогти в марафонському бігу на Іграх 1904 р. в Сент-Луїсі, та несправедлива дискваліфікація Джеймса Торпа після Ігор 1912 р. (початок дискримінації «кольорового» населення в США) змусила керівництво МОК замислитись над створенням кодексу честі атлетів. В 1913р. з'являється «Зведення зауважень та пропозицій щодо покращення Олімпійських ігор», виникає ідея розробки Олімпійської клятви.

В цілому цей період розвитку ОР зіграв велику роль у розвитку міжнародного спорту у різних країнах світу, підвищенню авторитету спорту як

важливої сфери суспільної діяльності, розвитку масового спорту і фізичного виховання населення.

Під впливом ОР почали створюватись різні міжнародні об'єднання і національні організації, метою яких був розвиток спорту. У ці роки були створені Міжнародна аматорська легкоатлетична федерація (ІААФ) – 1912 р., Міжнародна аматорська федерація плавання (ФІНА) – 1908 р., Міжнародна федерація футбольних асоціацій (ФІФА) – 1904 р., Міжнародна аматорська федерація боротьби (ФІЛА) – 1912 р. та ін.

У ці роки для о. видів спорту були розроблені правила змагань, введена реєстрація світових рекордів і спортивних досягнень, уніфіковані вимоги до спортивних споруд. Проведення ОІ, міжнародних спортивних змагань стимулювали розвиток матеріальної бази спорту у різних країнах світу – будівництво стадіонів, гімнастичних залів, басейнів, стрілецьких тирів та інших споруд.

В цей час почала інтенсивно розвиватись система підготовки спортсменів. Досвід підготовки кращих спортсменів ставав відомим у багатьох країнах, що сприяло вдосконаленню спортивної техніки, підвищенню ефективності фізичної і тактичної підготовки.

ОС уже в роки першого періоду свого становлення перетворювався в арену співробітництва спортсменів, спеціалістів і любителів спорту у різних країнах. Завдяки розвитку ОС почав проявлятися взаємний інтерес спортсменів – налагоджувалось співробітництво не тільки у сфері спорту, але й в інших галузях суспільної діяльності - культурі, науці та ін.

Ігри І Олімпіади (Афіни, 6-15 квітня 1896 р.)

Рішення Паризького конгресу (1894 р.) про проведення Ігор І Олімпіади сучасності у 1896 році в Афінах було позитивно сприйнято більшістю населення Греції. Але уряд Греції не мав змоги і бажання дозволити великі витрати на підготовку місць змагань і проведення такого великого свята.

П. де Кубертен був вимушений шукати інше місце (Будапешт) для проведення Ігор, але його прохання відхилила угорська влада. Тому він почав шукати інші шляхи вирішення цієї проблеми. Він запропонував долучити приватних осіб, які могли б пожертвувати кошти на проведення таких змагань. Цю точку зору підтримав грецький кронпринц Константин, який створив спеціальну комісію сприяння, а також звернувся до народу Греції із закликом до пожертвування грошей у фонд підготовки Ігор.

На зібрані гроші були відновлені олімпійський стадіон, побудовані велодром і тир. В центрі міста розмістили тенісні корти, павільйони з елінгами і роздягальнями для спортсменів – веслувальників.

НОК Греції за один рік підготував місця для змагань. 6 квітня 1896 року король Греції у присутності 80 тисяч глядачів оголосив Ігри І Олімпіади відкритими. Таким чином християнський монарх відмінив указ імператора Феодосія, яким той 1500 років тому назад заборонив цей ненависний пережиток язичників.

У Іграх взяли участь 311 спортсменів з 13 країн (Австралія, Австро-Угорщина, Болгарія, Великобританія, Німеччина, Греція, Данія, США, Франція, Чілі, Швейцарія).

Програма ОІ включала 9 видів спорту – боротьба класична, велоспорт, гімнастика, легка атлетика, плавання, стрільба кульова, теніс, важка атлетика, фехтування, в яких розігрувались 43 комплекти нагород.

Першим олімпійським чемпіоном сучасності став американський спортсмен ДЖЕЙМС КОННОЛІ, який виборов золоту медаль у потрійному стрибку (13м 71см).

Національним героєм Греції став переможець у марафонському бігу СПИРИДОН ЛУІС. Крім олімпійських нагород і слави переможця чекали наступні призи: золотий кубок, заснований французьким академіком Мішелем Бріалем, який настояв на включенні марафонського бігу у програму ОІ, бочка вина, талон на безкоштовне харчування протягом року, безкоштовний пошив одягу і користування послугами перукаря протягом всього життя, 10 центнерів шоколаду, 10 корів і 30 баранів.

Француз Поль Массон на треку виборов три золоті медалі на різних дистанціях.

У змаганнях з боротьби не було поділу на вагові категорії. Перемога німця Карла Шумана, який був найлегшим з учасників, була тріумфальною. Він здобув перемогу ще у трьох видах гімнастики – опорному стрибку і командних змаганнях на брусах і перекладині.

Найбільшу кількість медалей вибороли грецькі спортсмени (10+19+17), США – 19, Німеччина – 14. Без нагород залишились спортсмени Болгарії, Чилі, Швеції.

Нагороджували переможців у день закриття ОІ – 15 квітня 1896 р. Нагородами служили гілки оливи, привезені з Олімпії, дипломи, виготовлені грецьким художником, а також срібні медалі, виготовлені гравером Шапленом.

Вже на перших Іграх сучасності довелося зустрітися з інтенсивним використанням ОС у політичних цілях. Засоби масової інформації Греції активно прославляли свою країну, представляючи її як частину західної цивілізації.

Не все на перших ОІ було добре (приїхали тільки 13 команд з 34, які мали запрошення, не було ісіх найсильніших спортсменів), але вони дозволили досягнути головного – відродити й показати життєздатність олімпійської ідеї.

Про роль І ОІ П'єр де Кубертен писав так: "Результат ОІ є подвійним – спортивним і політичним. Якщо усвідомити той вплив, який можуть здійснити заняття фізичною культурою і спортом на майбутнє держави і на духовні сили нації в цілому, виникає питання: а чи не почалась для Греції у 1896 році нова ера її розвитку?... Сучасний спорт потребує об'єднання й очищення ... в кожній країні існують свої правила, неможливо прийти до загальної думки з питання про те, хто є аматором, а хто професіоналом... Я переконаний, що мій почин зможе стати фактором зміцнення миру у всьому світі..."

Ігри І Олімпіади переконливо довели гуманістичну спрямованість олімпійського руху.

Після успішного проведення І ОІ МОК вирішив надати Іграм дійсно інтернаціональний характер і проводити їх по чергову в різних країнах і на різних континентах, хоча Греція розраховувала, що ОІ будуть проводитись весь час на їх території.

Ігри II Олімпіади проходили у Парижі (20 травня – 28 жовтня 1900 р.) одночасно з функціонуванням Всесвітньої виставки, яка повністю привернула увагу на себе, зробивши ОІ її другорядним додатком.

Організатори виставки – урядові чиновники – не надали оргкомітету Олімпіади ніякої допомоги. Не зрозуміло, чому навіть П. Де Кубертен був практично усунутий від проведення ОІ.

У змаганнях взяли участь 1330 спортсменів з 21 країни (у тому числі 11 жінок).

Змагання проводились з найбільш екзотичних видів спорту, починаючи з польотів на повітряних кулях і закінчуючи рятуванням життя.

Офіційно підсумки змагань не підбивались, а переможці отримували нагороди через рік по пошті, тому що свята закриття ОІ не було. Крім того, змагання були розтягнуті на довгий строк – п'ять місяців.

Однак, не дивлячись на весь хаос, який супроводжував ОІ, вони переконливо показали не тільки життєздатність ОР, але й інтенсивний розвиток спорту у світі (поява жінок на змаганнях, збільшилась кількість країн-учасниць). Ніхто з переможців I Олімпіади не зміг повторити свій успіх у Парижі. У програму ОІ були введені нові види спорту, які у подальшому стали дуже популярними – академічна гребля, футбол, кінний і вітрильний спорт, метання молоту та інші.

Більше за всіх нагород отримали французи – 26+36+33, спортсмени США – 20+15+16, Великобританії – 17+8+12.

З особистих результатів слід відзначити американських легкоатлетів А.Кренцлейна – 4 золоті медалі у бігу на 60м, 110 м з бар'єрами, 200 м з бар'єрами, стрибок у довжину (7м 18см), а також Р.Ерві – у стрибках з місця у висоту, довжину і потрійному стрибку. Ф.Джервіс показав результат на 100м – 10,8 с, який протримався рекордом до 1924 року. І.Бекстер виборов змагання у висоту – 190см і з жердиною – 330см.

Ігри III Олімпіади проводились у Сент-Луїсі (США) з 1 липня по 23 листопада 1904 року.

МОК не зробив належних висновків з ОІ у Парижі і дозволив проводити наступні під час проведення всесвітньої (чергової) промислової виставки. Тому ОІ стали знову її додатком. Не було ні урочистого відкриття, ні закриття ОІ. Через високу ціну проїзду не прибуло на змагання багато провідних спортсменів європейських країн. Не був присутнім і де Кубертен. МОК представляли всього три особи.

У змаганнях з 10 видів спорту взяли участь всього 625 спортсменів – представників 12 країн (8 жінок), з яких 533 – спортсмени США. Це були "домашні" американські ОІ.

Офіційно були розіграні 89 комплектів медалей, з яких 70+75+64 вибороли американці. На другому місці Куба – 5+2+3, на третьому Німеччина – 4+4+5.

Темною плямою III ОІ була спроба організаторів провести "антропологічні дні" – змагання "кольорових" спортсменів – негрів, індіців та ін.

Ці ОІ були проведені ще на гіршому рівні, ніж у Парижі. Але можна відмітити і деякі спортивні результати. А.Хан (США) виборов три золоті медалі – 60, 100 і 200м, причому на 200-метровці установив рекорд (21,6 с),

який протримався 28 років (до 1932 року). Повторив своє досягнення у стрибках з місця Р.Ерві. Німець Антон Хейда, який жив і виступав за команду США, виборов 5 золотих і срібну медаль у змаганнях з гімнастики. (Скандал з марафонцем Ф.Лоренцем, якого підвіз друг на машині і він отримав золоту медаль).

Неофіційні Ігри 1906р. (Афіни, Греція). У змаганнях взяли участь 884 спортсмени (серед яких 7 жінок) з 20 країн, більшість з яких вперше виступали в формі національних команд, а не в формі клубів і коледжів. Як і в 1896 р. Греція приймала Ігри з ентузіазмом. На іграх був присутній король Греції Георг I та його сини Ніколас, Георг, Ендрю та Костянтин. Останній пізніше став президентом НОК Греції. Ігри 1906 р. були пишними та видовищними. Саме цього не вистачало двом попереднім Іграм Олімпіад. Частиною церемонії відкриття були гімнастичні вправи у виконанні «датських дівчат». До програми Ігор були внесені деякі зміни: не проводились змагання в бігу на 60 та 200м, на 200 та 400 м з бар'єрами, а також стипль-чез (біг з перешкодами) на 2500 м. Незважаючи на суттєве скорочення легкоатлетичної програми, до неї були включені і два нових види: п'ятиборство та метання спису.

Ігри IV Олімпіади проходили у Лондоні з 27 квітня по 31 жовтня 1908 року, хоча спочатку право проведення ОІ було надано Риму. Але у 1906 році італійці відмовились проводити ігри посилаючись на труднощі з будівництвом спортивних споруд.

Лондон дав згоду на проведення ОІ і за короткий термін побудував стадіон, велотрек, басейн, зал для боротьби.

Ігри пройшли на високому рівні і у всіх відношеннях перевершили усі попередні.

Приймали участь рекордна кількість спортсменів – 2034 (у тому числі 36 жінок) з 36 країн світу. Великобританію представляли 710 спортсменів – найбільша кількість від однієї країни за всю історію сучасних ОІ.

Змагання проходили у 20 видах спорту. Вперше був включений зимовий вид спорту – катання на ковзанах. Суттєво виросла майстерність спортсменів. Переможцями стали представники 14 країн, що значно більше, ніж на попередніх ОІ.

Знову високі, переможні результати у стрибках показав Р.Ерві, який до 6 золотих медалей попередніх ОІ додав ще дві – у висоту й довжину. Взагалі американці мали певну перевагу в л/а – з 27 медалей вони виграли 15 золотих.

В Лондоні вперше був проведений футбольний турнір, виступали 6 команд з 5 країн. Перше місце вибороли англійці, перемігши команду Данії у фіналі.

Успішним був дебют атлетів Росії. Троє з п'яти уасників повертались додому з медалями: срібні медалі отримали борці класичного стилю Микола Орлов та Андрій Петров. Справжню сенсацію створив російський спортсмен Микола Панін-Коломенкін, який вперше став олімпійським чемпіоном у змаганнях з фігурного катання. Для повноти уявлення про цього спортсмена слід сказати, що він був 5-ти кратним чемпіоном Росії, призером чемпіонатів світу 1903 і чемпіонатів Європи 1904 і 1908 років у фігурному катанні на ковзанах, 12-ти кратним чемпіоном Росії у стрільбі зі спортивного пістолету і

11-ти кратним з бойового. У віці 56 років став переможцем Всесоюзної спартакіади 1928 року у стрільбі з пістолету. Помер у 1956 році у віці 84 роки.

Найбільш драматичним випадком на цій Олімпіаді вважають подію, яка трапилась під час марафонського забігу. Першим на стадіон з'явився італійський бігун Дорандо Пієтрі, який знаходився майже у несвідомому стані. Він повернув не в ту сторону. Коли нарешті це збагнув і побіг у правильному напрямку, сили покинули його. Він впав, потім піднімався декілька разів і падав знову. Коли в останнє він впав недалеко від фінішної риски (декілька метрів) і не міг піднятися, вболівальники підбігли і підняли його і допомогли добратись до фінішу, який майже поруч з ним подолав американець Джон Хейес. Судді довго сперечались але дискваліфікували спортсмена за надання йому сторонньої допомоги. Він був позбавлений нагороди, але під час ушанування переможців він був запрошений на трибуну і член королівської сім'ї вручив йому золотий кубок, схожий на той, яким нагороджували переможця у марафонському бігу. У цей день і з цього приводу з амвону собору Св. Петра єпископом були проголошені наступні слова: "На Олімпіаді головне не перемога, а участь", які пізніше були приписані П'єру де Кубертену.

Перше місце у неофіційному командному заліку зайняла команда Великобританії, яка виборола 147 медалей (57+50+40), на другому місці спортсмени США – 47 (23+12+12), на третьому спортсмени Швеції – 25 (8+6+11).

Ігри V Олімпіади проходили у Стокгольмі (Швеція): 5 травня – 22 липня 1912 року.

Шведи з самого початку існування МОК ставили питання про проведення Ігор у них. І коли їм надали таке право, у 1904 році почали активно готуватись до їх проведення. Велику допомогу надавав король Швеції. Були дуже добре підготовлені спортивні споруди, продумана організація всіх змагань. Ігри були проведені дуже успішно.

У змаганнях взяло участь 2547 чоловік (57 жінок) з 28 країн. Жінки змагались з тенісу, плавання і стрибків у воду.

Росія вперше відправила велику команду (169 чоловік), яка виступала майже у всіх видах програми, але виступила невдало, виборовши тільки 2 срібні і 2 бронзові нагороди (15 місце серед всіх команд –країн).

На змаганнях в умовах гострої боротьби були продемонстровані дуже високі результати. Найбільш представницьким видом спорту була л/а. Тут розігрувалось 30 комплектів нагород. На цей раз серед переможців було багато представників Європи. Найбільшого успіху досягнув фін Х.Колехмайнен, який переміг у бігу на 5000 і 10 000 м і у кросі на 12 км.

Легкоатлетичне п'ятиборство і десятиборство виграв американець (індіанець за походженням) Джимм Торп. Король Швеції на врученні нагород назвав його самим величним атлетом усіх часів (він з дуже великим відривом у 700 очок виборов 1 місце). Дуже помпезно його зустрічали і вдома. Але потім расисти направили у МОК прохання ліквідувати його перемогу, тому що він колись (у студентські роки) грав у бейсбол і отримував за це гроші – тобто він був професіоналом. Медалі Торпа були повернені у МОК. Тільки через багато років після смерті Торп був реабілітований і признаний як переможець цих ОІ.

Вперше були проведені змагання із сучасного п'ятиборства. Переможець – лейтенант королівської шведської гвардії Г.Лілієхек.

У командних змаганнях зі стрільби (по оленю, що біжить) олімпійським чемпіоном став швед Оскар Свон, якому у цей день було 64 роки 258 днів. За всю історію ОІ у його віці ніхто не ставав чемпіоном.

Вперше на ОІ були проведені конкурси мистецтв (за рішенням МОК, вони проводилися до 1948 р.). Були представлені твори архітектури, літератури, живопису, скульптури, музики. За розділом літератури перше місце було присуджено Г.Хохроду і М.Ешбаху за "Оду спорту". Як потім виявилось під цим псевдонімом ховався П. Де Кубертен.

Найбільшу кількість медалей завоювали шведи – 24+24+17, на другому місці – американці – 23+19+19, на третьому – Великобританія, 10+15+16.

6.3. Загальна характеристика другого періоду Ігор Олімпіад (1920-1948 рр.).

Цей період охоплює роки між Першою і Другою світовими війнами і перші три роки після Другої світової війни. Політичні, економічні й моральні потрясіння відзначилися на олімпійському русі. В цей період не проводилися Ігри XII і XIII Олімпіад (Друга світова війна). В цей період, у 1925 році, Кубертен подав у відставку. В своїй заяві він написав: «Хоча я є офіційно президентом МОК, я відхожу від справ... Але я хочу застерегти Вас щодо сучасних тенденцій, які мають негативний вплив на розвиток ОР. Протягом 30 років я боровся за справу спорту. Я зіткнувся з ворожим супротивом, мені довелося боротися і проти ненависті. Але я досяг того, що сьогодні МОК налічує 52 члени, які є представниками 41 країни Європи, Африки, Америки, Азії. Незважаючи на ряд негативних спогадів, я продовжую вірити в мирні та морально-виховні чесноти спорту». Багато науковців називають цю заяву одного з найвидатніших президентів МОК «заповітом».

20-ті роки ХХ ст. характерні бажанням МОК враховувати політичні обставини у світі. Німеччина не була допущена до участі в ОІ 1920 і 1924 рр. Німецькі спортсмени були допущені до змагань лише після того, як Німеччина вступила до Ліги Націй та міжнародних європейських організацій. Ігри використовувались деякими колами і країнами для розпалювання національного антагонізму.

Політика МОК цього періоду заслуговує серйозної критики. Важко обґрунтувати факт вибору в 1938р. Трьох членів у МОК для Німеччини, Італії та Японії, країн, які готувались до війни.

Апогеєм моральної кризи МОК стали Ігри XI Олімпіади 1936 р. в Берліні (недопущення спортсменів-євреїв в команду Німеччини, расизм). Рішення щодо проведення Ігор в столиці Німеччини було прийнято 1931 р. до приходу нацистів до влади. В 1933 р. МОК письмово попередив уряд Німеччини, що якщо не буде відновлено право НОК Німеччини займатись підготовкою Ігор, то їх проведення буде перенесене в місто іншої країни.

У 1933 р. на сесії МОК у Відні представник німецького уряду дав неправдиве підтвердження та обіцянку допустити спортсменів-євреїв до участі в Іграх. Але МОК знав про факти порушення Олімпійської хартії і створив спеціальну комісію для перевірки цих фактів, головою якої був Ейвері

Брендедж. В США спортсмени публічно виступили проти проведення Ігор в Берліні. Незважаючи на всі перешкоди та виявленні порушення в 1935р. на сесії МОК в Осло було прийнято рішення проведення Ігор в Берліні.

У червні 1936р. в Парижі відбулась конференція захисту ідей олімпійського руху, учасники якої визнали проведення Ігор Олімпіади в Німеччині несумісними з принципами олімпізму і закликали до проведення Народної Олімпіади в Барселоні. У червні 1936 р. в Барселону прибуло понад 20 команд з різних країн, але фашистське повстання в Іспанії завадило проведенню Народної олімпіади.

Ігри XI Олімпіади в Берліні стали тріумфальними для 10 темношкірих спортсменів з США, які завоювали 6 золотих, 3 срібні і 2 бронзові медалі. Навіть перемога німецької команди в неофіційному командному заліку не змогла затьмарити поразку расизму, який сповідувала Німеччина.

В ці роки МОК багато зробив для активного протистояння міжнародному робітничому спортивному руху. Намагання Кубертена на початку 1930 рр. змінити позицію МОК, звернути увагу на інтенсивний розвиток спорту в СРСР і на необхідність розповсюдження спорту серед робітників позитивних результатів не дало. Ці факти свідчили про початок політизації міжнародного олімпійського руху.

Друга світова війна, що почалася в 1939 році, негативно вплинула на олімпійський спорт. МОК залишився без президента: Анрі де Байє-Латур помер у 1942 р. в Бельгії. У зв'язку з важким становищем ОР Ігри Олімпіад 1940р та 1944р. не проводились.

Незважаючи на всю складність політичної ситуації в світі і її негативний вплив на спорт, другий період Ігор Олімпіад можна охарактеризувати інтенсивним удосконаленням міжнародного олімпійського руху – його структури, організаційно-правових основ, відносин між МОК та державами тощо.

У 1926-1927 р.р. була упорядкована діяльність Виконкому МОК (почався видаватись спеціальний бюлетень). Участь жінок в Олімпіадах стала реальною, а не символічною. Гострою була проблема аматорства і професіоналізму. На початку другої світової війни керівництво справами МОК взяв на себе швед Ю. Зігфрід Едстрем.

Після другої світової війни вся діяльність МОК була пронизана необхідністю поставити олімпійський рух на службу розвитку взаєморозуміння між народами, мирної співпраці і взаємодопомоги.

У МОК увійшов СРСР, одночасно здійснилося відновлення прав в МОК НОКів Німеччини і Японії.

Кінець другого етапу підвела сесія МОК в Хельсінкі у 1952 р. Едстрем по причині віку подав у відставку. Президентом МОК був обраний Ейвері Брендедж.

Другий період розвитку олімпійського спорту при всіх його складностях і протиріччях продемонстрував зростання авторитету міжнародного олімпійського руху. Кількість країн зросла з 23 до 52. Активно включились в олімпійський рух країни Латинської Америки, країни Азії і Європи. Продовжувалось вдосконалення міжнародної олімпійської системи. Була

забезпечена реальна співпраця МОК, НОК, МСФ. Утворювались нові міжнародні спортивні об'єднання.

У багатьох країнах з'явилися сучасні спортивні споруди (стадіони, тенісні корти, спеціалізовані спортивні зали, басейни). Вдосконалювалась система спортивної підготовки майбутніх учасників ОІ. Почався активний розвиток наукових досліджень в олімпійському спорті, в фізіології, анатомії, психології, педагогіці. Розвивається загальна теорія підготовки спортсменів, теорія і методика підготовки в окремих видах спорту.

Ігри УІ Олімпіади (Антверпен, 30 квітня -12 вересня 1920 р.)

Ігри УІ Олімпіади, які повинні були бути проведені в Берліні у 1916 році не відбулися – йшла I світова війна.

Після 8-річної перерви 2606 спортсменів (63 жінки) з 29 країн взяли участь у УІ ОІ в Антверпені. Змагання проходили на протязі 4 місяців. Однак офіційне відкриття відбулося 14 серпня, а закриття – 29 серпня. Вперше була прочитана олімпійська клятва, текст якої був розроблений Кубертеном, піднятий олімпійський прапор. Героєм Олімпіади став фінський бігун Пааво Нурмі – 3 золоті й 1 срібна медаль.

У боксерському турнірі переможцем став американець Е.Іген, який 12 років пізніше став чемпіоном зимових ОІ у бобслеї. Це єдиний випадок у чоловічому олімпійському спорті.

За кількістю медалей і очків у неофіційному заліку першими були спортсмени США – 203,5 очка й 95 медалей (41-27-27), другими були спортсмени Швеції – 121,5 очка і 64 медалі (19-20-25) і третє місце у спортсменів Великобританії – 88 очок і 43 медалі (15-15-13).

Ігри УІІІ Олімпіади (Париж, 4 травня – 28 липня 1924 р.)

Столиця Франції була першим містом, якому МОК другий раз довірив проводити ОІ, хоч претендентами були Лос-Анжелес, Прага й Рим. На це рішення вплинув великий авторитет Кубертена і свято 30-ти річчя олімпійського руху.

Паризькі ігри були найбільш масовими. Прийняло участь 3092 спортсменів (135 жінок). Спортивний рівень був також надзвичайно високим: встановлено 8 світових рекордів, 14 олімпійських. Знову блискуче виступив фінський легкоатлет Пааво Нурмі – він завоював 3 золоті медалі і встановив 2 рекорди. Серед плавців блискуче виступив Джоні Вейсмюллер (Тарзан), який виборов 3 золоті медалі і встановив рекорди на дистанціях 100 і 400 м.

Перемогу на Іграх отримали спортсмени США – 625,55 очка і 99 медалей (45-27-27). Другою була команда Франції – 277,5 очка і 39 медалей, третьою команда Фінляндії 256,5 очка і 37 медалей (14-13-10).

Ігри ІХ Олімпіади (Амстердам, 17 травня – 12 серпня 1928 р.)

За складом учасників вони мало відрізнялись від паризької олімпіади – 3014 учасників (290 жінок) з 46 країн.

Ігри пройшли у спокійній обстановці, хоча в багатьох видах спорту йшла запекла боротьба.

На церемонії відкриття Ігор у якості символу миру вперше випустили голубів, а на олімпійському стадіоні також вперше горів вогонь, запалений в Олімпії від сонця за допомогою дзеркал. Він був доставлений в Амстердам

через Грецію, Югославію, Австрію, Німеччину бігунами, які передавали його один одному.

Це була остання олімпіада, в якій взяв участь П.Нурмі, який став переможцем на дистанції 10 000 м. Взагалі, за 8 років (з 1921 по 1929 рік) він встановив 24 світових рекорди на дистанціях від 1500 м до 20000 м. В Хельсінкі, поруч з олімпійським стадіоном, встановлена бронзова скульптура Пааво Нурмі – вдячність фінського народу видатному спортсмену.

Загальнокомандну перемогу здобули спортсмени США – 389,5 очка і 56 медалей (22-18-16), другими були спортсмени Німеччини – 240,5 і 31 медаль (10-7-14), третіми – олімпійці Швеції – 160 очок і 25 медалей (7-6-12).

Ігри X Олімпіади, Лос-Анджелес, 30 липня – 14 серпня 1932 р.

Кількість учасників на цих змаганнях була удвічі меншою за попередні змагання, що пояснюється віддаленістю столиці Олімпіади. Все ж прийняло участь 1048 спортсменів (127 жінок) з 37 країн світу. Змагання проходили у 16 видах спорту, де розігрувалося 126 комплектів медалей. На Іграх було встановлено 116 олімпійських рекордів, 21 з яких були вище світових. найбільша кількість рекордів була встановлена у легкій атлетиці. В плаванні – 36. Сенсацією став виступ японських плавців, які завоювали 5 з 6 золотих медалей. Цікаво, що переможцю на дистанції 1500 м К.Кітамура було всього 14 років. Але його результат (19.12,4) протримався 20 років. На рік старший був переможець на дистанції 100 м Я.Міядзакі – 58,2.

На Іграх в Лос-Анджелесі спортсмени вперше жили в олімпійському селищі, спеціально побудованому у 20 км від міста, яке складалося з 700 збірних будиночків. Вони розташовувались навкруги спортивних споруд, ресторанів, міст відпочинку. Вперше спортсмени отримали хороші умови для спілкування, обміну досвідом, відпочинку.

Господарі Олімпіади отримали перемогу – 103 медалі (41-32-30) і 683,2 очка. Другими були спортсмени Італії – 36 медалей (12-12-12) і 242 очка. Третіми – спортсмени Німеччини – 21 медаль (4-12-5).

Ігри XI Олімпіади, Берлін. 1-16 серпня 1936 р.

На право проведення Ігор 1936 р. претендували багато міст Європи, але не дивлячись на протести світової громадськості, право на проведення ОІ було надано Берліну.

Після приходу Гітлера до влади, у 1933 році, президент МОК Анрі Байє-Летур офіційно звернувся до керівництва Німеччини гарантувати додержання Хартії або відказатися від проведення ОІ. Такі гарантії були надані.

В Іграх прийняли участь 4066 спортсменів (328 жінок) з 49 країн. Героєм ОІ став негритянський спортсмен Джессі Оуенс, який виборов 4 золоті медалі і установив 4 олімпійських рекорди.

Серйозна підготовка до Олімпіади дозволила Німеччині завоювати перше місце – 89 медалей (33-26-30) і 573,7 очка. Другими були спортсмени США – 56 медалей (24-20-12) і 403,3 очка. Третіми – італійці – 22 медалі (8-9-5) і 167,6 очка.

Високий спортивний рівень змагань, участь в них значної кількості НОК не змогли знизити гнітючої атмосфери: "На цих Іграх владував сильний дух мілітаризму і нацизму", відмічалось у бюлетені МОК, присвяченому 60-річчю олімпійського руху.

Ігри XIУ Олімпіади, Лондон, 29 липня – 14 серпня 1948 р.

Друга світова війна не дозволила провести Ігри Олімпіад 1940 і 1944 р.р. не дивлячись на післявоєнну розруху у змаганнях прийняли участь 4099 спортсменів (385 жінок) з 59 країн.

Програма Ігор включала 19 видів спорту. У змаганнях з л/а серед чоловіків успіх мали спортсмени США, які вибороли 11 золотих медалей з 24. Серед жінок тут перевагу мали спортсменки з Європи – всі золоті медалі крім одної. Особливо блискуче виступила голанка Ф.Бланкерс-Кун, яка завоювала 4 золоті медалі.

Командну першість завоювали спортсмени США – 548 очок і 84 медалі (38-27-19). Другими – представники Швеції – 301,2 очка і 44 медалі (16-11-17). Третіми – Франції – 213,5 очка і 29 медалей (10-6-13).

6.4. Загальна характеристика третього періоду Ігор Олімпіад (1952-1988 рр.).

Для більш як 40-річного періоду характерні як постійно діючі загальні тенденції, так і досить різкі переходи від одного стану олімпійського руху до іншого. Складність цього періоду розвитку ОС торкнулась усіх його сторін – політичних, спортивних, програми ОІ, підсумків змагань та інше. У ці роки ще більше ніж раніше МОК був ареною великої політики. Всі проблеми й протиріччя, що були характерними для політичного життя світового суспільства, безпосередньо відтворювались на діяльності МОК, МСФ, НОК.

Після виходу на олімпійську арену Радянського Союзу та інших соціалістичних країн постало питання, чи зможе ОС стати ареною мирного співробітництва протилежних політичних систем, чи зможе МОК залучити у свій склад і організувати співробітництво представників капіталістичних, соціалістичних країн та країн, що розвиваються.

З початку 50-х років діяльність МОК постійно була пов'язана з регулюванням спорів і конфліктів, в основі яких були протиріччя політичного характеру.

Так, після створення Китайської Народної Республіки і створення НОК Китаю, виникла проблема з визнанням цієї країни МОК, тому що на о. Тайвань була ще одна Китайська республіка, яка претендувала на участь в ОІ від імені Китаю. НОК КНР була визнана МОК у 1956 році, але після визнання і Китайської республіки (Тайвань) вони не приймали участі у ОІ на знак протесту. Відновлення пройшло тільки у 1979 році.

Приблизно така ж ситуація склалась і з Корейською народно-демократичною республікою і Південною Кореєю. НОК Кореї був визнаний у 1947 році і з 1948 року вони приймали участь у ОІ. НОК КНДР була визнана у 1963 році, але у 1988 бойкотували ігри у Сеулі, тому що МОК відмовив їм проводити частину ОІ у себе.

Аналогічна ситуація склалась і в Німеччині (дві держави – ФРГ і ГДР). НОК ФРГ була визнана у 1950 р. і з 1952 року приймала участь у ОІ. Завдяки величезній роботі світової спортивної спільноти проти політики дискримінації НАТО був досягнутий певний компроміс. У 1956, 1960 і 1964 роках виступала спільна (об'єднана) команда Німеччини. Але при комплектуванні команд виникало багато конфліктів (учасники, тренери, керівники команд...). В кінці

кінців МОК у 1965 році прийняв рішення про допуск спортсменів НДР у самостійній команді. Крім того, було прийнято рішення, згідно якого відмова країни, яка проводить чемпіонат світу, в участі спортсменів НДР тягнуло за собою перенесення змагань в іншу країну. І деякі змагання переносились (США загубили право проведення чемпіонату світу з важкої атлетики, Франція – з лижного спорту та ін.).

Важливою тенденцією розвитку ОР в третьому періоді є розповсюдження олімпійського спорту в країнах Африки, Азії і Латинської Америки. В Іграх 1992 року взяли участь 172 країни. Відбувається постійне зростання популярності олімпійського спорту.

З 1961 року відбувається регулярна допомога слабо розвиненим країнам у розвитку олімпійського спорту. Активно діє програма МОК допомоги розвитку олімпійського спорту "Олімпійська солідарність". Наприклад, тільки у 1978 році завдяки фонду "Олімпійська солідарність" було виділено 1 тисячу стипендій на підготовку тренерів, у 32 країнах були організовані навчальні курси тренерів (навчалось близько 7,5 тис. чоловік).

Однією з гострих проблем розвитку олімпійського спорту у третьому періоді став персональний склад МОК. У МОК не було представників багатьох міжнародних федерацій. У його складі були в основному представники не багатьох країн.

У 1973 році після 43-річної перерви відбувся Х Олімпійський конгрес (Варна, Болгарія), де гостро обговорювалися питання взаємовідносин МОК з НОК та МСФ. Поряд з 61 членом МОК, у роботі Конгресу прийняли участь 66 представників 26 МСФ і представників 82 НОКів. В результаті виникли принципові зміни у міжнародному олімпійському русі. Змінився склад МОК. В нього увійшли представники багатьох нових країн, видатні спортсмени (Сергій Бубка у тому числі з 1999 року).

Розвиток олімпійського руху на протязі третього періоду значною мірою визначались особами, котрі у різні періоди очолювали МОК. Це три президенти: Ейвері Брендедж – 1952-1972 р.р., Майкл Моріс Кілланін – 1972-1980 р.р. і Хуан Антоніо Самаранч – з 1980 р. Якщо діяльність Кілланіна відрізнялась поміркованістю, то стратегічні лінії розвитку олімпійського спорту, реалізовані Брендеджем і Самаранчем, носили прямо протилежний характер.

У третьому періоді розвитку ОС великі зміни відбулися в програмах олімпійських змагань, в системі підготовки спортсменів-олімпійців, в науково-методичному й медичному забезпеченні, у розвитку матеріальної бази, суддівстві та інше.

У 60-70-х роках в багатьох країнах будуються і організуються спортивні центри олімпійської підготовки спортсменів, де створюються всі необхідні умови для здійснення повноцінного тренувального процесу, відновлення, здійснення наукових досліджень.

Сучасна система підготовки і змагань в олімпійському спорті перетворила його в унікальну галузь досліджень резервних можливостей людини, здібності до адаптації у різних екстремальних умовах.

Сучасний олімпійський спорт переконливо показав, що кропітка робота у пошуках взаємних інтересів і компромісів здатна привести до взаєморозуміння і плідної співпраці без застосування методів силового типу.

Підбиваючи підсумки огляду третього періоду розвитку олімпійського спорту не можна не бачити величезного прогресу, котрого добився ОС за 40 років.

Ігри ХУ Олімпіади, Хельсінкі, 9 червня – 3 серпня 1952 р.

4925 спортсменів (518 жінок) з 69 країн. Найбільш значні Ігри за всі попередні. Вперше приймали участь спортсмени СРСР та інших соціалістичних країн. Тому вони стали першими в історії протистояння на олімпійській арені двох політичних суперсистем. Змагання вилилися у гостре суперництво спортсменів СРСР і США. Спорт ставав зброєю "холодної війни". Почалися перегони за світовими рекордами і олімпійськими перемогами.

На цих змаганнях було встановлено 66 олімпійських рекордів (18 світових). У програму Ігор входили 17 видів спорту, 149 дисциплін. Жінки змагалися у 6 видах.

Перша в історії радянського спорту золота медаль була отримана металницею диску Н. Ромашковою (Пономарьовою). Вона ж через 8 років здобула другу золоту медаль у Римі.

У стрибках у довжину 9 учасниць 30 разів перевищували попередній олімпійський рекорд. Героєм Олімпіади вважають чеського легкоатлета Е.Затопека, який виборов 3 золоті медалі у бігу на 5 000, 10 000 м і у марафонському бігу.

Чудово виступили радянські гімнасти. Вони вибороли загальнокомандні золоті медалі, золоті медалі в абсолютній першості (чоловіки – В.Чукарін, жінки – М.Гороховська). Крім цього було ще багато медалей різного ґатунку на окремих видах багатоборства.

У неофіційному заліку спортсмени США та СРСР набрали однакову суму очок – по 494. Однак американці отримали 40 золотих медалей, радянські спортсмени – 22. Крім цього американці взяли 19 срібних і 17 бронзових медалей. СРСР – 30 і 19. Третіми були спортсмени Угорщини – 259,5 очок і 42 медалі (16-10-16).

Ігри ХУІ Олімпіади, Мельбурн, 22 листопада – 8 грудня 1956 р.

Першість у 17 видах спорту виборювали 3184 спортсменів (371 жінка) з 68 країн. Героєм Олімпіади став В.Куц з України. Який став олімпійським чемпіоном на дистанціях 5 000 і 10 000 м з новими рекордами. Вдруге поспіль став абсолютним олімпійським чемпіоном у змаганнях гімнастів львів'янин В.І.Чукарін.

У неофіційному заліку переконливу перемогу здобули спортсмени СРСР – 622,5 очка і 98 медалей (37-29-32). На другому місці спортсмени США – 497,5 очка і 74 медалі (32-25-17), на третьому спортсмени Австралії – 238,5 очка і 35 медалей (13-8-14).

Ігри ХУІІ Олімпіади, Рим, 25 серпня – 11 вересня 1960 р.

Ігри Римської Олімпіади увійшли в історію як прекрасно організовані, з великою кількістю учасників, гострим суперництвом у спортивній боротьбі, видатними результатами.

Але в олімпійському селищі спортсмени західних і східних країн були розселені окремо і навіть харчувались у різних ресторанах. Це не сприяло взаєморозумінню і співробітництву.

У змаганнях прийняли участь 5348 спортсменів (610 жінок) з 84 країн. Програма включала 17 видів спорту. На змаганнях було встановлено 76 олімпійських і 30 світових рекордів.

Марафонський біг виграв спортсмен з Ефіопії, який біг босоніж. Він поклав початок видатним перемогам спортсменів з Африки.

Вдало виступили наші гімнасти, особливо кияни Борис Шахлін та Лариса Латиніна, які стали переможцями у багатоборстві і у змаганнях з окремих видів.

В командній першості перемогу отримали спортсмени СРСР – 682,5 очка і 103 медалі (43-29-31). Друга – США – 463 очка і 71 медаль (34-21-16). Третіми стали спортсмени об'єднаної Німецької команди (ФРН і НДР) – 280 очок і 42 медалі (12-19-11).

Ігри ХУІІІ Олімпіади, Токіо, 10-24 жовтня 1964 р.

Токійські Ігри за зовнішніми ознаками були кращими за всі попередні. В столиці були побудовані унікальні спортивні споруди, транспортні магістралі, готелі.

В Іграх прийняли участь 5140 (683 жінки) спортсменів з 94 країн. Розігрувалось 163 комплекти медалей у 19 видах спорту.

Змагання з гімнастики були третім олімпійським турніром у якому приймали участь українські гімнасти Б.Шахлін і Л.Латиніна. У багатоборстві вони посіли другі місця, але отримали золоті медалі в окремих видах. Загалом Л.Латиніна виборола на всіх олімпіадах 9 золотих, 5 срібних і 4 бронзових нагороди, що є своєрідним рекордом в історії Олімпійських ігор серед всіх олімпійців світу. Б.Шахлін виборов 12 медалей (6-4-2).

I – СРСР – 607,8 очок, 96 медалей (30-31-35)

II – США – 581,8 очок і 90 медалей (36-26-28).

III – Об'єднана Німеччина – 337,5 очок і 50 медалей (10-22-18).

Ігри ХІХ Олімпіади, Мехіко, 12 – 27 жовтня 1968 р.

Перші Ігри, проведені в Латинській Америці. Змагання проходили на висоті 2240 м над рівнем моря. Але це не вплинуло негативно на спортивні результати – було встановлено 76 олімпійських рекордів 28 з яких перевищували світові. Найбільш вдалими були виступи легкоатлетів – було встановлено 30 олімпійських рекордів і 14 світових. Сенсацією став унікальний стрибок у довжину американця Боба Бімона – 8 м 90 см. Цей результат перевищував світовий рекорд одразу на 55 см і його справедливо називають найвидатнішим досягненням ХХ сторіччя.

Сенсацією став також новий спосіб подолання у стрибках у висоту, який показав переможець Р.Фосбері. Всі наступні рекорди досягаються саме цим способом стрибка у висоту. Американець А.Ортур четвертий раз поспіль виборов золоту медаль у метанні диску (1956, 1960, 1964, 1968), кожний раз з олімпійськими рекордами.

У змаганнях Олімпіади прийняли участь 5531 спортсмен (781 жінка) з 112 країн.

I місце – США, 713,3 очок і 107 медалей (45-28-34)

II місце - СРСР, 590,8 очок і 91 медаль (29-32-30)

III місце - НДР, 238 очок і 25 медалей (9-9-7), хоча за кількістю медалей Угорщина її випередила – 32 медалі (10-10-12).

Ігри XX Олімпіади, Мюнхен, 26 серпня – 11 вересня 1972 р.

Рекордна кількість учасників – 7147 (1070) з 121 країни. В Мюнхені був створений унікальний комплекс спортивних споруд разом з олімпійським селищем. Ігри охопили 21 вид спорту і 195 видів змагань.

Героєм змагань легкоатлетів став український спортсмен Валерій Борзов, який впевнено переміг американців у спринті на дистанціях 100 і 200 м. У подальшому В.Борзов став першим президентом НОК України і членом МОК.

Третю Олімпіаду поспіль виграв радянський борець з вільної боротьби О.Медвідь.

Сім золотих медалей дісталось американському плавцю Марку Спіцу.

I місце – СРСР, 664,5 очка і 99 медалей (50-27-22).

II місце – США, 638,5 очка і 91 медаль (30-31-30).

III місце – НДР. 472 очка і 66 медалей (20-23-20).

Ігри Олімпіади в Мюнхені були відзначені трагічними подіями, коли жертвами арабських екстремістів стали 11 ізраїльських спортсменів. Обставини ворожнечі, війни і терору, що існували між арабами і євреями з моменту створення держави Ізраїль, були перенесені й на Олімпійські Ігри.

Ігри XXI Олімпіади, Монреаль, 17 липня – 1 серпня 1976 р.

Підготовлення і проведення ОІ в Канаді супроводжувалося цілою низкою політичних скандалів (недопущення команди Тайваню до ОІ під назвою Республіка Китай, хоча МОК вже признав НОК республіки Китай, це було прийнято під тиском КНР. На Ігри приїхали 6189 спортсменів (1274 жінки) з 88 країн. Змагання проходили у 21 виді спорту. Встановлено 88 олімпійських і 36 світових рекордів.

I місце – СРСР, 792,5 очок і 125 медалей (49-41-25)

II місце – НДР, 698 очок і 90 медалей (40-25-25) – вперше в історії!!

III місце – США, 603,5 очка і 94 медалі (34-35-25).

Ігри XXII Олімпіади, Москва, 19 липня – 3 серпня 1980 р.

В Іграх прийняли участь 5503 спортсмени (1192 жінки) з 81 країни. Такі великі країни як США, Японія, КНР, ФРН та ще біля 30 країн бойкотували Ігри із-за вводу радянських військ в Афганістан у 1979 р. Тому за кількістю учасників московська Олімпіада поступалася попереднім у Монреалі і Мюнхені. У політичному відношенні Ігри Московської Олімпіади, так само як і наступної Лос-Анджелеської, виявилися найбільш яскравими прикладами використання олімпійського спорту як засобу "холодної війни", подальшого поглиблення антагонізму між політичними системами.

У спортивному відношенні ці Ігри не поступилися попереднім. Було встановлено 36 світових рекордів (у Монреалі – 34, Мюнхені – 23, Мехіко – 28).

Героєм змагань став кубинець Т.Стівенсон, який отримав свою третю золоту медаль поспіль.

У змаганнях гімнастів Олександр Дитятін (СРСР) отримав 8 олімпійських нагород (3-4-1) – найбільша кількість на одних Іграх за всю історію Олімпіад.

I – СРСР, 195 медалей (80-69-46)

II – НДР, 126 медалей (47-37-42)

III – Болгарія, 41 медаль (8-16-17).

Ігри XXIII Олімпіади, Лос-Анджелес, 28 липня – 12 серпня 1984 р.

Після бойкоту попередньої Олімпіади Москва зробила все, щоб бойкотувати Ігри у Лос-Анджелесі – туди не поїхали спортсмени 14 соціалістичних країн, багато з яких були лідерами олімпійського спорту (СРСР, НДР, Угорщина, Болгарія, Куба).

В Іграх прийняли участь 7078 спортсменів з 141 країни. Організаційний комітет Ігор зробив все, щоб змагання пройшли на високому організаційному рівні з чудовою інформацією. Однак, відсутність 125 чемпіонів світу значно понизили спортивну сторону змагань. Було встановлено всього 11 світових рекордів. Результати переможців серед важкоатлетів були на 30-60 кг меншими, ніж результати змагань "Дружба", які проходили у цей же час.

Героєм змагань став американський легкоатлет Карл Льюїс, який переміг у бігу на 100 і 200 м та у стрибках у довжину. Цей успіх він повторив і на наступній Олімпіаді у Сеулі.

I – США, 174 медалі (83-61-30)

II – Румунія, 53 медалі (20-16-17)

III – Канада, 44 медалі (10-18-16).

Ігри XXIV Олімпіади, Сеул, 17 вересня – 2 жовтня 1988 р.

Лідери міжнародного спортивного руху і, насамперед, особисто президент МОК, підтримані політичними і державними діячами різних країн світу, провели величезну роботу зі збереження і зміцнення олімпійського руху. Успіху Ігор сприяли загальні зміни ситуації в світі, поступове визнання переваги загальнолюдських цінностей над усіма іншими, особливо над політичними амбіціями недалекоглядних політиків.

Ігри у Сеулі продемонстрували усьому світу взірці мирного співіснування і ділового співробітництва, і заклали міцну базу для успішного проведення наступних Олімпіад.

На Іграх прийняли участь 9627 спортсменів з 160 країн, які змагалися у 23 видах спорту. В результаті безкомпромісної боротьби народилося 104 олімпійських рекорди, 30 з яких перевищували світові.

I місце – СРСР, 874,3 очка і 132 медалі (55-31-46)

II місце – НДР, 636 очок і 102 медалі (37-35-30)

III місце – США, 632 очка і 92 медалі (36-31-25)

На іграх були випадки застосування допінгу. Допінгова проблема висунулася на перший план серед проблем сучасного олімпійського спорту.

6.5. Загальна характеристика четвертого періоду Ігор Олімпіад (1992 р.- ...)

Закінчився період "холодної війни", світ визнав пріоритет загальнолюдських цінностей над усіма іншими, зруйновано Берлінську стіну, відбувся розпад СРСР і об'єднання Німеччини.

Основні напрямки подальшого розвитку олімпійського спорту визначені на XII Ювілейному олімпійському конгресі 1994 року в Парижі. Конгрес проводився на честь 100-го ювілею від дня проведення I Олімпійського конгресу 1894р. На конгресі були прийняті резолюції щодо чотирьох тем:

«Внесок олімпійського руху в сучасне суспільство», «Сучасний спортсмен», «Спорт і його суспільний сенс», «Спорт і засоби масової інформації».

В підсумковому документі XII конгресу відображені основні напрями і аспекти олімпійського руху, перспективи подальшої діяльності МОК, НОК, МСФ і інших учасників ОР. Конгрес констатував, що ідеї олімпізму з моменту відродження ОІ зробили значний внесок у розвиток сучасного суспільства, та рекомендували всім членам МОК об'єднати зусилля для інтенсифікації етичних, культурних і виховних цінностей олімпізму. На конгресі було підкреслено важливість проблеми захисту інтересів спортсменів і основний критерій для включення виду спорту в програму Ігор – універсальність та популярність. Крім того, було відзначено, що всі структури ОР повинні зробити все можливе для зниження нерівномірності розвитку ОС в більш розвинутих країнах та країнах, що тільки починають розвиватись. «Олімпійська солідарність» повинна координувати свої дії з МСФ, НОКами та іншими організаціями на основі програм надання допомоги у розвитку спорту.

З Ігор XXV Олімпіади в Барселоні почався принципово новий етап в розвитку ОС. Ці Ігри оцінюються як найбільш успішні в історії олімпійського спорту сучасності. Завершився етап 40 річного протистояння на олімпійській арені соціалістичної та капіталістичної систем. Соціалізм Радянського Союзу зійшов з політичної арени, але феномен олімпійського спорту цієї країни залишився в історії в якості яскравої, хоч і повної протиріч частини ОР.

Протягом четвертого періоду в програмі Олімпіад відбувались постійні зміни: доповнювалась новими видами спорту. На Іграх 1992р. до програми був включений бадмінтон і бейсбол, а загальна кількість видів спорту склала 32. В Атланті на Іграх 1996р. кількість видів спорту збільшилась на 2 (34 види спорту): включені в програму змагання з софтболу та пляжного волейболу. На Іграх в Сіднеї до програми було включено 37 видів спорту. Вперше нагороди розігрувались в стрибках на батуті, тріатлоні та тхеквандо. На Іграх 2004р. в Афінах і на Іграх в Пекіні кількість видів, які входили до програми олімпійських змагань, не змінилась (37 як і в Сіднеї).

Таким чином, можна констатувати, що МОКу вдалося вирішити проблему гігантизму ОІ та стабілізувати кількісні параметри Ігор за трьома основними показниками: кількість спортсменів, кількість видів спорту та кількість видів змагань. На одній із зустрічей з пресою президент МОК Жак Рогге, говорячи про перспективи динаміки програми ОІ підкреслив: «Поява в програмі чогось нового можлива за умови виключення чогось старого». Була оголошено три кількісних параметри, на рівні котрих керівництво МОК має намір стабілізувати програму Ігор Олімпіад: 10 500 спортсменів, 28 видів спорту, 300 видів змагань.

До числа характерних особливостей четвертого періоду слід віднести інтенсивну комерціалізацію та професіоналізація ОС. Професіоналізація ОС дала можливість брати участь в ОІ найкращих в світі спортсменів-професіоналів. Щодо комерціалізації спорту, то незважаючи на всі негативні нюанси морально-етичного характеру, має ряд позитивних факторів, які дозволяють залучати в ОС великі фінансові кошти. Завдяки цьому, зростають можливості МОК надання допомоги НОКам різних країн і проведенні різних заходів, які спрямовані на розвиток ОС. Хоча варто відмітити, що на сьогодні

дорога з боку МОК у розвитку ОС в різних країнах є значно меншою, ніж могла бути з урахуванням сучасних можливостей МОКу.

Ігри Олімпіад, які проходили впродовж четвертого періоду, продемонстрували велику залежність рівня спортивних результатів не тільки від таланту спортсмена, задатків та якості підготовки, але й від досягнень науково-технічного прогресу країни. Хоча за умов ринкової економіки будь-яка «новинка» миттєво розповсюджується на міжнародному ринку.

В четвертому періоду ОІ досить гостро постала проблема негативного впливу надмірних фізичних та психічних навантажень на організм спортсменів, травматизму в результаті великих обсягів тренувальної та змагальної діяльності.

Спортивний травматизм спостерігається приблизно в 60-70% видатних спортсменів. Якщо в 70-80 роках ХХст. проблема травматизму була наслідком зростаючих обсягів тренувальної діяльності, то сьогодні основним фактором ризику є різке зростання обсягу змагальної діяльності. Після закінчення Ігор ХХІХ Олімпіади МОК оприлюднив результати дослідження щодо травматичності видів спорту. Найбільшу кількість травм спортсмени отримали в боксі, гандболі, тхеквандо, важкій атлетиці, футболі, хокеї на траві.

Однією з найскладніших проблем четвертого періоду ОР залишилась проблема допінгу в спорті. З кожним роком розширюється список заборонених речовин, удосконалюються методи допінг-контролю. Необхідно зауважити, що результати багаторічної боротьби МОКу з допінгом в спорті дає свої плоди. Кількість допінг-скандалів на Іграх в Пекіні була значно меншою, ніж на попередніх Іграх Олімпіад. В результаті великої кількості допінг-проб було виявлено лише 6 випадків вживання заборонених речовин спортсменами та декілька проб у коней, які брали участь в змаганнях з кінного спорту.

Незважаючи на всі складнощі і різноманітні проблеми, олімпійському руху, на чолі з МОК, вдалося впродовж четвертого періоду забезпечити сферу впливу в ОС, зацікавленість в збереженні незалежності, самостійності, авторитету в світі.

Ігри ХХУ Олімпіади, Барселона, 25 липня – 9 серпня 1992 р.

На змагання прибули 9367 спортсмена (2708 жінок) з 169 країн. у 1991 р. пройшов розпад СРСР і за час, що залишився до змагань, всі країни, які утворилися, не змогли здійснити усі формальності подачі заявок на змагання, створити НОКи і оформити вступ у МОК. Тому спеціальним рішенням МОК було дозволено виступати об'єднаній команді Співдружності Незалежних Держав. Окремо виступали команди Латвії, Литви та Естонії, членство яких у МОК перерване на початку другої світової війни, було відновлене одразу після розвалу СРСР.

Програма Ігор ХХV включала 257 видів змагань в 32 видах спорту. У порівнянні з Іграми 1988р. програма легкоатлетичних змагань в Барселоні була розширена з 42 до 43 видів змагань: у жінок було включено спортивну ходьбу на 10 км. В ході легкоатлетичних змагань було зафіксовано три світових рекорди: в бігу на 400м з бар'єрами (американець Кевін Янг «вибіг з 47секунд»), в чоловічій естафеті 4*100м і в чоловічій естафеті 4*400 м. Прикрасою змагань з плавання стали декілька світових рекордів в наступних видах змагань: 400м вільним стилем (3хв 45сек), 1500м вільним стилем (14хв

43сек), 200м брасом (2 хв10 сек), 4*200 вільним стилем (7 хв 11сек), комплексне плавання 200 м серед жінок (2хв 11сек), естафета 4* 100м вільним стилем серед жінок та комбінована естафета 4*100. Стівен Редгрейв в третє став олімпійським чемпіоном у веслуванні на Іграх 1992р. Найбільших успіхів в олімпійських змаганнях Ігор 1992р. з гімнастики досягла команда СНГ, яка виборола 9 золотих, 5 срібних та 4 бронзових медалі.

Прогнози щодо безперечної переваги спортсменів США не здійснилися. Впевнену перемогу отримали спортсмени СНД, які вибороли 112 медалей (45-38-29). Другими були спортсмени США – 108 медалей (37-34-37), третіми – Німеччини з 82 медалями (33-21-28).

Ігри XXVI Олімпіади, Атланта, 19 червня – 4 серпня 1996 р.

Проблема вибору міста Ігор XXVI постала досить гостро. З однієї сторони 1996р. був 100-річним ювілеєм проведення I Ігор Олімпіади, які проходили в Афінах, з іншої сторони позиція МОКу щодо широкої комерціалізації ОС. Залучення великих фінансових потоків, які будуть використовуватись для проведення Ігор стимулював МОК до вибору міста Атланта – американського міста, який є адміністративним центром штату Джорджія.

На Іграх 1996р. виникла проблема стосовно допуску спортсменів-професіоналів (баскетбол), яка була обумовлена бажанням МОК зібрати всіх найсильніших спортсменів світу.

В Іграх XXVI Олімпіади взяло участь 10320 спортсменів з 197 країн, які розігрували 271 комплектів нагород в 34 видах спорту. Ігри в Атланті підтвердили тенденцію інтенсивного розвитку жіночого спорту в світі. Олімпійська програма для жінок складалась з 97 видів спорту, а кількість жінок-учасників ОІ становила 34,3%.

Видатний легкоатлет з США Картон Льюис в Атланті виграв 9 за рахунком золоту нагороду в змаганнях з стрибку в довжину четвертих Іграх Олімпіад. В ході легкоатлетичних змагань було встановлено два світових рекорди: Донаван Бейлі поставив рекорд в бігу на 100м (9,84сек), а в фіналі бігу на 200 м Майкл Джонс пробіг дистанцію з феноменальним результатом 19,32 сек, що було на 0,34 сек краще ніж попередній рекорд. У важкій атлетиці було встановлено 15 світових рекордів. Програма змагань з сучасного п'ятиборства зазнала змін: було виключено командну першість і спортсмени змагались за один комплект нагород – індивідуальну першість.

Ігри 1996р. в Атланті стали тріумфом для збірної США, де вона завоювала 101 олімпійську нагороду різного гатунку, в тому числі 44 золотих. Друге місце в неофіційному командному заліку посіла команда Росії з 63 медалями різного гатунку (26 золотих), а третю сходинку посіла Німеччина з 65 нагородами 20 з яких золоті. Порівнюючи відсоткове співвідношення між кількістю золотих нагород, отриманих спортсменами тої чи іншої країни, та загальною кількістю видів змагань (271), які входили до програми Ігор 1996р., команда США перемогла у 16,2% видів змагань олімпійської програми. Відсотковий показник команди Росії склав лише 9,6%, а Німеччини 7,4%.

Ігри XXVII Олімпіади, Сідней, 16 вересня – 30 вересня 2000 р.

Ігри 2000р. кардинально відрізнялись від попередніх уважним відношенням господарів до учасників та гостей змагань. Відомий журналіст

Олівер Хант писав: «Якщо Атланта була символом антитези олімпійського духу, то Сідней повернув ОІ всьому світу».

Ігри XXVII Олімпіади перевершили за масштабністю всі попередні: 10651 спортсмен з 199 країн виборювали 300 комплектів нагород в змаганнях з 37 видів спорту.

Гучний резонанс отримала історія пов'язана з відомою американською легкоатлеткою Меріон Джонс, яка на Іграх виборола 5 медалей 3 з яких золоті. Через декілька років після Ігор проти неї були висунуті звинувачення в вживанні допінгу і під натиском ВАДи Меріон Джонс зізналась та була змушена 2007р. повернути МОКу 5 олімпійських нагород.

Програма легкоатлетичних змагань було розширена з 44 до 46 видів змагань: у жінок було включено стрибки з жердиною та метання молоту. Змагання з плавання принесли в спорт цікаву новинку – гідродинамічні костюми, які підвищують швидкість більш ніж на 3%, що дозволило встановити світові рекорди в 10 номерах програми.

В неофіційному командному заліку першу сходинку посіла команда США (36-24-31). На другій позиції розташувалась збірна команда Росії, котра завоювала 32 золотих, 28 срібних та 28 бронзових нагород. На третє місце вийшла збірна Китаю (28-16-15). Оцінюючи виступ в Сідней світових лідерів в ОС останніх років необхідно відмітити значний прогрес китайських спортсменів. Китайські спортсмени були лідерами в змаганнях з важкої атлетики, стрибках в воду, бадмінтоні, стрільбі стендовій та кульовій, настільному тенісі. Загальна кількість медалей сягнула 40, що становить 67,8% загальної кількості завойованих ними нагород.

Ігри XXVIII Олімпіади, Афіни, 13 серпня – 29 серпня 2004 р.

В Іграх XXVIII Олімпіади взяло участь 10625 спортсменів з 202 країн, які змагались в 301 виді змагань в 37 видах спорту.

Збірна США в Афінах посіла перше місце за кількістю нагород (35-40-28). Значний внесок до скарбнички олімпійських нагород США внесли плавці – 28 нагород. Справжньою сенсацією став виступ на Іграх в Афінах збірної КНР. Китайські спортсмени завоювали 32 золотих, 17 срібних і 4 бронзових нагород, що дозволило команді КНР посісти другу сходинку в неофіційному командному заліку та на 5 золотих нагород випередити збірну Росії (27-27-38).

Найбільша кількість нагород була розіграна в легкій атлетиці – 46 комплектів нагород. Прикрасою легкоатлетичної програми Ігор 2004р. став світовий рекорд російської спортсменки Єлени Ісінбаєвой, яка в стрибках з жердиною продемонструвала результат 4 м 91 см. Олімпійська програма з плавання включала 32 види змагань. Головним героєм в плаванні став 19-річний плавець Майкл Фелпс, на рахунку якого на Іграх XXVIII Олімпіади 8 медалей, в тому числі 6 золотих.

Аналізуючи підсумки Ігор в Афінах необхідно відзначити, що поряд з високими досягненнями спортсменів і багатьма яскравими прикладами запеклої боротьби на аренах Ігор, була велика кількість допінгових скандалів. До початку Ігор 2004р. винуватцями допінг-скандалу стали легкоатлети Константинос Кентерис та Катерина Тану, які не з'явилися на процедуру допінг-контролю. Четверо спортсменів, які отримали золоті нагороди в різних видах спорту, були дискваліфіковані за результатами допінг-контролю.

Ігри XXIX Олімпіади, Пекін, 8 серпня – 24 серпня 2008 р.

Питання про вибір міста, якому належатиме право проведення в 2008 р. Ігор XXIX Олімпіади, розглядалося на 112-й сесії МОК в Москві 2001 р.

Надання права проведення Ігор XXIX Олімпіади Пекіну було сприйнято у світі неоднозначно. Окремими правозахисними та іншими громадськими організаціями висувалися претензії до влади КНР у зв'язку з порушенням прав людини. Окрім того, в багатьох країнах спортсменами, тренерами та іншими спеціалістами виказувались побоювання, які стосувалися складної екологічної ситуації в Пекіні. Проте, владними структурами Китаю по усіх аспектах цієї проблеми, керівництву МОК були дані гарантії того, що ситуація до початку Ігор-2008 зміниться на краще, що і справді було ефективно реалізовано за допомогою різноманітних екологічних програм.

Загальні витрати на підготовку Ігор склали 280 млрд. юаней, що дорівнює 41 млрд. доларів США.

Не обмежившись державними асигнуваннями на підготовку до Ігор-2008 і їх проведення, пекінський оргкомітет зумів залучити 12 спонсорів, що мають світові бренди, а також 20 місцевих корпорацій.

26 червня 2005 р. було оголошено, що девізом Ігор XXIX Олімпіади стане фраза «One Word, One Dream» («Один світ – одна мрія»).

11 листопада 2005 р. – за 1000 днів до відкриття Ігор – було прийнято рішення, що талісманами будуть «Діти фортуни», яких, у відповідності з Китайською філософією, п'ятеро – Бей Бей, Цзин Цзин, Хуань Хуань, Ін Ін, Ні Ні, а відображають вони, відповідно, рибу, панду, вогонь, тибетську антилопу і ластівку.

Для змагань з різних видів спорту, які входили в програму Ігор XXIX Олімпіади, в Китаї були побудовані чи реконструйовані сучасні, добре оснащені спортивні споруди. Всього в ході Ігор було задіяно 37 олімпійських об'єктів і 6 об'єктів в інших містах країни.

Окрім спортивних об'єктів, на яких проводилися змагання, учасникам були надані 56 тренувальних комплексів.

Спеціально до Ігор-2008 в Пекіні був побудований Національний стадіон – головна арена, яка завдяки своєму оригінальному зовнішньому вигляду отримала назву «Пташине гніздо». Там пройшли церемонії відкриття і закриття Ігор, змагання з легкої атлетики і ряд футбольних матчів.

Для проведення олімпійських змагань з плавання, стрибків у воду, синхронному плаванню і водному поло в Пекіні спеціально побудували центр водних видів спорту, який отримав назву «Водний куб».

Для проведення змагань з дисциплін велоспорту був спроектований і побудований велодром «Ляошань».

Ще одним великим спортивним об'єктом в Пекіні був гребний парк «Шуньї». В цей комплекс входять канал для проведення змагань з академічної греблі, веслування на байдарках і каное, і дистанція для гребного слалому. Окрім того, там же проводилися вперше включені в олімпійську програму змагання з плавання на відкритій воді.

Окрім вище описаних, в Пекіні було збудовано і реконструйовано інші спортивні споруди, які приймали змагання з олімпійських видів спорту на Іграх-2008.

Для того, щоб виказати підтримку і сприяння учасникам і гостям Ігор, були залучені 400 тис. спеціально набраних волонтерів, багато з яких володіли тією чи іншою іноземною мовою (перш за все – англійською).

Про досить високий спортивний рівень олімпійських змагань Ігор-2008 свідчила досить висока конкуренція практично в усіх видах спорту і те, що в процесі цих змагань було встановлено 132 олімпійських рекорди, з яких 43 – світові досягнення, а також сотні континентальних і національних рекордів.

В Іграх ХХІХ взяло участь 11 028 спортсменів з 205 країн, які змагались за 302 комплекти нагород в 28 видах спорту.

Найкращий результат у Іграх ХХІХ Олімпіади продемонстрували господарі, принісши у скриньку китайських нагород 100 медалей (51 золоту, 21 срібну і 28 бронзових). Спектр видів спорту в яких китайські спортсмени вибороли перемогу розширився до 17. Несподіванкою для спеціалістів з різних країн стало те, що більшість олімпійських чемпіонів збірної Китаю до цього часу були фактично «невідомими». Ці успіхи є наслідком 15 річної високоефективної системи олімпійської підготовки.

Другу сходинку посіла команда США, яка завоювала 110 медалей (36 золотих, 38 срібних і 36 бронзових). Збірна Росії, в свою чергу, опинилася на третьому місці отримавши 72 олімпійські нагороди, з яких лише 23 золотих.

Слід відзначити, що у складі збірної команди України, яка відправилася в Пекін на Ігри-2008, було сім олімпійських чемпіонів, якими стали Наталя Добринська (легка атлетика), Артур Айвазян і Олександр Петрів (кульова стрільба), Василь Ломаченко (бокс), Віктор Рубан (стрільба з луку), Інна Осипенко-Радомська (веслування на байдарках), жіноча збірна з фехтування на шаблях у командній першості (Ольга Харлан, Галина Пундик, Олена Хомрова, Ольга Жовнір).

Акцентуючи увагу на «королеві спорту» - легкій атлетиці, то основним героєм змагань у цьому виді спорту на Іграх-2008 без сумнівів став спортсмен з Ямайки Усейн Болт, який завоював в Пекіні три золоті медалі і встановив два світових рекорди сам (у бігу на 100 і 200 м) і ще один (в естафеті 4x100м).

В другому за медалемісткістю виді спорту в Пекіні найбільш успішно виступила команда США, завоювавши 12 золотих, 9 срібних і 10 бронзових нагород. Головним героєм не лише олімпійських змагань з плавання, але й усієї Олімпіади став феноменальний американський спортсмен Майкл Фелпс, який завоював в Пекіні 8 золотих медалей.

На Іграх-2008 відбулося кілька допінгових скандалів. Проте, слід відзначити, що цього разу їх було значно менше, ніж на попередніх Іграх в Афінах.

За Іграми ХХІХ Олімпіади в різних країнах нашої планети спостерігали по телебаченню 4,4 млрд. людей. Для порівняння пригадаємо, що світова телевізійна аудиторія Ігор-2000, в Сіднеї, складала 3,6 млрд. телеглядачів, а Ігор-2004, в Афінах, – 3,9 людей.

Ігри ХХХ Олімпіади, Лондон, 27 липня – 12 серпня 2012 р.

Прийом заявок міст-кандидатів був завершено 15 липня 2003 року. До цього моменту бажання прийняти у себе Ігри висловили 9 міст: Гавана,

Стамбул, Лейпциг, Лондон, Мадрид, Москва, Нью-Йорк, Париж і Ріо-де-Жанейро.

18 травня 2004 МОК після оцінки всіх поданих заявок вибрав 5 міст, з яких треба було зробити вибір на 117-й сесії МОК у липні 2005 року в Сингапурі. Цими 5 містами стали Мадрид, Москва, Нью-Йорк, Париж і Лондон.

Кандидатура Лондона була обрана 6 липня 2005 року. На наступний день після оголошення столиці Ігор у Лондоні стався терористичний акт.

Лондон став першим містом в історії Олімпійських ігор, яке приймало Олімпійські ігри тричі (1908, 1948 та 2012 рр.).

Організатори ОІ в Лондоні зробили їх максимально екологічними. За цей час було посаджено близько півмільйона нових дерев, 75% всіх споруд залишалися і були використані для житла (квартири в Олімпійській селищі можна було купити ще до церемонії відкриття ОІ).

Олімпійський стадіон, розрахований на 80 тисяч місць, був найлегшим стадіоном в історії ОІ. У його будівництві використовувалося близько 10 тисяч тонн сталі, що робить його на 75 відсотків легшим, ніж Олімпійський стадіон в Пекіні.

Ігри XXX Олімпіади у цифрах:

Щоденно за подіями на олімпійській арені спостерігало понад 180 тис глядачів.

У Лондоні було представлено 26 видів спорту, які містили 39 дисциплін. Загальна кількість комплектів нагород становила 302.

За час підготовки та проведення змагань було продано понад 8,8 млн квитків. Загальна аудиторія глядачів склала понад 4 млрд осіб.

У змаганнях взяли участь 10 500 атлетів, які представляли 204 НОК.

Перебіг подій на олімпійській арені висвітлювали понад 21 000 акредитованих журналістів. До підготовки змагань було залучено 70 000 волонтерів.

За час проведення ігор на олімпійських об'єктах було подано понад 14 млн різноманітних страв – по 45 000 кожного дня.

Емблема Ігор була представлена зображенням, що складалося з чотирьох частин у вигляді неправильних багатокутників, які символізували цифри року — «2», «0», «1», «2». В одну з частин включено слово «London», а в іншу — зображення олімпійських кілець. Логотип розроблявся близько року компанією Wolff Olins і коштував 400 000 фунтів стерлінгів. На початку березня 2012 влада Ірану заявили про намір бойкотувати ОІ-2012, оскільки логотип був стилізований під слово «Zion» — Сіон. Голова іранського Олімпійського комітету Бахрам Афшарзадех назвав логотип «расистським». Також публікувалися висловлювання, що логотип ОІ схожий на свастику.

Лондон запам'ятався і найбільшими за всю історію розмірами медалей. Діаметр однієї медалі складав близько 85 міліметрів і 7 міліметрів в товщину. Вага однієї нагороди – близько 375–400 грамів. Усього до ОІ було випущено приблизно 2100 медалей.

Восени 2011 року в Лондоні стартувала кампанія «Move to the beat», створена «Coca-Cola». У грандіозному шоу брали участь відомі спортсмени, а також був виконаний один з офіційних гімнів Ігор XXX Олімпіади —

«Anywhere In The World». Марк Ронсон — автор музики — використовував для запису звуки, вироблені спортсменами під час своїх дій (наприклад: при опорному стрибку через колоду відбувається звук схожий на музичний біт).

Якщо ОІ-2008 р вперше були показані у форматі HD, то ОІ-2012 р демонструвалися як в HD, так і в 3D.

Для 97% спортсменів, змагання тривали не більше півгодини.

Найстаршим спортсменом Ігор XXX Олімпіади став японський вершник Хіроші Хокетсу, якому в березні 2012 року виповнився 71 рік. Хіроші вперше взяв участь у ОІ 1964-го року.

«Найвагітнішою» спортсменкою стала Нур Саряні Мохаммед Таїба з Малайзії, яка на момент участі у змаганнях з кульової стрільби була на 9-му місяці вагітності.

В олімпійському містечку був розташований найбільший в світі ресторан мережі McDonald's, здатний вмістити одночасно до 1500 відвідувачів.

Китайським спортсменам їх НОК заборонив вживати м'ясо через можливий вміст в ньому кленбутерола, забороненого МОК. Поїдання м'яса загрожувало виключенням зі складу команди.

Кожному стрікеру, який побажав вибігти в оголеному вигляді на арену, де змагаються спортсмени, довелося заплатити штраф в 20 000 фунтів стерлінгів.

Ігри XXXI Олімпіади, Ріо-де-Жанейро, 5 – 21 серпня 2016 р.

Місто-організатор Ігор XXXI Олімпіади визначили на сесії МОК у Копенгагені 2 жовтня 2009 року. Крім Ріо-де-Жанейро, у фіналі за проведення Олімпіади змагалися Мадрид, Токіо та Чикаго. Заявки також подали, але в остаточний перелік претендентів не були включені Баку, Доха, Прага.

Офіційний логотип спортивних змагань був розроблений бразильською компанією Tatil Design й був представлений 31 грудня 2010 року. В основу логотипу було покладено стилізовані елементи природи Ріо-де-Жанейро — гори, сонце, море, представлені у формі людських силуетів, що танцюють взявшись за руки.

Дизайн талісманів для Олімпійських та Паралімпійських ігор був розроблений компанією Virdo (Сан-Паулу). Офіційним талісманом Ігор XXXI Олімпіади в Ріо-де Жанейро став Вінісіус, що являє собою уособлення бразильської фауни, й на вигляд схожий на жовтого kota. Назвали талісманів на честь бразильських діячів минулого століття : музиканта Антоніо Жобіма та поета Вінісіуса ді Мораеша.

Загалом 186 Національних олімпійських комітетів були представлені принаймні одним атлетом. Також взяла участь команда незалежних атлетів.

Як країна-господарка Бразилія здобула автоматичні квоти в деяких видах спорту.

Південний Судан і Косово дебютували на Олімпійських іграх.

У жовтні 2015 року збірну Кувейту відсторонили від участі вдруге за п'ять років через втручання уряду у справи НОК.

У листопаді 2015 року IAAF відсторонила збірну Росії з легкої атлетики від всіх міжнародних змагань, включаючи Олімпійські ігри 2016 після звіту Всесвітнього антидопінгового агентства.

Через європейську міграційну кризу та інші причини МОК дозволив атлетам сформувати незалежну команду під Олімпійським прапором. На попередніх Олімпійських іграх біженці не мали змоги взяти участь через неспроможність представляти свої рідні НОК. 2 березня 2016 МОК оголосив про план сформувати збірну біженців, яка буде складатися з 10 спортсменів.

Порівняно з Іграми 2012 року в Лондоні, до програми були включені два нові види спорту – гольф і регбі. Слід зазначити, що на Іграх XXXII Олімпіади-2020 у Токіо з'явиться ще 5 дисциплін: бейсбол (софтбол у жінок), карате, скейтбординг, спортивне скелелазіння і серфінг.

Рекомендована література

Основна:

8. Бріскін Ю. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі : [монографія] / Юрій Бріскін. – Львів : Край, 2006. – 346 с. – ISBN 966-547-206-2.
9. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 1. – 736 с. – ISBN 978-966-8708-15-2.
10. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 2. – 696 с. – ISBN 978-966-8708-17-6.
11. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.
12. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.
13. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464с. – ISBN 966-7133-71-0.
14. Энциклопедия Олимпийского спорта : в 5 т. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004.

Допоміжна:

12. Бріскін Ю. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. / Юрій Бріскін. – Львів : Ахілл, 2003. – 128 с. – ISBN 966-7617-51-3.
13. Бріскін Ю. Проблеми реалізації олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2011. – Вип. 12, т. 1. – С. 13–17.
14. Воробйов П. Г. На славу спорту в ім'я честі / Воробйов П. Г., Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1976. – 264 с.
15. Заседа І. І. Олімпійці / Заседа І. І. – Київ : Молодь, 1975. – 224 с.
16. Суник О. Б. Від Олімпії до Москви / Суник О. Б. – Київ : Здоров'я, 1980. – 200 с.

17. Трофим'як Б. Є. Фізична культура і спорт в Українській РСР / Трофим'як Б. Є. – Львів : Вища школа, 1987. – 160 с.
18. Фірсель Н. Й. Олімпійська зима: нариси / Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1978. – 152 с.
19. Хавин Б. Н. Все об Олимпийских играх / Хавин Б. Н. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 607 с.
20. Шанин Ю. В. Герои античных стадионов / Шанин Ю. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 141 с.
21. Шанин Ю. В. Олимпийские игры и поэзия эллинов / Шанин Ю. В. – Київ : Вища школа, 1980. – 184 с.
22. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова. – Київ : Олімпійська література, 2009. – 400 с. – ISBN 978-966-8708-14-5.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.
2. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>
3. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>
4. **Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.paralympic.org.ua>**
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http:// www.paralymp.ru](http://www.paralymp.ru)
6. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
7. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
8. Sochi Olympics-2014 Winter Games [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.sochi2014.com>
9. История Олимпийских Игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympiady.ru>
10. Олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>

7.1. Фундаментальні принципи олімпійського спорту

Підхід П'єра де Кубертена до олімпізму і до його проникнення в життя світової спільноти став зрозумілою і прийнятною вихідною позицією для розвитку олімпійського руху. Вже на самому початку своєї діяльності Кубертен притягнув в коло своїх прибічників людей, що мали високий соціальний статус і солідний політичний статус, велику владу і фінансові ресурси. Це дозволяло їм вести незалежну політику, а в окремих випадках і фінансувати розвиток олімпійського руху. Кубертену і його прибічникам вдалося створити базис олімпійського руху з освічених аристократів, незалежних в практичному вирішенні господарських і політичних питань. Проте цей "класовий тил" із самого початку створив умови, що унеможливлювали засудження причин соціальної нерівності між спортсменами, ліквідацію соціальних упереджень відносно жінок (у тому числі і у сфері спорту) і дискримінаційних заходів стосовно окремих країн. Необхідно відзначити, що і уся історія розвитку спорту в докубертенівський період заклала для таких підходів міцні основи.

П'єр де Кубертен, звертаючись до учасників ігор ІХ Олімпіади (1928 р.) в Амстердамі, виклав основні принципи сучасного олімпійського руху. Він наголошував і відстоював наступні положення:

- * притримуватись рівності основних видів спорту;
- * проводити змагання в мистецтві, котре проникнуте ідеями спорту;
- * давати клятву спортсменів, яка, спираючись на честь і гідність людини, містить єдину правильну основу ефективного вирішення проблеми аматорства;
- * відстоювати олімпійський прапор, котрий має всі кольори народів і символізує п'ять частин світу, об'єднаних спортом;
- * дотримуватись церемонії і ритуалу відкриття і закриття Ігор, з відданням шани олімпізму, від якого вони беруть свій початок;
- * відстоювати авторитет МОК.

На сьогоднішній день вони дещо видозмінилися, проте їх сутність залишилася сталою. В останній редакції Олімпійської хартії (чинна від 2 серпня 2016 р.) визначено наступні принципи Олімпізму:

1. Олімпізм являє собою філософію життя, що звеличує та об'єднує в гармонійне ціле якості тіла, волі та розуму. Поєднуючи спорт з культурою та освітою, Олімпізм намагається створити спосіб життя, який базується на радості від зусилля, освітній цінності доброго прикладу, соціальній відповідальності та повазі до універсальних фундаментальних етичних принципів.

2. Мета Олімпізму полягає в тому, щоб поставити спорт на служіння гармонійному розвитку людини з наміром підтримати встановлення мирного суспільства, яке зацікавлене в збереженні людської гідності.

3. Олімпійський рух – це концентрована, організована, універсальна і постійна діяльність всіх осіб та організацій, яких надихають цінності Олімпізму, що проводиться під керівництвом МОК. Ця діяльність охоплює п'ять континентів. Вона досягає своєї вершини, коли збирає разом атлетів світу

на величезному спортивному фестивалі — Олімпійських іграх. Її символ - п'ять переплетених кілець.

4. Заняття спортом - одне з прав людини. Кожен повинен мати можливість займатися спортом, без будь-якої дискримінації, в дусі Олімпізму, взаєморозуміння, дружби, солідарності та чесної гри.

5. Розуміючи, що спорт функціонує в рамках суспільства, спортивні організації в Олімпійському русі повинні мати права й обов'язки, притаманні автономним організаціям, які включають незалежне створення спортивних правил та контроль за ними, визначення структури і керівництво своїми організаціями, дотримання права на проведення виборів, вільних від будь-якого зовнішнього впливу, а також відповідальність за забезпечення застосування принципів добросовісного управління.

6. Здійснення прав і свобод, викладених у цій Олімпійській хартії, має бути забезпечено без будь-якої дискримінації, наприклад, расового характеру, за кольором шкіри, статтю, сексуальною орієнтацією, мовою, віросповіданням, політичними чи іншими переконаннями, національним або соціальним походженням, майновим станом, народженням чи іншим статусом.

7. Належність до Олімпійського руху вимагає обов'язкового дотримання положень Олімпійської хартії та визнання МОКом.

Вже з перших років існування МОК створив передумови для майбутніх соціальних і політичних конфліктів в цій сфері, в більшій або меншій мірі тих, що проявлялися упродовж усієї історії олімпійського руху.

П'єр де Кубертен чітко уявляв собі яким повинне бути міжнародне розповсюдження спорту, і те, що за своїм характером спорт може стати як засобом реалізації гуманістичних ідей, зміцнення світу, подолання соціальних, расових, національних обмежень і міжнародних конфліктів, так і засобом поглиблення протиріч між різними соціальними прошарками і різними соціально-політичними системами, джерелом формування соціальних і політичних конфліктів.

Процеси розвитку олімпійського руху і олімпійського спорту з об'єктивних причин неодноразово виявлялися у сфері діяльності людей і організацій, не здатних повною мірою реалізувати ту життєву філософію, яку сповідував Кубертен. І було потрібно не одне десятиліття, щоб олімпійський рух і олімпійський спорт перетворилися на цілісну систему, що стабільно функціонує незважаючи на постійно виникаючі проблеми і протиріччя.

Практично уся література, присвячена олімпійському руху, посилається на три стовпи олімпізму, які символізують його пріоритети. Кубертен писав, що Олімпізм – це поєднання «спорту, культури і освіти». Сьогодні мек називає трьома стовпами «спорт, культуру і оточуюче середовище» (сайт МОК). Окремі документи вказують, що це «МОК, МСФ і НОК» (Chappelet, 2010); «Олімпійські ігри, Олімпійський рух і Олімпізм (Міжнародна олімпійська академія). Це може викликати певні дискусійні питання, проте не можна не погодитися з вагомністю кожного із зазначених стовпів для Олімпійського руху.

7.2. Олімпійська хартія - основний правовий документ олімпійського спорту

Робота Олімпійського руху регламентована Олімпійською хартією – документом конституційного характеру. Хартія визначає межі роботи МОК, а також цінності організації і обов'язки чланів «олімпійської сім'ї».

Основи Олімпійської хартії були розроблені П'єром де Кубертенем. Перша редакція цього документу була затверджена в червні 1894 р. в Парижі на Міжнародному атлетичному конгресі (що увійшов до історії як I Міжнародний Олімпійський конгрес).

Даний документ розпочинається наступним параграфом:

«Олімпійська хартія (ОХ) – це збірка фундаментальних принципів Олімпізму, правил та роз'яснень, затверджених Міжнародним олімпійським комітетом (МОК). Вона регламентує організацію, дію та процеси Олімпійського руху і визначає умови проведення Олімпійських ігор. По суті, Олімпійська хартія виконує три основних завдання: а) Олімпійська хартія, як основний інструмент конституційного характеру визначає та відроджує фундаментальні принципи та невід'ємні цінності Олімпізму. б) Олімпійська хартія – це і статут Міжнародного олімпійського комітету. в) Крім того, Олімпійська хартія визначає основні права і обов'язки трьох головних складників Олімпійського руху, а саме: Міжнародного олімпійського комітету, міжнародних федерацій та національних олімпійських комітетів, а також організаційних комітетів Олімпійських ігор, які повинні дотримуватись Олімпійської хартії». (МОК, 2016)

У першому варіанті цього документу (1894 р.) передусім було зафіксовано, що на користь моралі Міжнародний конгрес і окремі країни вважають необхідним відродити на міжнародній основі Ігри в сучасній формі, але з дотриманням стародавніх традицій. Відзначалося, що до участі в цих Іграх слід запрошувати спортивні об'єднання усіх країн і що кожна країна може бути представлена тільки своїми громадянами. Встановлювалося, що перед Олімпійськими іграми, які проводитимуться кожні чотири роки, окремі країни повинні проводити відбіркові або попередні змагання для того, щоб країни були представлені кращими спортсменами. Перераховувалися види спорту і спортивні дисципліни, що включались в програму Олімпійських ігор (біг, стрибки, метання диску - в легкій атлетиці, важка атлетика, вітрильний спорт, плавання, веслування, фехтування, боротьба, бокс, кінний спорт, гімнастика, велосипедний спорт, спортивна стрільба, ковзанярський спорт).

В Олімпійській хартії визначалося, що, за винятком фехтування, в змаганнях на Олімпійських іграх з усіх інших видів спорту можуть брати участь тільки аматори, а бі, для кого спорт є професією, не можуть приймати участі в олімпійських змаганнях. У додатку до цього документу давалося роз'яснення відносно поняття "аматорство" в олімпійському спорті. Статус спортсмена-любителя визначався таким чином: "це людина, котра ніколи не брала участі в професійних змаганнях, за які отримувала би матеріальну винагороду, і ніколи не була викладачем фізичного виховання". Також відзначалося: "До змагань не допускаються ті, хто професійно займається спортом, і ті, хто отримував у минулому або отримує зараз грошову винагороду

за заняття спортом. Саме тому на Олімпійських іграх ніколи не можна призначати грошові призи, а можна вручати тільки почесні нагороди".

У Хартії обговорювалося, що МОК має право не допускати до участі в змаганнях на Іграх тих, хто коли-небудь виступав проти олімпійської ідеї або проти ідеї сучасних Олімпійських ігор. Відповідно до Олімпійської хартії на МОК покладалось регулярне проведення Ігор, а також турбота про те, щоб вони були усе більш гідними їх славної історії і високих ідеалів. Крім того, на МОК покладалось керівництво любительським спортивним рухом, сприяння поглибленню дружби між спортсменами, заохочення зростання числа організацій, сприяючих проведенню змагань спортсменів-аматорів.

Надалі в Олімпійську хартію вносились зміни і доповнення (іноді досить значні). Проте ці зміни не вступали в протиріччя із засадничими принципами олімпізму, запропонованими Пьером де Кубертенем, які він послідовно відстоював і протягом усього періоду діяльності на посаді президента МОК, і надалі - до кінця свого життя.

Особливо помітним змінам піддавалися в Олімпійській хартії такі поняття, як "любительство" в спорті, "спортсмен-аматор" і т.д. тому Пьер де Кубертен через об'єктивні причини був вимушений стати прибічником аматорства в олімпійському спорті. Це практично означало визначення олімпійського спорту як елітарного захоплення, що охоплює відносно вузькі прошарки тодішнього суспільства.

За станом на першу половину 2017 р. діє Олімпійська хартія (у редакції, яка набула чинності з 2 серпня 2016 р.).

В цілому Олімпійська хартія виконує три основні завдання: як головний інструмент, що має характер основного закону, регламентує засадничі принципи і невід'ємні цінності олімпізму; є статутом МОК; визначає основні права і обов'язки трьох головних складових міжнародного олімпійського руху - Міжнародного олімпійського комітету, міжнародних спортивних федерацій і національних олімпійських комітетів, а також організаційних комітетів з проведення Олімпійських ігор, які зобов'язані виконувати положення Олімпійської хартії.

Розпочинається Олімпійська Хартія з абревіатур, що використовуються в Олімпійському русі, вступу, преамбули та фундаментальних принципів Олімпізму.

Окрім них, Олімпійська Хартія містить шість основних розділів, перший з яких – «Олімпійський рух» (далі ОР), розкриває сутність основних складових цього явища та їх зміст (Склад і загальна організація ОР, місія і роль МОК, Олімпійський конгрес, Олімпійська солідарність, Олімпійські ігри, Олімпійська символіка та ін.).

В розділі II Олімпійської хартії ("Міжнародний олімпійський комітет") відображені юридичний статус МОК, членство в МОК, у тому числі питання комплектування МОК, порядок обрання його членів і їх обов'язки; представлена організаційна структура МОК (сесія МОК, виконком МОК, президент МОК, комісії МОК); викладені заходи і санкції, які можуть бути застосовані сесією МОК, виконкомом МОК або Дисциплінарною комісією МОК у випадках порушення Олімпійської хартії, Всесвітнього антидопінгового кодексу або будь-якого іншого нормативного акту відносно членів МОК,

почесного президента МОК, почесних членів МОК, міжнародних спортивних федерацій і їх асоціацій, національних олімпійських комітетів і їх асоціацій, міст-організаторів Олімпійських ігор, оргкомітетів по їх проведенню, міст-кандидатів на проведення Олімпійських ігор, інших визнаних МОК асоціацій і організацій, індивідуальних спортсменів і команд, інших осіб, аккредитованих на Олімпійських іграх.

Офіційними мовами МОКу є французька і англійська, а також відзначено, що на усіх сесіях МОК має бути організований синхронний переклад на французьку, англійську, німецьку, іспанську, російську і арабську мови.

Розділ III Олімпійської хартії ("Міжнародні спортивні федерації") присвячений опису ролі МСФ, їх місії в олімпійському русі і умов їх визнання МОКом.

В розділі IV Олімпійської хартії - "Національні олімпійські комітети" - представлений матеріал, що відображає роль і місію цих організацій в олімпійському русі, склад НОКу, його права і обов'язки.

Розділ V Олімпійської хартії ("Олімпійські ігри") містить правила, які описують проведення, організацію і керівництво Олімпійськими іграми; участь в Олімпійських іграх; програму Олімпійських ігор; молодіжний табір, протокол.

Правила 32-39 охоплюють терміни і порядок проведення Олімпійських ігор, вибори міста-організатора, задачі оргкомітету Ігор і порядок його діяльності, функції Координаційної комісії МОК з Олімпійських ігор і взаємодія між МОК, оргкомітетами Ігор, міжнародними спортивними федераціями і національними олімпійськими комітетами, а також питання, пов'язані з організацією Олімпійського селища (для проживання в одному місці спортсменів, що беруть участь в Іграх, офіційних осіб і персоналу команд), і з культурною програмою, що забезпечує оргкомітет під час Олімпійських ігор.

Правила 40-44 основну увагу зосереджують на Кодексі допуску спортсменів на Ігри, громадянстві учасників Олімпійських ігор, вікових аспектах, порядку і термінам розсилки усім визнаним МОКом національним олімпійським комітетам запрошень для участі в Іграх і подачі НОК заявок на участь в Олімпійських іграх. Правилем 43 Олімпійської хартії передбачено, що Антидопінговий кодекс є обов'язковим для усього Олімпійського руху.

Правила 45-50 містять опис порядку формування програм Ігор Олімпіад і зимових Олімпійських ігор (по видах спорту, дисциплінах і видах змагань). Відмічено, що відбір видів спорту для програми ІО, а також визначення критеріїв і умов для включення виду спорту в програму Олімпійських ігор є прерогативою сесії МОК. Вказано, що в програму Ігор включаються і залишаються в ній тільки ті види спорту, які (в особі відповідних міжнародних спортивних федерацій) приймають Всесвітній антидопінговий кодекс і керуються ним.

Рішення про включення в програму Ігор тієї або іншої дисципліни або виду змагань є прерогативою виконкому МОК.

У правилі 46 висвітлюються технічні положення, що стосуються повноважень і діяльності міжнародних спортивних федерацій на Олімпійських іграх (кожна МСФ відповідає за технічний контроль і керівництво своїм видом спорту, стежить за тим, щоб правилам відповідної міжнародної спортивної

федерації повністю відповідали усі технічні елементи, включаючи розклад змагань, місця їх проведення і місця для тренування спортсменів і усе устаткування).

У правилах 49-50 відображені питання, пов'язані з висвітленням Олімпійських ігор засобами масової інформації, порядком випуску видань, що відносяться до Ігор, а також порядком і умовами розміщення реклами (включаючи заборону будь-якої реклами комерційного характеру на стадіонах, в місцях проведення олімпійських змагань і на інших спортивних аренах і заборона будь-якої політичної, релігійної або расової пропаганди на олімпійських об'єктах і в інших місцях проведення змагань Олімпійських ігор).

Правило 51 безпосередньо стосується протоколу результатів змагань. Усі наступні (52-58) включають використання олімпійського прапора та вогню. Церемонії відкриття. Нагородження та закриття Ігор та деякі інші моменти.

У розділ VI «Міри і санкції, дисциплінарні процедури і вирішення спірних питань» йдеться про перелік тих санкцій, які можуть бути прийняті Сесією, Виконкомом МОК або дисциплінарною комісією у разі будь-якого порушення Олімпійської хартії, Всесвітнього антидопінгового кодексу або будь-якого іншого нормативного акту.

7.3 Діяльність міжнародного олімпійського комітету (МОК)

Міжнародний олімпійський комітет (МОК), утворений 23 червня 1894 р. на конгресі в Парижі, є найвищим керівним органом олімпійського руху.

Згідно з Олімпійською хартією (у редакції 2016 р.) МОК є міжнародною неурядовою, некомерційною організацією, з необмеженим терміном повноважень, у формі асоціації зі статусом юридичної особи, визнаної Швейцарською Федеральною Радою відповідно до договору, укладеного 1 листопада 2000 р.

Штаб-квартира міжнародного олімпійського комітету (МОК) з 1915 р. знаходиться в Лозанні (Швейцарія). Природно, може виникнути питання: чому вибір П'єра де Кубертена ліг саме на це швейцарське місто (адміністративний центр кантона), розташоване на північному березі Женевського озера.

При створенні МОКу в 1894 р. було введено правило, згідно з яким його резиденція протягом кожних чотирьох років повинна була знаходитися в місті, обраному місцем проведення чергових ОІ.

У 1916 р. П'єр де Кубертен створив в Лозані Олімпійський інститут і Міжнародне бюро спортивної педагогіки. У 1918 р. президент МОК переїхав в Лозанну, де жив і працював на віллі Мон-Репо, яку муніципальна влада надала у володіння МОК.

Через п'ятдесят років, в 1968 р., за узгодженням з муніципалітетом Лозани штаб-квартира МОК була переведена в замок Шато де Від. Але ніхто з чотирьох президентів, що очолювали МОК після П'єра де Кубертена (Анрі де Байє-Латур, Юханнес Зігфрід Едстрем, Ейвері Брэндедж, Майкл Моріс Кілланін), не жив постійно в Лозанні.

Після того, як на 83-ій сесії МОК, що відбулась в липні 1980 р. в Москві, Хуан Антоніо Самаранч був обраний президентом МОК він розташувався в

Лозанні, де істотно розширив сферу діяльності МОК. Від міської влади був отриманий дозвіл на будівництво наданого для штаб-квартири МОК нової будівлі, будівництво якого завершилося в 1986 р.

У 80-і роки ХХ ст. відношення між МОК і муніципалітетом Лозанни змінилися. Це стало наслідком того, що Федеральною радою Швейцарії МОК був визнаний юридичною особою.

Завданням МОК є виконання місії, ролі та обов'язків, встановлених для нього в Олімпійській хартії. Для виконання своєї місії та своєї ролі МОК може створювати, набувати або будь-яким іншим чином контролювати інші юридичні організації, такі як фонди або корпорації.

Цілі, завдання і загальна політика МОК у відповідності Хартії.

Шістнадцятьма параграфами правила 2 Хартії визначено різні напрями діяльності МОК.

Передусім відзначається, що роль МОК полягає в тому, щоб заохочувати і підтримувати розповсюдження етики в спорті, а також виховувати молодь за допомогою спорту і спрямовувати зусилля на те, щоб в спорті панував дух чесної гри, а насильство було заборонене.

МОК заохочує і підтримує організацію, і координацію спорту і спортивних змагань, забезпечує регулярне святкування Олімпійських ігор, співпрацює з громадськими організаціями, протидіє будь-яким формам дискримінації, що завдає збитку олімпійському руху, домагається здійснення принципу рівності чоловіків і жінок в спорті на рівнях і в усіх структурах.

Міжнародний олімпійський комітет очолює боротьбу проти застосування допінгу в спорті, заохочує і підтримує заходи із захисту здоров'я спортсменів, їх професійного майбутнього, а також розвиток масового спорту (спорт для усіх) в його обмеженому взаємозв'язку із спортом високих досягнень.

Ще одним напрямом діяльності МОК є підтримка ініціатив, які реалізують турботу про охорону довкілля, і заходів, спрямованих на забезпечення дотримання екологічних принципів при розвитку спорту, включаючи те, щоб Олімпійські ігри проводилися у відповідності.

Міжнародний олімпійський комітет сприяє отриманню позитивних результатів від проведення Олімпійських ігор містом і країною, що їх проводить.

Міжнародний олімпійський комітет шанує зв'язок між спортом, культурою і підтримує Міжнародну олімпійську академію та інші навчальні заклади. Виконком МОК може надати патронат МОК міжнародним, регіональним, континентальним або всесвітнім іграм, за умови, що ці змагання проводитимуться відповідно до Олімпійської хартії і будуть організовані під контролем національних олімпійських комітетів, визнаних МОК, за сприяння відповідних міжнародних спортивних федерацій і при дотриманні їх технічних правил. Виконком МОК також може надати патронат МОК і іншим спортивним заходам за умови, що їх завдання відповідають МОК.

Членство у міжнародному олімпійському комітеті і його комплектування.

Всі члени МОК є фізичними особами. Загальна кількість членів МОК не може перевищувати 115 осіб.

Згідно Роз'яснення до Правила 16. МОК складається з:

- більшості членів МОК, чиє членство не пов'язане з будь-якою конкретною функцією або посадою, в тому числі, до п'яти членів, які можуть бути обрані в особливих випадках; їх загальна кількість не повинна перевищувати 70 осіб (серед них не може бути більше одного громадянина, що представляє конкретну країну);
- активних атлетів, загальна кількість яких не може перевищувати 15;
- президентів або осіб, що займають виконавчі або керівні посади в МФ, асоціаціях МФ або інших організаціях, визнаних МОК, загальна кількість яких не може перевищувати 15;
- президентів або осіб, що займають виконавчі або керівні посади в НОК або всесвітніх чи континентальних асоціаціях НОК, загальна кількість яких не може перевищувати 15.

МОК поповнює свої ряди та обирає своїх членів з таких осіб, яких він вважає кваліфікованими. МОК приймає своїх нових членів на церемонії, під час якої вони дають згоду виконувати свої обов'язки словами клятви.

Члени МОК представляють та просувають інтереси МОК і Олімпійського руху в своїх країнах і організаціях Олімпійського руху, в яких вони працюють. Члени МОК не можуть приймати від урядів, організацій або інших сторін будь-який мандат чи доручення, які б їх зв'язували або втручалися в свободу їх дій і голосування.

Члени МОК не несуть особистої відповідальності за борги й зобов'язання МОК.

Кожний член МОК обирається на строк вісім років, і може бути переобраний на один або кілька додаткових строків. Процедура перевиборів визначається Виконавчим комітетом МОК.

Кожен член МОК має такі обов'язки:

- дотримуватись Хартії, Кодексу етики та інших положень МОК;
- брати участь в Сесіях МОК;
- брати участь у роботі комісій МОК до яких він був призначений;
- сприяти розвитку та просуванню Олімпійського руху;
- стежити у своїй країні та в організації Олімпійського руху, у якій він перебуває на службі, за реалізацією програм МОК;
- інформувати Президента МОК, на його запит, про розвиток і просування Олімпійського руху у своїй країні та про потреби Олімпійського руху у своїй країні й в організації Олімпійського руху, у якій він перебуває на службі;
- без затримки інформувати Президента МОК про всі випадки, які могли б перешкоджати виконанню Олімпійської хартії або вплинути на Олімпійський рух у своїй країні або організації Олімпійського руху, в якій він перебуває на службі;
- виконувати інші завдання, що доручаються йому Президентом МОК.

Членство в МОК припиняється за наступних обставин: відставка, відсутність переобрання; будь-який член МОК повинен звільнитися по закінченні календарного року, в якому він досягає 70-річного віку; невідвідування сесій або неучасть в активній роботі МОК; зміна постійного проживання або центра основних інтересів.

Члени МОК, вибрані як активні атлети, втрачають членство в МОК по припиненню свого членства в Комісії атлетів МОК.

Президенти та особи, що займають виконавчі або вищі посади в НОК, всесвітніх або континентальних асоціаціях НОК, МФ або асоціаціях МФ, або інших організаціях, визнаних МОК, втрачають членство по припиненню виконання ним тих функцій, які він виконував у момент його виборів у члени МОК.

Член МОК може бути виключений з МОК за рішенням Сесії, якщо він порушив клятву, або якщо Сесія МОК вважає, що він зневажив або свідомо поставив під загрозу інтереси МОК або діяв негідно члена МОК.

Член, виключений з МОК, не може бути членом НОК, асоціації НОКів або ОКОІ.

Згадані вище формулювання, зокрема, означають, що члени МОК не є представниками (делегатами) своїх країн в МОК. Принцип самопоповнення МОК свого складу, закладений ще ініціатором відродження Олімпійських ігор і засновником сучасного олімпійського руху Пьером де Кубертенем, що зберігаються в МОК і до сьогодні, покликаний забезпечувати МОК повну незалежність.

В перший період діяльності МОК до його складу обиралося по одному діячеві, що був громадянином тієї або іншої країни. Проте надалі в МОК стали обирати і по два члени МОК - громадян тих країн, де проводились Ігри Олімпіад або зимові Олімпійські ігри.

У перші п'ятдесят років функціонування МОК при обранні членів МОК велике значення надавалося їх аристократичній приналежності. Присутність аристократів в складі МОК повинна була забезпечувати йому високу суспільну позицію.

У різні періоди діяльності МОК система обрання його членів неодноразово піддавалася критиці як з боку низки країн, так і з боку різних міжнародних спортивних федерацій, НОК і інших організацій олімпійського руху, ніяк не представлених в МОК.

Протягом більше семи десятиліть в МОК були тільки чоловіки. У кінці 70-х років ХХ ст. член МОК Моріс Эрцог (Франція) запропонував вибирати членами МОК і жінок. Ця пропозиція була підтримана - і вже на початку 80-х років ХХ ст. в складі МОК уперше з'явилися жінки, зокрема - Пір'є Хагман (Фінляндія) і Флор Ісава Фонсека (Венесуела), обрані в 1981 р., Мері Елісон Глен-Хейг (Великобританія), обрана в 1982 р., і деякі інші.

Багато керівників олімпійського руху дотримуються думки про те, що його життєздатність протягом багатьох років пояснюється елітарною структурою МОК і самопоповненням його складу.

Відповідно до параграфу 4.1 правила 16 сесія МОК за пропозицією виконкому МОК може обрати як почесного президента МОК того члена МОК, який вніс неоціненний вклад своєю діяльністю на посту президента МОК.

Нині почесним президентом МОК є Хуан Антоніо Самаранч, який керував МОК з 1980 по 2001 рр. Він після відходу у відставку з поста президента МОК, що відбулася в липні 2001 р. в Москві, на знак визнання його великих заслуг був обраний почесним президентом МОК.

Параграфом 4.2 правила 16 обумовлено, що будь-який член МОК, що йде у відставку потім не менше десяти років своєї діяльності в МОК і якщо має перед ним виняткові заслуги, за представництвом виконкому МОК може бути сесією МОК обраний почесним членом МОК. Існує і така категорія, як член шани - почесний член МОК, що не був раніше членом МОК, але що робив виняткові послуги МОК.

Згідно з параграфом 4.4 правила 16, почесний президент МОК, почесні члени МОК і члени шани МОК обираються довічно (але в певних випадках вони можуть бути позбавлені свого статусу рішенням сесії МОК), не мають права голосу і не обираються на посаді в МОК.

За станом на першу половину 2014 р. МОК має у своєму складі 110 членів, а також 32 почесних члени.

Основні органи міжнародного олімпійського комітету. Відповідно до правила 17 Олімпійській хартії, органами МОК є: сесія МОК, виконком МОК, президент МОК.

Сесія МОК, згідно з правилом 18, є загальними зборами членів МОК. Рішення сесії, що є найвищим органом МОК, – остаточні.

Зазвичай сесія МОК проводиться раз на рік. Позачергова сесія МОК скликається за ініціативою президента МОК або на письмову вимогу не менше однієї третини членів МОК.

Сесія МОК має наступні повноваження:

- приймати Олімпійську хартію або вносити до неї поправки;
- вибирати членів МОК, почесного президента МОК, почесних членів МОК і членів шани МОК;
- вибирати президента МОК, віце-президентів МОК і усіх членів виконкому МОК;
- вибирати місто, яке буде організувати Олімпійські ігри; визначати місто, в якому проводитиметься чергова сесія МОК;
- затверджувати щорічний звіт і витрати МОК; призначати аудитора МОК; приймати рішення про визнання або позбавлення визнання національних олімпійських комітетів, їх асоціацій, міжнародних спортивних федерацій, їх асоціацій і інших організацій;
- виключати членів МОК, позбавляти статусу почесного президента МОК, почесних членів МОК і членів шани МОК; приймати рішення і голосувати з усіх питань, визначуваним законодавством і Олімпійською хартією.

Кожен член МОК має один голос. Необхідний кворум Сесії становить половину загального числа членів МОК плюс один. Рішення Сесії приймаються звичайною більшістю поданих голосів; однак, для будь-якої модифікації фундаментальних принципів Олімпізму, правил Олімпійської хартії, або будь-якої частини Олімпійської хартії необхідна більшість у дві третини поданих голосів.

При підрахунку голосів не враховуються що утрималися, а також порожні і зіпсовані бюлетені. На сесії МОК не дозволяється голосувати уповноваженим представникам. Таємне голосування проводиться тоді, коли це вимагається відповідно до Олімпійської хартії, або за рішенням головуєчого на сесії, або на

прохання не менше чверті присутніх на сесії членів МОК. При рівній кількості голосів рішення приймає головуючий на сесії.

Виконавчий комітет МОК складається з Президента, чотирьох віце-президентів та десяти додаткових членів. Вибір цих членів відображатиме склад Сесії. На кожних виборах, Сесія слідкуватиме, щоб вищезгаданий принцип не порушувався.

Адміністрацією МОК керує генеральний директор, який підкоряючись президенту. Здійснює контроль за операційною діяльністю МОК при підтримці директорів. Які очолюють управління Олімпійських ігор, Міжнародного співробітництва і розвитку, Фінансів і адміністрації, Спорту, Відносин з НОКами, Технологій, Комунікацій, Інформаційного менеджменту, телевізійних і маркетингових прав, Юридичне, Медичне і наукове, Олімпійського музею і Олімпійської солідарності.

Усі члени виконкому МОК обираються на сесії МОК таємним голосуванням – більшістю поданих голосів. При цьому передбачено, що термін мандатів кожного з чотирьох віце-президентів МОК і десяти інших членів виконкому МОК складає чотири роки і що один член виконавчого комітету може мати у виконкомі МОК два подальших мандата (тобто два терміни по чотири роки).

Виконком МОК має наступні повноваження, обов'язки і відповідальності : контролює дотримання Олімпійської хартії; схвалює розпорядження по внутрішньому управлінню відносно нього організації; складає щорічні звіти, що включають щорічні рахунки, і представляє їх сесії МОК в той же час, що і ревізійний звіт; представляє сесії МОК звіт по будь-якій пропозиції відносно змін правил Хартії і офіційних роз'яснень до них; представляє сесії МОК осіб, рекомендованих до обрання в МОК; встановлює процедуру допуску і обрання кандидатур для організації Олімпійських ігор; складає порядок денний сесій МОК; за пропозицією президента МОК призначає або звільняє генерального директора МОК; стежить за збереженням протоколів, звітів і інших архівів МОК; приймає рішення і видає регламентації МОК в тій формі, яку вважає необхідною: кодекси, нормативні акти, норми, директиви, керівництво, підручники, інструкції, положення та ін., організовує періодичні збори з міжнародними спортивними федераціями і національними олімпійськими комітетами - не менше одного разу в два роки; розробляє і присуджує почесні знаки МОК; має усі права і виконує усі обов'язки, які згідно із законом або за Олімпійською хартією не передані сесії МОК або президентові МОК.

Президент МОК, відповідно до правила 20 Олімпійської хартії, обирається сесією МОК таємним голосуванням з числа членів МОК, терміном на вісім років, з одноразовим продовженням терміну на чотири роки. У зв'язку із закінченням другого восьмирічного терміну перебування Жака Роге на посаді президента Міжнародного олімпійського комітету (2009-2013 рр.) до порядку денного 125-ої сесії МОК, що відбулася в серпні 2013 р. у м. Буенос-Айресі, було включено питання про вибори президента на наступні чотири роки. Серед шести кандидатур був присутній і президент НОК України Сергій Бубка, проте Сесія обрала новим президентом 60-річного німця Томаса Баха на черговий чотирирічний термін (2013-2017 рр.).

Поточну роботу в МОК здійснює апарат адміністрації МОК, що працює в його штаб-квартирі і в Олімпійському музеї (Лозанна, Швейцарія).

Відповідно до правила 21, з метою підготовки рекомендацій для сесій МОК для виконкому МОК чи президента МОК можуть створюватись комісії МОК.

Станом на сьогодні (перша половина 2017 р.) функціонують наступні комісії МОК: комісія атлетів МОК; комісія МОК з етики; Комісія з обрання членів МОК; комісія з Олімпійської солідарності; Оцінювальна комісія міст-кандидатів (їх дві: одна - по містах-кандидатах на проведення Ігор Олімпіади, інша - по містах-кандидатах на проведення зимових Олімпійських ігор); Координаційні комісії з Олімпійських ігор (таких комісій нині три: одна - по Іграх XXXI Олімпіади 2016 р. в м. Ріо-де-Жанейро; друга – по XXIII зимових Олімпійських іграх 2018 р. у м. [Пхьончхані](#), третя – по II Юнацьких Олімпійських іграх 2014 р. у м. Нанкін); Медична та наукова комісія МОК.

Цікаво знати:

¹ Більшість президентів МОК вийшли з «маленьких» країн і усі, окрім одного (Ейлері Брендедж), були європейцями. П'ятеро з дев'яти належали до аристократії (хоча Самаранч і Рогге були удостоєні титулів вже після обрання) (табл. 1).

Таблиця 1

Президенти МОК (за даними на серпень 2014 р.)

Президент МОК	Країна	Роки президентства
<i>Деметріус Вікелас</i>	<i>Греція</i>	<i>1894-1896</i>
<i>П'єр де Кубертен, барон</i>	<i>Франція</i>	<i>1896-1925</i>
<i>Анрі де Байє-Латур, граф</i>	<i>Бельгія</i>	<i>1925-1942</i>
<i>Зігфрід Едстрем</i>	<i>Швеція</i>	<i>1946-1952</i>
<i>Ейвері Брендедж</i>	<i>США</i>	<i>1952-1972</i>
<i>Майкл Моріс Кілланін, лорд</i>	<i>Ірландія</i>	<i>1972-1980</i>
<i>Хуан Антоніо Самаранч, маркіз</i>	<i>Іспанія</i>	<i>1980-2001</i>
<i>Жак Рогге, граф</i>	<i>Бельгія</i>	<i>2001-2013</i>
<i>Томас Бах</i>	<i>Німеччина</i>	<i>2013- по т.ч.</i>

7.4 Міжнародні спортивні федерації (МСФ)

У відповідності Олімпійської хартії (у редакції 2016 р.), для розвитку і просування олімпійського руху МОК може визнавати як міжнародні спортивні федерації (МСФ) міжнародні неурядові організації, які керують одним або декількома видами спорту на світовому рівні і включають організації, що керують цими видами спорту на національному рівні (тобто національні спортивні федерації).

На сьогоднішній день на світовому рівні МОК визнає близько 60 МСФ. Проте одна МСФ може керувати різними видами спорту. Наприклад Міжнародна федерація плавання керує не лише плаванням, але й стрибками у воду, водним поло і синхронним плаванням, тобто усіма водними видами спорту представленими на ОІ. В її компетенцію не входять лише дайвінг і

рятування на водах. Щодо зимових видів спорту, то наприклад Міжнародна федерація лижного спорту об'єднує шість дисциплін: гірські і бігові лижі, фрістайл, сноуборд, стрибки з трампліну і лижне двоборство.

В період з 1972 по 1984 рр. програма Ігор включала 21 вид спорту. За роки президентства Самаранча їх кількість зросла до 28 в Афінах та Пекіні. Проте з приходом Рогге МОК прийняв рішення що два роки проводити перегляд Олімпійської програми, а отже і списку олімпійських МСФ, залишивши, проте, максимальну кількість 28 ¹.

З 2007 року включення або виключення того чи іншого виду спорту відбувається більшістю голосів членів МОК на Сесії. На основі доповіді, в якій враховуються олімпійська історія спорту, його універсальність, популярність у телеглядачів. Вимоги до спортивних об'єктів, повага до етичних норм, робота по боротьбі з допінгом і т. д. Проте питання про появу нової дисципліни чи комплексу нагород, Виконком МОК має право вирішувати самостійно ².

Статути МСФ і їх діяльність усередині олімпійського руху повинні відповідати Олімпійській хартії, зокрема в тому, що стосується прийняття і застосування Всесвітнього антидопінгового кодексу. Кожна МСФ зберігає свою незалежність і автономію в управлінні своїм видом спорту. Місія і роль МСФ усередині олімпійського руху, згідно Олімпійської хартії, полягають в наступному:

- встановлювати і виконувати, відповідно до духу олімпізму, правила свого виду спорту і стежити за їх дотриманням;
- забезпечувати розвиток свого виду спорту у всьому світі;
- сприяти реалізації цілей, викладених в Олімпійській хартії, а саме - через розповсюдження олімпізму і розвиток олімпійської освіти;
- висловлювати свою думку з приводу кандидатур на організацію Олімпійських ігор, особливо в тому, що стосується технічних аспектів місць проведення змагань по відповідних видах спорту;
- встановлювати свої критерії допуску до змагань на Олімпійських іграх відповідно до Олімпійської хартії і передавати ці критерії на твердження в МОК;
- брати на себе відповідальність за контроль і технічне управління своїм видом спорту на Олімпійських іграх і на інших іграх, що проводяться під патронатом МОК;
- забезпечувати технічну допомогу реалізації програми "Олімпійська солідарність";
- заохочувати і підтримувати заходи, які стосуються медичної допомоги та здоров'я спортсменів.

Міжнародні спортивні федерації мають право:

- складати пропозиції МОК стосовно Олімпійської хартії і олімпійського руху;
- брати участь в підготовці олімпійських конгресів;
- брати участь, за пропозицією МОК, в діяльності комісій МОК.

Найвищим органом, що визначає політику міжнародної спортивної федерації, являється її конгрес або генеральна асамблея. Цей орган складається з усіх визнаних національних спортивних федерацій з виду спорту, а в його

функції входить затвердження статуту і внесення до нього змін, обрання членів виконкому МСФ, прийняття правил, схвалення календаря основних змагань, що проводяться, схвалення її бюджету, прийняття в МСФ нових членів.

Обраний на конгресі виконавчий орган міжнародної спортивної федерації (рада або виконком) включає до свого складу президента МСФ, одного або декількох віце-президентів, генерального секретаря, скарбника і декількох інших членів.

Відмітимо, що декілька міжнародних спортивних федерацій з деяких видів спорту організаційно сформувались раніше, ніж був заснований (у 1894 р.) МОК.

Створенням в 1894 р. МОК і початком регулярного проведення Ігор Олімпіад стимулювалося формування ряду міжнародних спортивних федерацій. В період до Першої світової війни з'явилися: в 1900 р. - Міжнародний союз велосипедистів; у 1904 р. - Міжнародна федерація футбольних асоціацій; у 1907 р. - Міжнародний союз стрілецького спорту і Міжнародний союз вітрильного спорту; у 1908 р. - Міжнародна любительська федерація плавання і Міжнародна ліга хокею на льоду; у 1912 р. - Міжнародна любительська легкоатлетична федерація, Міжнародна федерація тенісу і Міжнародна любительська федерація боротьби; у 1913 р. -- Міжнародна федерація фехтування. Крім того, в 1904 р. була створена Міжнародна федерація автомобільного спорту, що керувала розвитком цього виду спорту, який не входив в програму Олімпійських ігор, хоча і визнаний МОК. У період між Першою і Другою світовими війнами були створені ще декілька міжнародних спортивних федерацій, у тому числі: в 1920 р. - Міжнародна федерація важкої атлетики; у 1921 р. - Міжнародна федерація кінного спорту; у 1924 р. - Міжнародна федерація каное, Міжнародна федерація хокею на траві, Міжнародна федерація бобслею і тобогана і Міжнародна федерація лижного спорту; у 1926 р. - Міжнародна федерація настільного тенісу; у 1931 р. - Міжнародна федерація стрільби з лука; у 1932 р. - Міжнародну любительську федерацію баскетболу; у 1934 р. - Міжнародна федерація бадмінтону; у 1938 р. - Міжнародна асоціація бейсболу.

Після Другої світової війни (у другій половині 40-х - першій половині 50-х років ХХ ст.) були створені такі міжнародні спортивні федерації: 1946 р. - Міжнародна асоціація любительського боксу і Міжнародна федерація гандболу; 1947 р. - Міжнародна федерація волейболу; 1948 р. - Міжнародний союз сучасного п'ятиборства; 1951 р. - Міжнародна федерація дзюдо; 1952 р. - Міжнародна федерація софтболу.

Надалі були створені наступні міжнародні спортивні федерації: 1957 р. - Міжнародна федерація санного спорту; 1966 р. - Всесвітня федерація керлінгу; 1973 р. - Всесвітня федерація тхэквондо; 1987 р. - Міжнародний союз триатлону; 1998 р. - Міжнародний союз біатлону(до цього біатлон розвивався під егідою Міжнародного союзу сучасного п'ятиборства і біатлону).

Міжнародні спортивні федерації уніфікували правила своїх видів спорту, що зробило можливим розвиток міжнародного спортивного обміну. Кількість міжнародних спортивних федерацій, яким МОК надавав право на включення керованих ними видів спорту в програми Олімпійських ігор, все більш і більш збільшується.

У 2012 р., коли у Лондоні проводилися Ігри XXX Олімпіади, в їх програму входили змагання з 26 видів спорту і відповідно 39 спортивних дисциплін, що знаходяться під керівництвом 26 міжнародних спортивних федерацій, кожна з яких керує або одним, або декількома видами спорту.

На XXII зимових Олімпійських іграх, які відбулись в 2014 р. в м.Сочі, змагання проводилися із семи видів спорту у п'ятнадцяти спортивних дисциплінах, підвідомчих семи міжнародним спортивним федераціям.

З 35 міжнародних спортивних федерацій з олімпійських видів спорту штаб-квартири 19 МСФ знаходяться в Швейцарії (Лозанна, Цюріх, Женева, Базель і деякі інші міста), штаб-квартири трьох МСФ - у Великобританії, двох - в Німеччині, двох - в Республіці Корея, двох - в Монако, по одній - в Австрії, Угорщині, Іспанії, Італії, Канаді, Малайзії, США.

Цікаво знати:

¹ У 2005 році з програми Ігор в Лондоні – 2012 були виключені два види спорту (бейсбол і софтбол) і при цьому не було додано жодного (кандидатами були регбі-7 і сквош). У 2007 році програма зимових ОІ у Ванкувері була залишена без змін.

² У програму Ігор в Афінах 2004 р. було включено дисципліну стрибки на батуті (як гімнастичну дисципліну); в програму Ігор в Пекіні 2008 р. – змагання з ВМХ. Аналогічним чином в зимових ОІ з'явилися сноуборд і скелетон – відповідно в лижній і бобслейній програмах.

7.5 Національні олімпійські комітети (НОК) та їх роль у зміцненні міжнародного олімпійського руху

Національні олімпійські комітети, одночасно з МОК і міжнародними спортивними федераціями, є найважливішими структурами в міжнародній системі олімпійського спорту.

Створення національних олімпійських комітетів, їх мета і завдання.

Визнання МОК отримали більше 200 нок у всьому світі, по одному від країни. Сьогодні згідно Олімпійської хартії МОК допускає в Олімпійську систему тільки незалежні країни. Визнані міжнародним співтовариством, тобто ООН ¹.

Якщо критерії незалежності збережені, то створити НОК не складно. Для його організації вимагається як мінімум п'ять національних федерацій, три з яких представляють види спорту, що входять до програми ОІ. Будь-який член МОК обов'язково повинен входити до виконавчого комітету НОК своєї країни.

Повертаючись до історичної довідки, варто згадати, що перші національні олімпійські комітети (НОК) були визнані МОК ще у кінці XIX ст. - в період підготовки до Ігор I Олімпіади, у тому числі НОК Греції і НОК Франції - в 1894 р., НОК Австралії, НОК Австрії, НОК Угорщини, НОК США - в 1895 р., НОК Чилі - в 1896 р. і так далі.

Усі п'ять континентів уперше були представлені на Іграх V Олімпіади 1912 р. в Стокгольмі (зокрема, першою азіатською країною на Олімпійських іграх стала Японія). Російський олімпійський комітет був визнаний МОК в 1911

р., а припинив свою діяльність в 1917 р. У період між Першою і Другою світовими війнами (1918-1939 гг.) МОК були визнані національні олімпійські комітети низки країн Латинської Америки (Аргентини, Бразилії, Уругваю, Еквадору, Панами, Мексики, Колумбії, Болівії, Коста-Ріки та ін.), НОК таких європейських країн, як Іспанія, Польща і Мальта, НОК такої ази-атської країни, як Філіппіни, і т. д.

Олімпійський комітет СРСР був визнаний МОК в 1951 р. і функціонував до розпаду Союзу, що стався в грудні 1991 р. Після Другої світової війни на території Німеччини утворилися (1949 р.) дві держави ФРН і НДР. Національний олімпійський комітет ФРН був визнаний МОК в 1950 р., а Національний олімпійський комітет НДР - в 1955 р. тимчасово (за умови, що спортсмени НДР будуть брати участь в Олімпійських іграх у складі Об'єднаної німецької команди разом із спортсменами ФРН, що і відбувалося на Іграх в 1956, 1960 і 1964 рр.). У 1968 р. НОК НДР був визнаний МОК остаточно.

У ХХІ ст. лише декілька територій не входять до Олімпійської системи і можуть потенційно стати її частиною, наприклад Косово ².

В Олімпійській хартії визначено, що керівництво країни або інша влада не можуть призначати членів НОК. Проте НОК може, на свою думку, прийняти рішення про обрання як своїх членів представників цієї влади. Що стосується процедури визнання, то МОК може визнавати в якості НОК національні спортивні організації, діяльність яких пов'язана з місією і роллю МОК. МОК може також визнавати асоціації НОК, утворені на континентальному або світовому рівні. Всі НОКи і асоціації НОК повинні мати статус юридичної особи і керуватися Олімпійською хартією. Їх статuti повинні представлятися на затвердження МОК. Національна спортивна організація, що є кандидатом на визнання в якості НОК, повинна подати в МОК заявку, що демонструє відповідність усім необхідним умовам Олімпійської хартії організації-кандидата.

Національні олімпійські комітети володіють винятковим повноваженням представляти свої країни на Олімпійських іграх і на регіональних, континентальних і світових комплексних змаганнях, що проводяться під патронатом МОК (параграф 3 правила 27 Олімпійської хартії). Окрім того, відповідно до того ж параграфу правила 28, кожен НОК зобов'язаний брати участь в Іграх Олімпіади, посилаючи туди спортсменів своєї країни. Виключення в цьому відношенні останніми роками були дуже рідкісними, по суті поодинокими: в Іграх ХХVІІІ Олімпіади 2004 р. у Афінах не брав участь НОК Джібуті (держави в Африці), а на Іграх ХХІХ Олімпіади 2008 р. в Пекіні серед їх учасників не було делегації НОК Брунея (держави в Азії).

Роль НОК полягає в наступному:

- просувати фундаментальні принципи і цінності Олімпізму у своїх країнах, зокрема в сфері спорту і освіти, просуваючи програми олімпійської освіти на всіх рівнях в школах, інститутах фізичного виховання і спорту та університетах, а також спонукаючи створення закладів Олімпійської освіти, таких як національні Олімпійські академії, Олімпійські музеї та інші програми, включаючи культурні, що мають відношення до Олімпійського руху;

- забезпечувати дотримання Олімпійської хартії в своїх країнах; 2.3. сприяти розвитку спорту високих досягнень, а також спорту для всіх;
- сприяти підготовці спортивних адміністраторів, організовуючи навчальні курси та слідкуючи за тим, щоб такі курси пропагували фундаментальні принципи Олімпізму;
- вживати заходів проти всіх форм дискримінації і насильства в спорті;
- приймати і забезпечувати виконання Всесвітнього антидопінгового кодексу;
- заохочувати і підтримувати заходи, пов'язані з медичним обслуговуванням і здоров'ям атлетів.

НОКи мають виключні повноваження представляти свої країни на Олімпійських іграх та регіональних, континентальних і світових комплексних змаганнях, які проводяться під патронатом МОК. До того ж, кожен НОК зобов'язаний брати участь в Іграх Олімпіади, посилаючи туди атлетів.

НОКи мають виключні повноваження щодо вибору і призначення міста, яке може подавати заявку на організацію Олімпійських ігор у їх відповідних країнах.

З метою виконання своїх завдань, НОКи можуть співпрацювати з урядовими організаціями, з якими вони повинні розвивати гармонійні відносини. Проте, вони не повинні брати участь у будь-якій діяльності, що суперечить Олімпійській хартії. НОКи можуть також співпрацювати з неурядовими організаціями.

НОКи повинні зберігати свою автономію і протидіяти будь-якому тиску, включаючи, але не обмежуючись, політичний, юридичний, релігійний або економічний, який би міг їм завадити виконувати Олімпійську хартію.

НОКи мають право:

- позначати, ідентифікувати і називати себе «Національними олімпійськими комітетами» (НОК), до того ж їх позначення та ідентифікація повинні бути у їх назві або відноситись на назви;
 - відправляти атлетів, офіційних осіб та інших осіб команди на Олімпійські ігри відповідно до Олімпійської хартії;
 - використовувати допомогу Олімпійської солідарності;
 - користуватись деякою Олімпійською власністю під контролем МОК і відповідно до Правил 7-14 та офіційного пояснення до Правил 7-14;
 - брати участь у діяльності, яка керується або здійснюється під патронатом МОК, включаючи регіональні Ігри;
 - входити в асоціації НОК, які визнанні МОК;
 - подавати пропозиції до МОК щодо Олімпійської хартії та Олімпійського руху, включаючи організацію Олімпійських ігор;
 - висловлювати свою думку щодо кандидатур на організацію Олімпійських ігор;
 - брати участь, на прохання МОК, у діяльності комісій МОК;
 - співпрацювати у підготовці Олімпійських конгресів;
 - користуватись іншими правами, які їм надає Олімпійська хартія і МОК.
- МОК допомагає НОК виконувати їх місію, використовуючи свої різні підрозділи та Олімпійську солідарність.

Окрім заходів та санкцій, які передбачені у випадку порушень Олімпійської хартії, Виконком МОК може прийняти будь-які відповідні рішення для захисту Олімпійського руху у країні НОК, зокрема призупинення або позбавлення визнання такого НОК, якщо конституція, законодавство або інші нормативні акти, які діють у цій країні, або будь-який інший акт органу влади або іншої організації заважають діяльності НОК або формуванню і висловленню його волі. Перш ніж прийняти таке рішення

Виконком МОК повинен запропонувати відповідному НОК можливість бути вислуханим.

Незалежно від свого складу, НОКи повинні включати:

- всіх членів МОК в їх країні, якщо такі є. Ці члени мають право голосу на генеральних асамблеях НОК;
- всі національні федерації, які є членами МФ, види спорту яких включені в програму Олімпійських ігор, або їх представники;
- обрані представники атлетів. Такі представники повинні бути учасниками Олімпійських ігор. Вони повинні залишити свою посаду не пізніше ніж після закінчення третьої Олімпіади з моменту їх останньої участі в Олімпійських іграх. На прохання НОК, Виконком МОК може звільнити від вимоги, що такі представники повинні були брати участь в Олімпійських іграх

Найменування НОК повинно відповідати територіальним межах і традиціям його країни і повинно бути затверджено МОК. МОК не вимагає уніфікації назв НОК. Вони в різних країнах називаються по-різному: наприклад, Національний олімпійський комітет України, Олімпійський комітет Росії, у Великобританії - Британська олімпійська асоціація, в Німеччині - Німецький олімпійський спортивний союз і т. д.

Членами НОК є національні спортивні федерації, що займаються специфічною спортивною діяльністю у своїй країні і на міжнародному рівні, зокрема, організують і беруть участь в змаганнях і здійснюють тренувальні програми для спортсменів. НОК не повинен визнавати більш ніж одну національну спортивну федерацію (НСФ) для кожного виду спорту, що керується відповідною міжнародною спортивною федерацією (МСФ).

Всесвітня асоціація національних олімпійських комітетів (АНОК) була офіційно створена 1979 р. внаслідок небажання МОК мати справу з існуючими до того об'єднаннями НОК. Штаб-квартира АНОК розташовується в Парижі. Місія АНОК – представляти інтереси НОК і пояснювати їх точку зору з усіх питань, що пов'язані з Олімпійським рухом, особливо з ОІ. Головна функція АНОК – збирати усі НОК на генеральних асамблеях, що проводяться один раз на два роки. Кожен НОК має один голос на цих асамблеях згідно принципу «Одна країна – один голос». Незмінний президент АНОК Маріо Васкес Ранья (Мексика) ніколи не протиставляв цю організацію МОК і в 1991 р. став його членом.

В АНОК входять п'ять континентальних асоціацій, до того ж деякі з них існують довше аніж сама АНОК. Сьогодні кожна асоціація проводить власні спортивні змагання на тих же принципах і умовах, які лежать в основі організації МОК ОІ: Азіатські ігри проводяться з 1951 р., Панамериканські – з 1951 р., Тихоокеанські – з 1963 р., Африканські – з 1965 р., Європейський

юнацький олімпійський фестиваль – з 1991 р. Останній призначений для юнаків у віці до 18 років і має як зимову так і літню версії (так само й Азіатські ігри).

Хоча НОК об'єднує спільна місія, вони значно відрізняються у залежності від того, яку саме країну представляють. Їх можна згрупувати наступним чином:

- 7.6 політично незалежні НОК, які мають значні власні ресурси в доповнення до наданих організацією «олімпійська солідарність або державою (Австралія, Бельгія, Італія, Канада, США і Японія);
- 7.7 політично незалежні НОК, які не мають власних значних фінансових ресурсів (НОК Великобританії, Австрії, Бразилії, Нової Зеландії, Португалії, Франції, Швейцарії);
- 7.8 НОК, які контролюються національною владою як за допомогою фінансових механізмів, так і політичними засобами (колишні країни СРСР, більшість азіатських, Африканських та латиноамериканських країн);
- 7.9 «примарні» НОК, що з'являються один раз в кожні чотири роки з розрахунком на символічну участь в Іграх (НОК Джибуті, Ефіопії та деякі ін.).

Міжнародний олімпійський комітет допомагає НОК виконувати їх місію, використовуючи свої особисті підрозділи і "Олімпійську солідарність". МОК рекомендує національним олімпійським комітетам регулярно (по можливості щорічно) організовувати у своїх країнах Олімпійський день або Олімпійський тиждень з метою популяризації олімпійського руху, включати у свою діяльність пропаганду культури і мистецтва в області спорту і олімпізму, брати участь в програмах "Олімпійській солідарності", знаходити джерело фінансування - тими способами, які сумісні з фундаментальними принципами олімпізму.

У разі порушення Олімпійської хартії, Всесвітнього антидопінгового кодексу і будь-якого іншого нормативного акту, сесією МОК або виконкомом МОК стосовно НОК можуть бути застосовані такі заходи і санкції, як тимчасове усунення (вирішує виконком МОК), тимчасове позбавлення визнання (вирішує виконком МОК), остаточне позбавлення визнання (вирішує сесія МОК), відміна права організувати сесію МОК або Олімпійський конгрес (вирішує сесія МОК).

Окрім заходів і санкцій, передбачених у разі порушення Олімпійської хартії, МОК може прийняти усі необхідні заходи для захисту олімпійського руху в країні того або іншого НОК (а саме - припинення або позбавлення визнання такого національного олімпійського комітету), якщо діючі в цій країні конституція, законодавство або інші нормативні акти або будь-який акт урядового органу або будь-якої іншої організації заважають діяльності НОК або формуванню і вираженню його волі.

Цікаво знати:

¹ Умова МОК про визнання країни-кандидата ООН обумовлена тим, що в свій час Хуану Антоніо Самаранчу довелося вирішувати питання стосовно Гібралтару і Каталонії, які створили місцеві НОК, що стало болючою темою для президента – іспанця. Проте, з будь-якого правила є виключення. МОК дозволив Палестині приймати участь в Іграх 1996 р., хоча її територія

формально не є незалежною державою. Свій НОК зберіг Гонконг, після того як в 1997 р. колишня британська колонія зєдналася з Китаєм, а от Макао не було дозволено мати власний НОК.

2

Кількість НОК на різниці континентах

Частина світу	Азія	Америка	Африка	Європа	Океанія
Кількість НОК	44	42	53	49	17

7.6. Міжнародна олімпійська академія (МОА), Олімпійський музей

Проблеми олімпійської освіти - поширення знань про олімпізм, історію Олімпійських ігор Сиародавньої Греції і сучасності, принципи та ідеї сучасного спорту, місце олімпійського спорту в системі виховання і освіти, його зв'язки з іншими явищами громадського життя, теорія і практика підготовки і змагальної діяльності спортсменів й інші питання - постійно знаходяться у сфері особливої уваги Міжнародного олімпійського комітету. Питання олімпійської освіти уперше були порушені на 3-ій сесії МОК (1897 р.) в Гаврі і неодноразово обговорювались на його наступних сесіях.

Засновник Олімпійських ігор сучасності Пьер де Кубертен підкреслював, що МОК повинен чітко усвідомлювати свою освітню роль в олімпійському русі і зобов'язаний забезпечити належне місце спорту в освітніх програмах в усіх країнах світу. В той же час перший «фундаментальний принцип» Олімпійської хартії каже, що Олімпізм з'єднує «спорт з культурою і освітою². спрямовуючись до створення «стилю життя, який базується на радості від зусилля, виховній цінності хорошого прикладу, соціальній відповідальності і повазі до всезагальних основних етичних принципів».

Сьогодні існують різні організації, покликані вирішувати завдання олімпійської освіти, - Міжнародна олімпійська академія (МОА), Олімпійський музей, національні олімпійські академії (НОА), міжнародні і національні центри олімпійських досліджень і освіти, Міжнародний комітет Пьера де Кубертена та ін.

Останніми роками в навчальні програми з фізичного виховання в загальноосвітніх школах і вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту включається навчальні дисципліни "Олімпійський спорт", «Олімпійська освіта», створюються кафедри олімпійського спорту, що стали освітніми і дослідницькими центрами. Наприклад, в Україні за ініціативою її Національного олімпійського комітету, Олімпійської академії України і за підтримки Міністерства освіти і науки України в навчальні програми введені обов'язкові розділи, присвячені історії Олімпійських ігор, а також факультативні курси для поглибленого вивчення олімпійського спорту.

Комісія атлетів МОК рекомендувала створити в різних країнах академії спорту - організації, які об'єднували б тих видатних спортсменів, хто завершив спортивну кар'єру, життєвий шлях яких може служити прикладом для дітей і молоді. Наприклад, у створеній в 2006 р. Академії спорту України об'єднані

відомі спортсмени, що здобули не лише видатні результати в спорті, але і успіхи в житті після закінчення спортивної кар'єри. Члени цієї Академії проводять безліч заходів для дітей і молоді - олімпійські уроки, тематичні зустрічі, різного роду змагання, виступають в засобах масової інформації. Основні аспекти такої діяльності - культурні, історичні, виховні і освітні цінності олімпійського спорту, патріотизм, працелюбство і самовіддача, без яких, як і в будь-якій іншій сфері діяльності, неможливі досягнення в спорті.

Уперше ідею створення навчального центру на території Стародавньої Олімпії офіційно висловив представник НОК Греції професор Йоаніс Христафіс на VIII Олімпійському конгресі 1925 р. при обговоренні питання про відродження Стародавнього гімнасія. У 1927 р. під час відвідування Пьером де Кубертенем Греції у зв'язку з відкриттям в Олімпії меморіальної стели, встановленої на честь відродження Олімпійських ігор, знову було піднято питання про відкриття в Олімпії культурного центру.

На сесії МОК, проведеною в Афінах в 1934 р., усебічно розглядалося питання про створення в Олімпії культурно-освітнього закладу. НОК Греції запропонував своїми силами реконструювати стадіон і іподром в Олімпії, побудувати археологічний музей за рахунок засобів країн-учасниць, зберегти священний Алтис. Особлива заслуга у вирішенні цього питання належить генеральному секретареві НОК Греції Йоанісу Кетсеасу і професорові з Німеччини Карлу Діему. Ініціатори створення Міжнародної олімпійської академії представляли її подібній відомій Академії Платона - освітній установі, заснованій в IV ст. до н.е.

Відповідно були сформовані принципи діяльності Олімпійської академії, в основі яких виявилися поширення і захист філософії олімпізму, її духовних і моральних цінностей, протидія всякого роду зовнішнім діям, здатним завдати збитку гуманістичній складовій олімпійського спорту. Формування цих принципів спиралося на багаторічну діяльність Пьера де Кубертена, який упродовж десятиліть домагався вдосконалення філософських, виховних і освітніх сторін олімпійського спорту. Ці питання Кубертен неодноразово піднімав на Олімпійських конгресах, звертаючи увагу і на необхідність створення університетської освітньої установи космополітичного і демократического плану, основною метою якого стало б поширення олімпійських принципів, досягнень і ідеалів.

У 1938 р. Карл Діем запропонував створити в Олімпії Міжнародну олімпійську академію, яка, по його задуму, повинна була працювати під керівництвом Міністерства освіти і Олімпійського комітету Греції. Діем розробив структуру академії, написав зразковий навчальний план і почав активне листування з цього питання з Йоанісом Кетсеасом - генеральним секретарем Олімпійського комітету Греції. Проект був підтриманий Олімпійським комітетом Греції, отримав підтримку МОК, проте його реалізація затримувалась з фінансових міркувань.

Урочисте відкриття Міжнародної олімпійської академії відбулося літом 1961 р. одночасно з відкриттям стадіону Стародавньої Олімпії. В ті роки в Олімпії не було ні бібліотеки, ні аудиторій. Слухачі МОА жили в наметах, а займалися на відкритому повітрі. У період з 1961 по 1964 р. робота Міжнародної олімпійської академії обмежувалася проведенням щорічних сесій.

У наступні роки об'єм роботи МОА і її роль в системі олімпійської освіти стали розширюватися. Нині МОА щорічно проводить в Олімпії більше сорока міроприємств, що мають важливе значення .

У заходах МОА за 1961-2009 рр. прийняли участь більше 40 тис. учасників з різних куточків нашої планети. Багато хто з них вніс значний вклад до поширення олімпійських ідеалів у своїх країнах.

За великі заслуги в реалізації гуманістичних ідей олімпізму, розвиток олімпійського руху МОА була двічі (у 1961 і 1970 рр.) удостоєна призу Бонакоса (члена МОК для Італії в 1925-1953 рр.), в 1981г. нагороджена Олімпійським кубком, заснованим Пьером де Кубертенем.

Постійно удосконалюється матеріально-технічна база Міжнародної олімпійської академії. У 1967 р. введена в дію перша будівля Академії. На її території з'явилися нові спортивні споруди, облаштовані гуртожитки і інші об'єкти. У 1994 р. було завершено будівництво нового конференц-центру, що відповідає усім сучасним вимогам.

Основний напрям діяльності Міжнародної олімпійської академії - її функціонування як міжнародного культурного центру, покликаного зберігати і поширювати дух олімпізму, вивчати і реалізовувати громадські і виховні принципи Олімпійських ігор, консолідувати різні сили навколо олімпійської ідеї.

Для досягнення поставленої мети МОА у своїй діяльності реалізує такі завдання:

- діяти як міжнародний академічний центр олімпійської освіти і досліджень;
- діяти як міжнародний форум для вільного вираження і обміну ідеями серед членів олімпійської сім'ї - вчених, спортсменів, спортивних керівників, педагогів, діячів мистецтва, а також молоді всього світу;
- об'єднувати людей всього світу у дусі дружби і співпраці;
- застосовувати отримані знання і досвід реалізації ідей олімпізму в різних країнах;
- берегти і поширювати ідеї і принципи олімпійського руху у світі;
- співпрацювати і підтримувати національні олімпійські академії і інші інститути, основою діяльності яких являється олімпійська освіта;
- проводити подальші дослідження в галузі олімпізму, а також сприяти підвищенню його ролі в розвитку сучасного суспільства.

В основі діяльності Міжнародної олімпійської академії лежить реалізація освітніх програм шляхом проведення щорічних міжнародних сесій:

- студентської молоді;
- аспірантів і докторантів;
- президентів національних олімпійських академій, членів і представників національних олімпійських комітетів і національних спортивних федерацій;
- викладачів вищих навчальних закладів, коледжів, шкіл і інших освітніх структур;
- представників установ і організацій, діяльність яких пов'язана з олімпійським рухом, - національних олімпійських академій, міжнародних спортивних федерацій, об'єднань спортивної медицини, асоціацій тренерів, суддів і спортивних керівників;

- спортивних журналістів;
- спортсменів-учасників Олімпійських ігор.

У МОА також проводяться спеціальні сесії для інститутів, що не мають прямого відношення до олімпізму, але спрямованих на поширення олімпійських ідей. Підтримуються візити спеціалістів, дослідження яких присвячені розвитку олімпійського руху, проводяться наукові конференції та ін.

Керівництво діяльністю МОА здійснює *адміністративна рада*, яка складається з президента, трьох віце-президентів та п'яти членів. Всі вони, разом з президентом, є членами НОКу Греції та інших грецьких організацій. Раду МОА НОК Греції обирає на 4 роки.

Академія організовує літні сесії протягом у два тижні. Ці сесії проводяться в Олімпії. Згідно статуту можуть бути проведені і додаткові сесії в будь-який інший час.

Заявки на участь в сесіях подаються національними олімпійськими комітетами. Кожна держава має право делегувати для участі в сесії не більше 10 чоловік. Перевага надається студентам та аспірантам інститутів фізичної культури, а також спортивним діячам, тренерам та провідним спортсменам. Число учасників сесій досягає 200 чоловік, а кількість лекторів – 20. Видатки на проведення сесій бере на себе Олімпійський комітет Греції.

В періодз 1961 по 1964 рр. роботу МОА було обмежено тільки проведенням щорічних сесій. Пізніше роль МОА в олімпійській системі збільшилась. Наприклад, у 1990 р. було проведено 21 сесію, в якій взяло участь більш ніж 2100 слухачів. Станом на 1 січня 1994 р. МОА відвідало 25 тис. Чоловік з 90 держав.

Ще одним культурним центром олімпійського спорту, який зберігає його культурні цінності та історію є Олімпійський музей, який був заснований 23 червня 1993 за ініціативою Голови МОК Хуана Антоніо Самаранча. Два роки по тому Олімпійський музей завоював титул "Європейського музею 1995 року".

Основна мета Олімпійського музею це просування цінностей спорту і олімпізму. Реалізується вона у наступних напрямках:

- 1 Обмін інформацією та передовим досвідом.
- 2 Заохочення співпраці із загальних питань, з якими стикаються члени Олімпійського руху.
- 3 Робота над загальними проектами, зокрема над виставами, освітніми програмами, заходами, управлінням колекціями, зв'язком та комерційним розвитком.
- 4 Пошук шляхів для масштабної роботи мережі олімпійських музеїв з метою підвищення ефективності і досягнення економії.

Олімпійська мережа музеїв нині включає 22 музеї у різних країнах світу, які тісно співпрацюють і доповнюють матеріали один одного.

Олімпійський музей в Лозанні, проводить тимчасові і постійні виставки творів мистецтва, що мають відношення до спортивної інфраструктури та олімпійського руху. Налічує понад 10 тисяч експонатів, що робить його найбільшим спортивним олімпійським музеєм у світі.

До музею прилягає живописний парк з безліччю скульптур на спортивну тематику, серед яких найбільшу популярність здобули "Американський атлет" француза Огюстїна Родена і робота його співвітчизниці Нікі де-Сен-Фалло "Футболісти".

Артефакти в колекціях Олімпійського музею представляють широке коло історичних епох. Робота музею полягає у тому, щоб зберегти і поділитися цією унікальною спадщиною. Музей завжди прагне до послїдовності в своїх колекціях, які розробляються в рамках фїнансових і матеріально-технічних ресурсів.

Олімпійський музей завжди перебуває у пошуках матеріалів, які б могли заповнити прогалини у його колекціях. Зусилля фахівців, в основному фокусується на придбанні предметів, які рїдко або недостатньо представлені в його колекціях, в тому числі спортивного обладнання до 1984, унїформи спортсменів від 1964, церемонїальнї вбрання до 1988, артефакти перших Олімпійських ігор в сучасну епоху.

Кожні два роки, під час і після кожних Олімпійських ігор, музей зосереджує свою діяльність на зборї символїчної атрибутики, таких як медалї, офіційнї плакати, талїсмани й інвентар спортсменів переможців та артефактів, що ілюструють олімпійські цїнності, церемонї та Олімпійську спадщину.

7.7. Штаб-квартира МОК і її правовий статус на території Швейцарїї

Упродовж останнїх 30 років Олімпійській системї все частїше доводиться зіштовхуватися, створюваний протягом ХХ та початку ХХІ столїття, сьгодні знаходиться у конфронтації з органами державної влади і юридичними нормами, які вони вводять на національному чи мїжнародному рївнях.

В 1960-х роках мїжнародним спортом заїкавилася ООН. Бойкоти, оголошенї Грам деякими урядами в 1972 р., серйозно вплинули на Олімпійську систему. В 1995 році у спортивному секторї активно розпочали діяти ЄС та його члени.

Кїнець ХХ столїття став переломним моментом для спорту через випадки вживання допїнгу, корупції і насилля. Саме такі проблеми призвели до того, що уряди рїзних країн почали все активнїше приймати участь в управліннї свїтовим спортом і змушували олімпійську систему шукати і розвивати новї шляхи роботи з органами державної влади

Не дивлячись на зовнїшнї ознаки, які час від часу вказують на протилежне, МОК не є мїжнародною організацією в повному сенсї цього слова, а являє собою неурядову організацію в організаційно-правовїй формї асоціації, яка діє у відповідностї до законодавства Швейцарїї. Оскїльки штаб-квартира МОК з 1915 року розташована в Лозаннї, цей статус з 1970 року чїтко прописаний в Олімпійській хартїї і робить МОК юридичною особою Швейцарїї. Бїльше того, в спортивному законодавствї багатьох країн МОК вказаний як хоронитель олімпійських ідеалів і (або) як організація, котра формує список заборонених для використання речовин (сьгодні це завдання лежить на Всесвїтньому антидопїнговому агентствї).

Під час Першої свїтової вїйни президент МОК барон П'єр де Кубертен, запропонував перенести штаб-квартиру організації з Парижу в невелике мїсто

на березі Женевського озера у Швейцарії. Так, після 21-го року, проведеного на берегах Сени, МОК переїхав спочатку до будівлі лозаннського казино Монбенон, потім до вілли Мон-Репо і, нарешті, в 1968 році в замок Віді. У 1986 році відкрив свої двері «Олімпійський дім» - вперше в історії Олімпійського комітету вся його діяльність була зосереджена в одній будівлі.

В 1980 році, під час президентства Самаранча, МОК постійно підвищував рівень свого міжнародного визнання, починаючи з країни, яка його прийняла ¹.

1981 року МОК отримав у власність комерційні права на олімпійські кільця згідно договору, підписаному в Найробі під егідою Всесвітньої організації інтелектуальної власності. Таким чином, в 1981 році МОК був визнаний Швейцарією і в певній мірі – частиною міжнародного співтовариства, а саме тими країнами, які підписали даний договір про охорону олімпійського символу в Найробі ².

Це визнання, тим не менше, залишається нестабільним. Прошло вже більше 30 років, а МОК все ще немає домовленості зі Швейцарією про штаб-квартиру, не дивлячись на те, що такі неурядові організації, як Міжнародна асоціація повітряного транспорту, Міжнародний комітет Червоного Хреста і Глобальний фонд боротьби зі СНІДом, туберкульозом і малярією, вже підписали схожі договори кілька років тому. Ймовірно, уряд Швейцарії хоче уникнути прецеденту, яким могли б скористатися приблизно 30 штаб-квартир МСФ, які розташовані на її території. Проте деякі з них і не прагнуть цього.

За часи президентства у Швейцарії Адольфа Огі було зроблено окремі спроби покращення умов для МОК і тих МСФ, штаб-квартири яких розташовані у Швейцарії. Зокрема, Огі домігся, щоб в 1997 році спорт був включений у ведення очолюваного ним департаменту оборони. Він також був президентом Заявочного комітету міста Сьон (Швейцарія), яке було претендентом на проведення зимових Ігор і яке ефектно провалилося в ході голосування МОК в 1999 році.

Врешті 1 листопада 2000 року МОК і уряд Швейцарії підписали Угоду про статус МОК у Швейцарії.

У 2001 році кантон (адміністративно-територіальна одиниця Швейцарії) Во і місто Лозанна у тісній співпраці зі Швейцарською конфедерацією сформулювали найбільш сприятливі умови для приблизно 25 МСФ. Ці умови стосувалися в'їзду в країну проживання, дозволу на роботу і податкових зобов'язань співробітників цих організацій. На березі Женевського озера спорудили міжнародний спортивний адміністративний комплекс, який «поселив» невеликі федерації, тоді як масштабніші (UEFA, UCI, FIVB) побудували власні споруди, наслідуючи приклад МОК, який зробив це 20 років до того.

Отже, ХХІ століття вдало розпочалося для МОК та інших спортивних організацій, які базувалися у Швейцарії. Таким чином, Лозанна цілком виправдовує титул Олімпійської столиці, який їй надав МОК в 1993 році.

Цікаво знати:

¹ 17 вересня 1981 року Федеральна рада Швейцарії видала указ про «особливий характер міжнародного закладу», який підтверджував два привілеї для МОК:

1. звільнення від прямих податків на доходи;
2. можливість набирати адміністративний персонал без обмежень за національною ознакою. Для МОК це було дуже вагомим. Адже в той час іноземцю було вкрай важко отримати дозвіл на роботу у Швейцарії.

² США і ще 15 країн не підписали договору в Найробі, оскільки це було не вигідним з комерційної точки зору для їхніх Ноків.

7.8. Олімпійська система і ООН

В 1960-х роках МОК вирішив підвищити свій авторитет на міжнародній арені і з цією метою звернувся в Організацію Об'єднаних Націй. Саме у цей час ООН особливо почала цікавитися спортом у зв'язку з проблемою апартеїду.

Під натиском міжнародного співтовариства МОК заборонив Південній Африці приймати участь в олімпійських заходах починаючи з Ігор 1964 року в Токіо. Команда з Родезії, де в той час при владі перебував фашистський режим, була відсторонена від Ігор 1972 року в Мюнхені, не дивлячись на те, що вже прибула до Німеччини. МСФ також довелося виключити ці країни зі своїх змагань. Деякі федерації, наприклад регбі і крикету, відмовлялися виключати їх, проте самі стали об'єктами різних бойкотів в ЗМІ.

Вища рада африканського спорту – орган, заснований 1965 року для організації перших Всеафриканських ігор і пов'язаний з деякими африканськими урядами, під приводом приїзду в Пд. Африку команди Нової Зеландії з регбі оголосив бойкот Іграм 1976 року в Монреалі, не дивлячись на те, що регбі не входило до програми Ігор. Наступного року ООН прийняла резолюцію проти апартеїду у спорті, яка у 1985 році стала Конвенцією¹. Лише після зміни політичного режиму Пд. Африка змогла повернутися в лоно Олімпійської системи – в 1992 році на іграх в Барселоні, через 25 років після виключення.

ООН втручається також у світову спортивну систему шляхом різних ембарго, які вводяться в результаті конфліктів або громадянських війн. Одне з них, яке стосується колишньої Югославії, мало особливий вплив на олімпійську систему на початку 1990-х років. Резолюція Ради Безпеки №757 вперше згадала спорт в якості предмету санкцій і тим самим поставила під загрозу участь югославських спортсменів (головним чином із Сербії) в Іграх 1992 року в Барселоні.

МОК визнав НОК Словенії і Хорватії одразу ж, як тільки ці країни були визнані міжнародним співтовариством: участь в Іграх спортсменів із утворених держав не була проблемою з точки зору олімпійських і міжнародних порядків. Проте Іспанія, як член ООН, почувала себе зобов'язаною відсторонити команду НОК Югославії від участі в Іграх наперекір усім правилам МОК, що гарантують доступ до Ігор усім визнаним НОКом. Таким чином, через ООН все міжнародне співтовариство чинило тиск на МОК. Змусивши його виключити Югославію. МОК уже стикався з подібною проблемою, яка вперше постала перед ним в 1976 році, коли влада Канади відмовила у можливості в'їжджати на територію країни тайванським спортсменам під приводом того, що Канада визнавала лише Китайську Народну Республіку. Володіючи кращими дипломатичними

навиками, ніж його попередник Кілланін, який у підсумку погодився з рішенням Канади, тодішній президент МОК Самаранч знайшов компромісне рішення: югославські спортсмени виступали на Іграх як «незалежні» учасники, під Олімпійським прапором.

Це рішення було прийнято в результаті переговорів з ООН, які були проведені її колишнім співробітником, що згодом став радником президента МОК, - ефіопом Фетру Кидане. Працюючи в минулому журналістом. Він дуже добре розумів функціонування як Олімпійської системи, так і ООН і став правою рукою Самаранча після Ігор в Барселоні. відповідаючи за зближення цих двох організацій. В 1993 році на 48-й Генеральній асамблеї ООН були розглянуті дві резолюції:

1. передбачалося створення Олімпійського перемир'я ², беручи до уваги Ігри 1994 року в Ліллекхаммері;
2. пропонувалося оголосити 1994 рік Міжнародним роком спорту і Олімпійського ідеалу.

Обидві резолюції були прийняті одноголосно.

Члени ООН закликали утриматися від будь-яких військових дій протягом 15 днів Ігор і один тиждень до і після їх проведення ³. Подібні резолюції пропонуються з 1996 року усіма країнами, які організують літні чи зимові Ігри, і приймаються Генеральною Асамблеєю ООН осінню, безпосередньо перед кожними Іграми. Ці документи сьогодні є частиною символічної традиції олімпійських ігор.

Проте, ефективність цього механізму фактично ніколи не перевірялася. З 1994 року багато війн не припинялися на період Ігор. В тому числі і війни за участю військ країни, яка приймала Ігри. Наприклад італійська армія воювала в Іраку під час Ігор 2006 року в Турині; Росія підтримувала збройний конфлікт на сході України під час проведення Зимових ігор 2014 року в Сочі). Тим не менше, варто нагадати, що США не бомбардували Ірак під час Ігор 1998 року в Нагано, не дивлячись на те, що прес-секретар американського президента заявляв, що зовнішня політика США не приймає до уваги спортивні події.

Більше того, кожна наступна резолюція адресується до МОК і тим самим робить більш помітною його роль на міжнародній арені. Окрім того, за ініціативою уряду Греції, МОК створив особливий фонд, розташований в Лозанні та Афінах, покликаний увічнити Олімпійське перемир'я. Його очолюють президент МОК та колишній міністр закордонних справ Греції, а керівництво здійснює посол Греції. МОК вважає цей комітет засобом розповсюдження ідеалів миру і підвищення міжнародного статусу Комітету.

Зблизившись з ООН, в 1990-х роках МОК підписав велику кількість угод про співпрацю з більшістю агентств ООН і з її дочірніми структурами, такими як Програма ООН з міжнародного контролю над наркотиками і попередженню злочинності (1995 р.), Всесвітня метеорологічна організація (1996 р.), Всесвітній банк (1996 р.), Програма розвитку ООН (1996 р.), Всесвітній поштовий союз (1997 р.), Продовольча і сільськогосподарська організація ООН (1997 р.) та ін. Окрім того активна співпраця ведеться між МОК та Управлінням Верховного Комісара ООН по справах біженців, Міжнародним союзом електрозв'язку, Спільною програмою ООН з ВІЛ/СНІДу і т. д.

Невелика відстань, яка відділяє Лозанну, де розташовується МОК, від Женеви, де знаходиться європейська штаб-квартира ООН, беззаперечно, не останній фактор, який сприяє цій кількості підписаних угод.

Прапор ООН здіймається над олімпійськими стадіонами з Ігор 1998 року в Нагано. Президенти МОК двічі були запрошені на Генеральну Асамблею ООН – в 1995 р. (Самаранч) і 2002 р. (Рогге) ⁴.

Наприкінці 2001 року, генеральний секретар ООН Кофі Аннан призначив спеціальним радником зі спорту задля розвитку і миру Адольфа Огі, який вийшов зі складу уряду Швейцарії наприкінці 2000 року. В європейській штаб-квартирі ООН в Женеві, виходячи із вкрай обмеженого бюджету, виділеного швейцарською Конфедерацією, Огі створив офіс і мобілізував різні компоненти системи ООН, об'єднавши їх у міжвідомчу групу зі спорту, яку очолив сумісно з директором Дитячого фонду ООН. В 2003 році Огі організував Перший міжнародний форум зі спорту задля розвитку і миру у швейцарській федеральній спортивній школі в Маколіне.

Наприкінці 2003 року Огі приймав участь в голосуванні на Генеральній Асамблеї ООН з приводу запропонованої Тунісом резолюції про економічний і соціальний розвиток засобами спорту. Як наслідок, 2005 рік було оголошено Міжнародним роком спорту, і в Маколіне відбувся Другий міжнародний форум зі спорту задля розвитку і миру. Адольф Огі пішов у відставку наприкінці 2007 року, після того як допоміг створити перше Управління зі спорту задля розвитку і миру у нью-йоркській штаб-квартирі ООН.

Таким чином спортивний рух досягнув політичного прогресу в межах ООН, на межі ХХ-ХХІ ст. В 1950-60-х рр. спорт належав головним чином до сфери діяльності ЮНЕСКО, оскільки він вважався частиною як культурного, так і фізичного виховання, яким і займається ця спеціалізована організація ООН, розташована в Парижі. Наприклад, в 1958 році, вона схвалила створення Міжнародної ради зі спортивної науки і фізичного виховання, як автономної організації, що об'єднала усі структури, спрямовані до співпраці в цій сфері.

Проте, лише після бойкотів групи африканських країн, викликаних расовим апартеїдом у Південно-Африканській республіці, на Іграх 1972 та 1976 років Генеральний директор ЮНЕСКО Амаду-Махтар М'Боу знову звернув увагу на спорт. В 1976 році в Парижі була організована Перша Міжнародна конференція міністрів і керівних працівників, відповідальних за фізичне виховання і спорт (МІНЕПС I). В 1978 році були створені Міжурядовий комітет з фізичного виховання і спорту, а для фінансового забезпечення його діяльності – Міжнародний фонд для розвитку фізичного виховання і спорту. Зрозуміло, що ЮНЕСКО позиціонувала себе як прямого конкурента МОК і Олімпійської хартії. За допомогою МСФ і їх президента, швейцарця Томаса Келллера МОК утримував удар, не дивлячись на вагомі політичні проблеми, в тому числі бойкоти Ігор в Монреалі (1976) і Москві (1980).

Президенту Самаранчу вдалося помякшити ситуацію, підписавши угоду про співпрацю спершу з Генеральним директором ЮНЕСКО Амаду-Махтар М'Боу, а згодом – з його прибічником Федеріко Майором, який був земляком і другом Самаранча. МІНЕПС II, яка відбулася в Москві в 1988 році, сприяла прийняттю спільної резолюції ЮНЕСКО та МОК з проблеми допінгу, яка загострилася після скандалу навколо Бена Джонсона на Іграх в Сеулі в тому ж

році. В 1989 році Генеральна конференція ЮНЕСКО прийняла три резолюції, пов'язані зі спортом: про боротьбу з допінгом, про захист універсальності Олімпійських ігор і про необхідність співпраці між керівництвом країн і спортивними організаціями. Прийняті до резолюції ООН про олімпійське перемир'я, резолюції ЮНЕСКО були свого роду, першим свідченням міжнародного визнання МОК.

Коли на початку 1990-х років спортом серйозно зацікавилася ООН, ЮНЕСКО в значній мірі відійшла на другий план. МІНЕПС III, яка відбулася в Пуанта-Дель-Есте (Уругвай) в 1999 році, була практично непомітною. В 2000 році новий Генеральний директор ЮНЕСКО Коїтіро Мацуура, скоротив субсидії у спортивному секторі. І лише три роки по тому, у 2005 році, ЮНЕСКО знову проявила зацікавленість до цієї сфери, прийнявши Міжнародну конвенцію проти допінгу.

Цікаво знати:

¹ Південноафриканська бігунка Зола Бадд, бажаючи прийняти участь в іграх 1984 року в Лос-Анджелесі, змушена була отримати британський паспорт, що стало можливим завдяки громадянству її предків. В 1988 році подібні ситуації були заборонені.

² В античні часи Олімпійське перемир'я (екехірія) захищало усіх, хто тримав шлях в Олімпію на Ігри, які вважалися священним святом. Передбачалось, що грецькі міста-держави гарантують цим людям вільний прохід по своїй території, не дивлячись на безперервні війни.

³ Упродовж усієї історії сучасних Олімпійських Ігор по причині I та II Світових війн не було проведено Ігри Олімпіади 1916 (Берлін), 1920 (Антвеперн), 1940 (Гельсінкі) та 1944 рр. (Лондон) та відповідно Зимові Олімпійські ігри 1940 Гарміш-Партенкірхен та 1944 рр. (Кортіна-д'Ампеццо).

⁴ В 2000 році, коли 160 керівників держав і урядів зустрілися в нью-йоркській штаб-квартирі ООН на Семіті тисячоліття, була прийнята фінальна резолюція, яка включає параграф, який закликав держави-учасниці дотримуватися Олімпійського перемир'я і підтримувати МОК в його намаганнях розповсюджувати ідеї миру і взаєморозуміння засобами спорту і Олімпійських ідеалів. Включення такого пункту в урочисту декларацію – це, по суті, дипломатичний успіх МОК, який, при цьому, є формою його визнання з боку міжнародного співтовариства.

7.9. Європа і спорт

Спорт зародився і першочергово розвивався в Європі: у Греції, якщо говорити про античні часи, чи в Англії, якщо вести мову про сучасний спорт. Цікаво, що європейські організації почали цікавитися спортом, як соціальним і економічним феноменом лише через багато років після свого заснування. Коли в 1957 році був підписаний Римський договір і забезпечена база для єдиного ринку, відомого сьогодні як Європейський союз, спорт не стояв на порядку денному, хоча й Італія незадовго до цього виступила організатором зимових Ігор в Кортіна-д'Ампеццо, а Рим було обрано столицею літніх Ігор 1960 року.

Щоправда, тоді спорт ще не був справжньою індустрією і чиновники, зокрема президент МОК Ейвері Брендедж, не хотіли мати справи з урядами країн.

Наприкінці 1960-х років зацікавленість спортом почала проявляти Рада Європи. Ця міжурядова асоціація, заснована в 1949 році і розташована у Страсбургу (Франція), фактично об'єднала усі західноєвропейські країни – їх було значно більше, аніж тих, що приєдналися до Римського договору (початково шість). Навіть Швейцарія, яка зберігала нейтралітет, була членом Ради з самого її заснування. Після падіння Берлінської стіни більшість країн, які були дещо осторонь, також увійшли в Раду, не дивлячись на те, що критерії вступу були і залишаються достатньо жорсткими.

У відношенні спорту Рада Європи спершу задовольнялася регулярним проведенням зустрічей чиновників вищого рангу, генеральних секретарів і міністрів спорту, які у той час почали з'являтися в урядових структурах європейських країн. Країни Східної Європи проводили аналогічні конференції, які президент Самаранч відвідував щорічно в період з 1980 до 1988 року. Ці конференції проходили вже після створення в 1973 році Європейської спортивної конференції як підрозділу покликаного сприяти зближенню східного і західного блоків Конференції з безпеки і співпраці в Європі (сьогодні Організація з безпеки і співробітництва в Європі). Проте, враховуючи кардинальні політичні зміни в Європі, ця організація повністю втратила свій вплив, не дивлячись на те, що формально продовжує існувати.

В 1971 році в якості першого важливого кроку Рада Європи підтримала створення в Брюсселі центру спортивної інформації «Кліринг хаус», який був закритий 30 років потому, втративши актуальність, але тим не менше збільшивши зацікавленість європейських країн до спорту. В 1975 році Рада змусила міністрів спорту прийняти Європейську хартію «Спорт для всіх», де простежувалася ідея зробити заняття спортом доступними для більшості населення, оскільки це корисно для здоров'я, освіти, соціальної інтеграції, туризму і т. д. В 1977 році Рада Європи створила Комітет з розвитку спорту, щоб об'єднати представників урядових і неурядових організацій, зацікавлених спортом, зокрема європейські спортивні федерації, які почали розвивати свої структури¹. Комітет з розвитку спорту існує на засоби фонду, створеного в 1978 році і контролюється щорічною Конференцією міністрів.

В 1970-х роках увагу ради Європи почали привертати й інші аспекти спорту. Основним виявилася гостра проблема допінгу, по відношенню до якої було прийнято кілька резолюцій і декларацій. В 1989 році була підписана антидопінгова Конвенція – міжнародний договір, ратифікований великою кількістю країн, в тому числі і за межами Європи.

В 1985 році, кілька місяців потому як на стадіоні «Ейфель» (Брюссель) трагічно загинули близько 40 людей під час фінального матчу Кубка Європи², Рада прийняла Конвенцію «про попередження насилля і хуліганської поведінки глядачів під час спортивних заходів, зокрема футбольних матчів». Разом із законом, прийнятим в деяких країнах-учасниках, ця Конвенція допомогла зупинити стрімке зростання хуліганства.

В 1992 році Рада Європи прийняла Кодекс спортивної етики, призначений для вирішення етичних проблем, які виникають у спорті (расизм, насилля та ін.) і просування принципу справедливої гри. Цей документ є додатком до

Спортивної хартії Європи, розробленої в тому ж році з метою підтвердити невід'ємне право кожної людини на спорт і фізичний розвиток.

Сьогодні, на початку XXI ст., Рада Європи продовжує стежити за дотриманням прийнятих нею різних конвенцій. Не дивлячись на те, що питаннями спорту замість раніше існуючого окремого управління тепер займається простий відділ. Проте, у 2007 році Рада започаткувала Розширену часткову угоду зі спорту для покращення фінансування своєї діяльності в цьому напрямі. В майбутньому головним засобом участі Ради в питаннях спорту, без сумнівів буде Європейська конвенція з прав людини, яка має свій власний суд в Страсбургу під егідою Ради. В цей суд все частіше звертаються спортсмени, які вважають, що порушуються їх права. Цікаво зазначити, що якщо на початку політика Ради Європи по відношенню до спорту була зосереджена на спорті для звичайних людей («спорт для всіх»), то сьогодні основну увагу приділяє спорту вищих досягнень, видовищним видам спорту і керівництву ними.

Рада Європи не має спеціальної законодавчої основи, яка б дозволила їй запропонувати чітку політику у сфері спорту усьому суспільству. Проте цей недолік не заважає європейським організаціям втручатися у справи спорту принаймні з 1974 року. Саме тоді Суд правосуддя Європейських співтовариств (вища судова інстанція ЄС) виніс рішення по справі «Уолрейв і Кох проти Міжнародного союзу велосипедистів», де йшлося про те, що спорт потрапляє під законодавство Європейського союзу. Якщо мається на увазі його фінансова діяльність, як у випадку професійних велоперегонів. Цей вердикт був підтверджений рішенням, винесеним в 1976 році по справі «Донья проти Пантеро», цього разу справі, яка стосувалася футболу. Під це визначення потрапляє не лише професійний спорт, але й олімпійський, оскільки він також включає фінансову діяльність, яка може протирічити фундаментальним принципам законодавства Союзу.

В 1983 році Європейське економічне співтовариство (ЄЕС), як його тоді називали, інформувало МОК і спортивні федерації про несумісність деяких їх фінансових дій з принципами Римського договору. Найбільшою мірою це стосувалося футболу у зв'язку з правилами переходу гравців з однієї команди в іншу і з обмеженнями на кількість іноземних гравців, які є громадянами країн ЄС. В тому числі під прицілом опинилась УЄФА і ФІФА, які, проте, вважали, що зможуть уникнути суду, оскільки діяли на більшій території, аніж ЄЕС.

МОК не вважав себе прямо причетним до цієї проблеми. Не дивлячись на те, що в той час він поступово відкривав допуск до Олімпійських ігор професійним спортсменам, спонсорам і приватним телеканалам. І все ж, в 1993 році Олімпійський комітет Німеччини і Німецька спортивна конфедерація відреагували на дії ЄС створенням бюро зі зв'язків з ЄС в Брюсселі, роль якого полягала у тому, щоб впливати на політику ЄС і його рішення у сфері спорту. Інші НОК і спортивні конфедерації підтримали цю спробу (Австрія, Данія, Нідерланди, Норвегія, Фінляндія, Франція і Швеція), як і Європейські олімпійські комітети (континентальна асоціація НОК). Спорт, як й інші суспільні групи, розпочав лобістську діяльність³ в Брюсселі. В 2001 році директор маленького брюссельського бюро став помічником президента МОК.

І лише відома «справа Босмана»⁴, яку Європейський суд розглядав в 1995 році, змусила спортивний рух зрозуміти, що часи змінилися. Суд виніс рішення, яке стало предметом постійних дебатів і великої кількості публікацій.

Ця справа викликала переполох у спортивному житті і дала привід іншим футболістам звертатися до суду з аналогічних питань: зокрема, у 2001 році так вчинив темношкірий Балог, проте у його випадку мова йшла не про громадянство країн ЄС. Не дивлячись на те, що Балог в останній момент відкликав свою претензію і справу було залагоджено, УЄФА і ФІФА все ж довелося прийняти до уваги зауваження Суду і змінити свої правила міжнародних трансферів. Це був перший випадок, коли міжурядова організація через свою судову систему змусила спортивну організацію відмовитися від деяких своїх «спортивних» правил, які тягнуть за собою фінансові наслідки. Іншим федераціям необхідно було діяти аналогічним чином, зокрема, Міжнародній федерації баскетболу після інциденту з фінським гравцем Лехтоненом у 2000 році. Коли річ йшла про трансферний дедлайн. Не дивлячись на те, що позиція Федерації у цій справі була стійкою, вона тим не менше вирішила забрати усі національні квоти для професійних команд не лише в Європі, але й в усьому світі.

Міжнародна автомобільна федерація, що керує перегонами «Формула-1» також була змушена змиритися з Єврокомісією, в цьому випадку представленою генеральним директором з конкуренції. Часи, коли спортивні федерації не вважали себе суб'єктом національного чи міжнародного законодавства через світові масштаби своєї діяльності, закінчилися.

«Справа Ковпака» (словацького гандболіста) у 2003 році в черговий раз довела, що європейське законодавство застосовується і по відношенні до країн, які не входять до ЄС, але підписали Договір про асоціацію з ЄС. Вплив ЄС на спорт досяг світових масштабів.

Після «Справи Босмана» футбольні та інші професійні спортивні змагання в Європі почали набирати фінансових обертів. В тому числі. Вони почали привертати увагу головних медіа груп, оскільки можливості трансферів після їхньою лібералізації значно збільшились. Зросла заробітна плата гравців, і клуби намагалися перевершити один одного, ризикуючи своїми грошми. Зіштовхнувшись з цим феноменом, клуби почали шукати нові способи фінансування (спонсорство, продаж прав на телетрансляції), які привели їх у ще більший тиск європейського права, зокрема того, яке стосується конкуренції.

Для подолання негативного впливу законодавства ЄС на економіку спорту спортивний рух запропонував прописати в законодавстві ЄС «виключне становище спорту», подібно виключному становищу культури, встановленому раніше по відношенню активів і послуг, пов'язаних з цією важливою сферою європейської самосвідомості. Велика кількість оглядачів посилювалися на існуючі виключення із антимонопольного закону США, завдяки якому декілька професійних американських видів спорту безбідно існували з 1960-х років.

На якийсь час УЄФА і ФІФА здалося, що «виключне становище» може бути рятівним для них, хоча Європейський суд справедливості у справах, які він розглядав, далеко не завжди приймав рішення проти спортивного руху⁵.

В 1991 році на прохання спортивного руху Єврокомісія започаткувала перший Європейський спортивний форум. Він має консультативний характер і

проводиться приблизно один раз на рік. Збираючи представників неурядових спортивних організацій і європейських державних органів для обговорення важливих тем.

У 1992 році Євросоюз фінансував Ігри в Альбервілі і Барселоні і, відповідно, його символіка була присутня на церемоніях відкриття і закриття.

В 1997 році при підписанні амстердамського договору, який вносив зміни до Римського та Маастрихтського договорів, європейські голови держав і урядів в числі інших договорів прийняли Декларацію з питань спорту. Вона визначала соціальну значущість спорту, зокрема його роль у формуванні особистості і об'єднанні людей. По цій причині Декларація закликала органи ЄС прислухатися до спортивних асоціацій. Коли розглядаються важливі питання, що стосуються спорту. Особлива увага, при цьому, повинна зосереджуватися на особливостях олімпійського спорту.

Ця невелика Декларація означала провал спроби за фіксування «виключного становища» спорту в тексті Договору, проте була першою правовою основою для управління спортом на європейському рівні не лише з фінансової точки зору.

У 2000 році на засіданні Європейської ради в Ніцці була прийнята нова Декларація. Ініціатива походила від Франції. Ніццька декларація більш детальна, аніж амстердамська, підтверджує соціальну значущість спорту, який повинен бути доступний кожному і визнає центральну роль спортивних федерацій та їх незалежність у встановленні спортивних правил. Вона залишає за клубами право готувати нові спортивні кадри і закликає до захисту молодих спортсменів. Окрім того вона рекомендує спортивним організаціям гарантувати чесність проведення змагань і адаптувати контракти спортсменів стосовно правових особливостей спорту.

Не дивлячись на детальність Ніццької декларації, їй все ж не вдалося забезпечити правову базу, таку ж міцну, як статті Договору, присвячені, наприклад, свободі пересування чи конкуренції.

Таким чином, спортивний рух в Європі продовжував закликати до включення спорту в європейські договори..

У лютому 2002 року з'явилася можливість розробити європейську конституцію. На саміті міністрів спорту в Альмерії представники 11 європейських країн підтримали ідею про те, що спорт не повинен бути тією сферою, у яку може втручатися ЄС. На цій базі було прийнято рішення оголосити Європейський рік спорту, беручи до уваги Євро-2004 в Португалії та Ігри Олімпіади в Афінах 2004 р – дві події, інфраструктури яких частково фінансував ЄС.

У проекті Європейського конституційного договору, представленого на саміті в Салоніках (Греція) і прийнятого у 2004 році, мова про спорт йшла у ст. 16, де про нього згадувалося поряд із освітою та культурою і більш детально – в ст. III-182, яка встановлювала прямий зв'язок спорту із зазначеними сферами.

Європейська конституція, не дивлячись на те, що була ратифікована деякими країнами ЄС, провалилась після референдумів у Франції та Нідерландах, у підсумках яких зазначені країни відкинули її. «Спрощенна» версія була прийнята в грудні 2007 року. Стаття 149 нового Договору передбачає, що «Союз буде сприяти розвитку спорту в Європі, беручи до уваги

специфічну природу спорту, його структури, базовану на принципах добровільної діяльності, і його соціальну і освітню функції». Окрім іншого, в тексті йдеться, що дії Союзу будуть спрямовані на «розвиток європейського спорту, пропаганду чесності і відкритості у спортивних змаганнях, співпрацю між відповідальними за спорт органами і захист фізичної і моральної недоторканості спортсменів і спортсменок». У свою чергу, документ не визнає виключного становища спорту по відношенню до закону про конкуренцію, він просто дозволяє ЄС враховувати визначені особливості спорту.

Проте й виключне становище спорту не до кінця влаштувало МОК та МСФ, оскільки вони прагнули цілковитої незалежності від європейських суддів.

Літом 2007 року Єврокомісія опублікувала свою першу Білу книгу про спорт, яка готувалася протягом багатьох місяців. Метою цього видання було визначити стратегічний напрям по відношенню ролі спорту в Європі і запропонувати ряд ініціатив, як конкретних, так і загального характеру, які склали в комплексі «План дій Кубертена», не будучи, при цьому, ні законами, ні постановами.

Підтвердивши знову, що спортивна діяльність є предметом застосування законів ЄС і відкинувши виключне становище спорту, цей документ, тим не менше визнає, що спорт володіє двома специфічними характеристиками, які варто враховувати: правилами, що гарантують цілісність спортивних змагань і пірамідальною структурою федерацій, створених на основі національних організацій. Проте, МСФ, МОК та ФІФА доволі жорстко відреагували на цей документ, випустивши спільний прес-реліз, що само по собі вкрай рідкісне явище. Вони заявили, що Біла книга знаходиться «в повному протиріччі з фактичною архітектурою Олімпійського руху, ігноруючи, в тому числі, регулюючі компетенції міжнародних федерацій».

МОК і ФІФА приєдналися до УЄФА та інших європейських федерацій з командних видів спорту, вимагаючи більш стабільного правового середовища для спорту в Європі, зокрема, надання спортивним організаціям можливості самостійно і з власного розсуду встановлювати для себе правила. У листопаді 2007 року їм вдалося змусити уряди Нідерландів та Франції підписати звернений до Євро комісії меморандум з проханням про більшу юридичну визначеність в питаннях професійного спорту. В тому ж місяці, реагуючи на стурбованість Євро комісії з приводу насилля (хуліганської поведінки і расизму) та корупції (договірні матчі і незаконні ставки) у футболі, президент УЄФА закликав до створення у співпраці з Євро полем європейської спортивної поліції.

Не дивлячись на викликане публікацією Білої книги розчарування, великі спортивні організації світу і Європи заявили, що вони хотіли б продовжити співпрацю з країнами – членами ЄС, Європарламентом і Єврокомісією. Така співпраця фактично стала нормою протягом наступних років. Вищі урядові органи Європи у значній мірі впливали на світ спорту, подобалося це спортивним організаціям чи ні.

Цікаво знати:

¹ В 1960 році УЄФА організувала кубок націй, відомий сьогодні як Євро, - один із провідних спортивних заходів у світі.

² Ейзельська трагедія трапилася 29 травня 1985 року перед фінальним матчем Кубка європейських чемпіонів між англійським «Ліверпулем» та італійським «Ювентусом», коли дії англійських футбольних фанатів спричинили тисняву і як наслідок обвал стіни стадіону «Ейфель» (Брюссель, Бельгія). Загинуло 39 осіб, 32 з яких були італійськими тифозі (футбольні фанати), сотні людей отримали травми. Найцікавіше те, що після всього що відбулося матч не було скасовано!

³ Лобізм (англ. lobbyism) — скоординована практика обстоювання інтересів чи чинення тиску на законодавців і чиновників неурядовими організаціями, фінансово-промисловими групами чи етнічними спільнотами на користь того або іншого рішення.

⁴ 1995 р. Європейський суд справедливості виніс своє знаменне рішення щодо справи Босмана (бельгійський футболіст, який виступав за клуб «Льєжж»). По завершенні справи Європейський суд наклав "вето" на обмеження клубами кількості гравців, котрі походять з країн Європейського Союзу і відмінив правило, згідно якого гравець ще протягом 18 місяців після закінчення контракту належав клубові.

⁵ Бельгійська дзюдоїстка Дельєж оспорила рішення Федерації дзюдо Бельгії, яка виходячи з діючих національних правових норм, забороняла участь спортсменки в Іграх в Атланті. У 2000 році європейські судді прийняли рішення проти позивача і визнали можливість спортивних організацій керуватися визначеними організаційними правилами, прийнятими в їхній сфері діяльності, наприклад при відборі спортсменів.

7.10. Правова база сучасної Олімпійської системи

В 1999 році проблеми, пов'язані з допінгом і корупцією викрили суттєві недоліки статусу і структури МОК. Негативні наслідки цих проблем для іміджу Олімпійського руху, за який платять гроші спонсори і телевізійні компанії, могли б, нехай і не одразу, привести, не дивлячись на внутрішні реформи, до краху організації, яка існує вже більше 100 років і зуміла протягом усього цього часу проводити заходи світового значення, якими є Олімпійські ігри.

Сьогодні спорт, який часто порівнюють з цивілізованою формою війни, ставить своїх лідерів і кращих спортсменів у становище, що схоже на становище генералів і солдатів ХІХ ст., які приймали участь у війнах без будь яких заборон. Будучи одного разу свідком нелюдської різни в битві під Сольферіно ¹ Анрі Дюнан зі Швейцарії в 1863 році заснував Міжнародний комітет Червоного Хреста (МКЧХ) для захисту громадян і військових жертв збройних конфліктів. Своім вчинком він поклав початок міжнародному гуманітарному праву, спрямованому на те, щоб війна стала більш «цивілізованою».

Сьогодні існуючі структури Червоного Хреста і Червоного Півмісяця могли надихнути нову правову базу олімпійської системи. Вони складаються з трьох компонентів, об'єднаних загальними Основоположними принципами:

МКЧХ, національні товариства, Червоного Хреста і Червоного Півмісяця і міжнародна федерація цих товариств (МФОЧХ і ЧП; заснована 1919 року).

МКЧХ як і МОК є простою асоціацією, яка діє у відповідності зі швейцарським законодавством, але володіє особливими, офіційно дарованими йому повноваженнями, прописаними в Женевських конвенціях і додаткових протоколах. Всі 15-25 членів МКЧХ є громадянами ми Швейцарії.

Виходячи із побажання, висловленого в 1981 році на олімпійському Конгресі в Баден-Бадені, МОК вступив у переговори з ООН з метою розробити конвенцію, яка стала б захистом для Олімпійських ігор. Процес був призупинений через побоювання, що країни - члени ООН можуть скористатися цим документом, щоб вимагати структурних змін Олімпійської системи, подібних до тих, до яких закликали соціалістичні країни в 1950-1960-х роках, наприклад призначення членів МОК урядами тих країн, громадянами якої вони є, за принципом – «одна країна – один голос». МОК вирішив задовольнитися обмеженим визнанням, отриманим завдяки послідовним резолюціям про Олімпійське перемир'я і, зокрема, завдяки першій з них, в якій оголошено 1994-й рік на честь сторіччя Комітету Міжнародним роком спорту і Олімпійського ідеалу.

В 1999 році олімпійська система вступила в партнерство з владами різних країн для створення Всесвітнього антидопінгового агентства, яке сьогодні користується більшим міжнародним визнанням, аніж МОК, завдяки конвенції ЮНЕСКО про боротьбу з допінгом у спорті, прийнятої у 2005 році.

По великому рахунку, оновлене партнерство між олімпійською системою і органами державної влади можна було представити собі у вигляді «Лозаннських конвенцій», названих так на знак визнання особливої ролі, яку відіграє це швейцарське місто з часів Кубертена. Вказані документи повинні охопити усі основні проблеми олімпійського спорту: корупцію, допінг і насилля. Вони можуть об'єднати вже наявні Етичний і Всесвітній антидопінговий кодекси. Крім того, вони повинні бути тісно пов'язані з МСФ, які не мають еквіваленту в моделі МКЧХ, за виключенням великої кількості неурядових гуманітарних асоціацій. Прикладом повинні послужити дві європейські конвенції: про запобігання насиллю на спортивних заходах і про боротьбу з допінгом, - що визнають додаткову відповідальність органів влади і добровільних спортивних організацій. Їх підписали близько 40 європейських країн.

Як і МКЧХ, МОК відіграє центральну роль у своїй системі, його майбутні члени, однак, не повинні бути громадянами однієї країни, як члени МКЧХ, але можуть походити, наприклад, з країн, які приймали Ігри чи тих, які мають своїх громадян на постах керівників МСФ. Всесвітнє представництво було б гарантовано АНОК, яка об'єднує усі НОКи. Розширені олімпійські конгреси, які відбуваються кожні 8 років, об'єднали б делегатів з МОК, НОК, МСФ і країн – учасниць «Лозаннських конвенцій». З часом, наприклад, бути кандидатами на організацію Ігор чи допускатися до участі в них могли б лише країни, котрі підписали зазначені конвенції. Така широкомасштабна реформа, враховуючи досвід МКЧХ, пішла б на користь Олімпійському руху і краще б задовольняла його потреби, аніж нинішні структури, створені ще в кінці ХІХ ст.

Цікаво знати:

¹ Битва під Сольферіно (*італ.* *Batalla de Solferino*, *нім.* *Schlacht von Solferino*, *фр.* *Bataille de Solférino*) - найбільша битва Австро-італо-французької війни 1859 року, яка відбулась 24 червня 1859 року між коаліцією Франції та П'ємонту і Сардинського королівства проти армії Австрійської імперії поблизу Сольферіно в Ломбардії. Військами Франції командував Наполеон III, військами П'ємонта та Сардинії — Віктор Емануїл II, австрійською армією — імператор Франц Йосиф I. Битва закінчилась перемогою франко-італійської коаліції.

Рекомендована література

Основна:

15. Бріскін Ю. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі : [монографія] / Юрій Бріскін. – Львів : Край, 2006. – 346 с. – ISBN 966-547-206-2.

16. Олімпійський спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 1. – 736 с. – ISBN 978-966-8708-15-2.

17. Олімпійський спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 2. – 696 с. – ISBN 978-966-8708-17-6.

18. Платонов В. Н. Олімпійський спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.

19. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.

20. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464с. – ISBN 966-7133-71-0.

21. Энциклопедия Олимпийского спорта : в 5 т. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004.

Допоміжна:

23. Бріскін Ю. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. / Юрій Бріскін. – Львів : Ахілл, 2003. – 128 с. – ISBN 966-7617-51-3.

24. Бріскін Ю. Проблеми реалізації олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2011. – Вип. 12, т. 1. – С. 13–17.

25. Воробйов П. Г. На славу спорту в ім'я честі / Воробйов П. Г., Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1976. – 264 с.

26. Заседа І. І. Олімпійці / Заседа І. І. – Київ : Молодь, 1975. – 224 с.

27. Суник О. Б. Від Олімпії до Москви / Суник О. Б. – Київ : Здоров'я, 1980. – 200 с.

28. Трофим'як Б. Є. Фізична культура і спорт в Українській РСР / Трофим'як Б. Є. – Львів : Вища школа, 1987. – 160 с.
29. Фірсель Н. Й. Олімпійська зима: нариси / Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1978. – 152 с.
30. Хавин Б. Н. Все об Олимпийских играх / Хавин Б. Н. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 607 с.
31. Шанин Ю. В. Герои античных стадионов / Шанин Ю. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 141 с.
32. Шанин Ю. В. Олимпийские игры и поэзия эллинов / Шанин Ю. В. – Київ : Вища школа, 1980. – 184 с.
33. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова. – Київ : Олімпійська література, 2009. – 400 с. – ISBN 978-966-8708-14-5.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.
2. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.poc-ukr.org/>
3. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>
4. **Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.paralympic.org.ua>**
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.paralymp.ru>
6. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
7. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
8. Sochi Olympics-2014 Winter Games [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.sochi2014.com>
9. История Олимпийских Игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympiady.ru>
10. Олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>

Тема 9.

Організація, проведення і програма Олімпійських ігор

9.1 Місце проведення Ігор Олімпіад і Зимових Олімпійських ігор

Ігри Олімпіад проводяться протягом першого року Олімпіади, а зимові Олімпійські ігри – протягом третього календарного року Олімпіади (як уже пояснювалося, Олімпіада – це чотирирічний період між Іграми).

Відповідальність за проведення Олімпійських ігор МОК покладає на місто, що вибирається як місто-організатор Ігор. Дати проведення Олімпійських ігор визначаються виконкомом МОК.

Раніше – у період з 1924 по 1992 р. включно – Ігри Олімпіад і зимові Олімпійські ігри проводилися в тому самому році. У 1991 р. МОК приймає рішення про розведення за часом Ігор Олімпіад і зимових Олімпійських ігор.

Непроведення Олімпійських ігор протягом року, на який вони намічені, спричиняє ануляцію прав міста-організатора без нанесення збитку іншим правилам МОК.

Тривалість змагань Олімпійських ігор не повинна перевищувати шістнадцяти днів (не включаючи церемонії закриття і відкриття Ігор).

Вибір міста-організатора Олімпійських ігор є винятковою прерогативою МОК. Ці вибори повинні відбутися (за винятком надзвичайних обставин) за сім років до початку Олімпійських ігор.

Заявка на проведення Олімпійських ігор

Місто може вважатися заявником на проведення Олімпійських ігор у тому випадку, якщо заявка міста затверджена національним олімпійським комітетом відповідної країни.

Заявка на проведення Олімпійських ігор повинна подаватися в МОК офіційною владою міста-кандидата зі схвалення НОК. При цьому офіційні влади і НОК повинні гарантувати, що Олімпійські ігри будуть проводитися за правилами і відповідно до умов, висунутими Міжнародним олімпійським комітетом. У випадку, якщо в одній країні є кілька потенційних міст-кандидатів

на організацію тих самих Олімпійських ігор, за рішенням національного олімпійського комітету відповідної країни заявку може подати тільки одне місто.

Уряд країни, у якій знаходиться місто, що претендує на право організації і проведення Олімпійських ігор, повинен представити в МОК гарантійне зобов'язання, відповідно до якого зобов'язується почати все необхідне і підтверджує, що країна і її керівництво будуть дотримуватися і поважати Олімпійську хартію. Виставити свою кандидатуру на проведення Олімпійських ігор може тільки місто, а не країна.

З дня подачі в МОК заявки на проведення Олімпійських ігор НОК країни, місто якої подав заявку на організацію Ігор, повинний контролювати процедуру. Разом з містом національний олімпійський комітет повинний нести відповідальність за дії і поведінку міста в зв'язку з поданою заявкою.

Усі міста, що подали заявку на проведення Олімпійських ігор, повинні пройти процедуру затвердження, що здійснюється виконкомом МОК. Виконком МОК встановлює деталі цієї процедури і визначає, які міста будуть прийняті як міста-кандидати. Містами-кандидатами на проведення Олімпійських ігор вважаються міста, що за рішенням виконкому МОК пропонують свої кандидатури на сесії Міжнародного олімпійського комітету.

Оцінювальна комісія

Президент МОК призначає оцінювальну комісію – для оцінки міст-кандидатів на проведення Олімпійських ігор (окрема оцінювальна комісія по кожних Іграх). До її складу входять члени МОК, представники МСФ, НОК, Комісії спортсменів та Міжнародного параолімпійського комітету. Членом комісії не може бути громадянин країни міста-організатора.

Оцінювальна комісія вивчає кандидатури міст-кандидатів, інспектує місце проведення змагань і представляє письмовий звіт усім членам МОК не пізніше, ніж за місяць до відкриття сесії МОК, на якій буде обрано місто-організатор Олімпійських ігор.

Процедура вибору міста-організатора

Вибори міста-організатора ОІ проводяться у країні, у якій немає міст-кандидатів на проведення відповідних ОІ. Вибір міста-організатора відбувається на сесії МОК за допомогою таємного голосування. Для того, щоб місто було визнано містом-організатором ОІ, за нього повинна проголосувати більшість членів МОК (половина голосів плюс один). Якщо жодне з міст не набрало такої кількості голосів, оголошується другий тур виборів, у який проходять усі кандидати окрім одного, що набрав найменшу кількість голосів. Процедура повторюється.

Відповідно до вимог виконкому МОК, усі міста-кандидати повинні представити свої фінансові гарантії. Виконком МОК приймає рішення про те, чи дає ці гарантії саме місто, чи інші компетентні місцеві регіональні чи державні органи влади, чи треті сторони.

Після завершення виборів МОК укладає письмову угоду (контракт) з містом-організатором Олімпійських ігор і національним олімпійським комітетом країни, у якій знаходиться це місто.

Історична довідка – ЦЕ ЦІКАВО!!!

**** Коли кількість ще не означала якість***

На початку ХХ ст. претендентів на проведення ОІ було небагато. Крім того, Ігри II і III Олімпіад (1900 і 1904 р.) були присвячені до всесвітніх виставок, що проходили в містах-організаторах.

Однак у міру росту популярності олімпійського спорту кількість міста-кандидатів зростало. Приміром, на проведення Ігор XI Олімпіади (1936 р.) претендувало відразу 11 міст; 10 міст боролись за право проведення Ігор XII Олімпіади 1940 р. (які не відбулися з- за Другої світової війни).

Ще більша активність була зареєстрована, коли зважувалося питання про проведення Ігор XVI і XVII Олімпіад (1956 і 1960 р.): в обох випадках на право організації Ігор Олімпіади претендувало по 16 міст.

Однак збільшення кількості видів спорту й учасників ОІ, необхідність будівництва складних спортивних споруджень, олімпійських сіл і рішення багатьох інших питань, пов'язаних із проведенням ОІ на усе більш високому організаційному і матеріально-технічному рівні, привели до істотного зниження активності серед міст.

**** Коли фінанси співали романси***

На організацію і проведення ОІ завжди були потрібні значні витрати. Проведення ОІ ставало економічно не вигідним для міст-організаторів. Яскравим прикладом тому послужили Ігри XX і XXI Олімпіад (1972 і 1976 р.), після яких в містах – організаторах (Мюнхена і Монреалю) залишилися борги на суму 800 млн доларів США і 1 млрд доларів США відповідно.

У 70-х роках ХХ в. МОК випробував серйозні утруднення в зв'язку з вибором міст, готових взяти на себе роботи з організації, проведенню і фінансуванню олімпійських змагань. Навіть при виборі столиці Ігор XXIII Олімпіади (1984 р.) МОК зштовхнувся з гострою проблемою, коли Тегеран зняв свою кандидатуру і претендентом залишився один Лос-Анджелес, влада якого не гарантувала гідної організації і проведення Ігор. Однак надалі інтенсивна комерціалізація і політизація олімпійського спорту й одержувані від проведення Олімпійських ігор вигоди для міст-організаторів і країн різко підвищили конкуренцію серед міст.

**** Політичні та інші міркування***

На проведення Ігор Олімпіади 1996 р. претендували шість міст (Атланта, Афіни, Торонто, Мельбурн, Манчестер і Белград). При голосуванні запекла боротьба відбувалася між Атлантаю, Афінами і Торонто. У результаті право на проведення Ігор одержала Атланта, чому в чималому ступені сприяла перспектива великих доходів від Ігор Олімпіади-1996, якщо вони будуть проведені в США, хоча історична справедливість вимагала, щоб 100-літній ювілей Ігор Олімпіад був відзначений в Афінах – столиці Ігор першої Олімпіади сучасності (1896 р.). Це було б тим більше справедливо, що до моменту голосування в Афінах уже було побудоване більшість сучасних спортивних споруджень для проведення олімпійських змагань, тому що влади Греції й Афін були переконані, що МОК зробить вибір на їх користь.

Не менш гостра ситуація склалася і при виборі столиці Ігор XXVII Олімпіади 2000 р. Право на проведення цих Ігор заперечували шість міст. Спочатку найбільш ймовірними кандидатами представлялися Берлін, Пекін і Сідней. В усіх турах голосування Пекін лідирував. Після першого туру зі списку кандидатів був виключений Стамбул (отримавший найменшу кількість голосів), після другого – Берлін, після третього – Манчестер. В останньому турі за кандидатуру Сіднея проголосували 45 членів МОК, за кандидатуру Пекіна – 43. Таким чином, через 44 роки після Ігор XVI Олімпіади в Мельбурні (1956 р.) олімпійською столицею знову стало австралійське місто. Без сумніву, на результатах голосування позначився виступ проти кандидатури Пекіна Конгресу США, державних і політичних діячів Великобританії і ряду інших країн Заходу, що звинувачували керівництво КНР у порушеннях прав людини.

Пізніше (у 2001 р.) Пекін був обраний столицею Ігор XXIX Олімпіади 2008 р., упевнено випередивши інших кандидатів-фіналістів.

На проведення Ігор XXX Олімпіади 2012 р. претендували дев'ять міст: Гавана, Лейпциг, Лондон, Мадрид, Москва, Нью-Йорк, Париж, Ріо-де-Жанейро і Стамбул, а переможцем виборів став Лондон. Слід зазначити, що на право проведення Ігор XXX Олімпіади в деяких країнах претендувало по кілька міст, тому були організовані конкурси на національному рівні. Наприклад, у Німеччині на проведення цих Ігор претендували п'ять міст (Лейпциг, Гамбург, Штутгарт, Франкфурт, Дюссельдорф), по двох — в Іспанії (Мадрид і Севілья), у Бразилії (Ріо-де-Жанейро і Сан-Паулу) і в США (Нью-Йорк і Сан-Франциско).

Зростає і кількість міст, що бажають стати організаторами зимових Олімпійських ігор. Досвід показує, що навіть тільки участь у конкурсі є гарною рекламою для міста як центра міжнародного туризму і зимового спорту.

Столицею XVII зимових Олімпійських ігор (1994 р.) після напруженої боротьби з трьома конкурентами стало норвезьке місто Лиллехаммер.

На проведення XVIII зимових Олімпійських ігор (1998 р.) претендували п'ять міст: Нагано (Японія), Хака (Іспанія), Естерсунд (Швеція), Аоста (Італія), Солт-Лейк-Сити (США). Столицею XVIII зимових Олімпійських ігор став Нагано.

Бажання стати містом-організатором зимових Олімпійських ігор 2006 р. виразили шість міст: Хельсінкі (Фінляндія), Клагенфурт (Австрія), Піп рад (Словаччина), Сьон (Швейцарія), Турін (Італія), Закопане (Польща). Перемогу одержав Турін.

На проведення XXI зимових Олімпійських ігор (2010 р.) претендували вісім міст: Андорра-ла-Велья (Андорра), Берн (Швейцарія), Харбін (Китай), Хака (Іспанія), Пхенчхан (Республіка Корея), Зальцбург (Австрія), Сараєво (Боснія і Герцеговина), Ванкувер (Канада). Виконком МОК визнав містами-кандидатами Берн (який незабаром відмовився), Зальцбург, Пхенчхан, Ванкувер — і коло фіналістів звужився до трьох.

Слід зазначити, що, наприклад, при доборі міст-кандидатів на проведення XXI зимових Олімпійських ігор 2010 р. оцінювалася здатність кожного з претендентів провести ці змагання на високому рівні з обліком 11 технічних критеріїв: підтримка уряду і суспільна думка, загальна інфраструктура, спортивні спорудження, Олімпійське село, умови навколишнього середовища і їхній вплив, розміщення, транспорт, безпека, досвід попередніх спортивних змагань, фінанси і загальна концепція.

9.2 Підготовка і проведення Олімпійських ігор

МОК доручає організацію ОІ НОК країни, де знаходиться місто-організатор, а також самому місту-організатору. НОК несе відповідальність за створення з цією метою Організаційного комітету (ОКОІ), який з моменту утворення звітується безпосередньо Виконкому МОК.

МОК укладає письмову угоду з містом-організатором і НОК цієї країни. На розсуд МОК, інші місцеві, регіональні та національні органи влади, та, при необхідності, інші НОКи і місцеві, регіональні та національні органи влади за межами країни-господаря, також можуть бути учасниками такої угоди. Ця угода, що називається Контракт із містом-організатором, підписується всіма сторонами одразу після обрання міста-організатора.

ОКОІ має статус юридичної особи у своїй країні. До нього входять член або члени МОК для країни, президент і генеральний секретар НОК, як мінімум один представник, визначений містом-організатором, представники органів влади.

Діяльність ОКОІ регламентується Олімпійською хартією, угодою між МОК, НОК та містом-організатором, нормативними актами та інструкціями Виконкому МОК.

НОК, ОКОІ та місто-організатор обов'язково несуть спільну та індивідуальну відповідальність за всі зобов'язання, які вони взяли на себе порізно або колективно, щодо організації та проведення Олімпійських ігор, за винятком фінансової відповідальності за організацію та проведення таких Ігор, яка повинна бути спільно та обов'язково взята на себе містом-організатором та ОКОІ, без упередження до будь-якого зобов'язання будь-якої іншої сторони, особливо що виходить із гарантії, наданої згідно з Роз'ясненням до Правил 33. МОК не несе ніякої фінансової відповідальності у відношенні до організації і проведення Олімпійських ігор.

У випадку порушення правил Олімпійської хартії або інших правил та інструкцій МОК, або невиконання зобов'язань, взятих на себе НОК, ОКОІ або містом-організатором, МОК має право в будь-який момент прийняти рішення, з його негайним введенням у дію, про позбавлення міста-організатора, ОКОІ і НОК права проводити Олімпійські ігри, зберігаючи за собою право на компенсацію за збиток, нанесений відміною Ігор Міжнародному олімпійському комітету. В цьому випадку НОК, ОКОІ, місто-організатор і країна, в якій знаходиться місто-організатор, всі урядові та інші органи влади або інші сторони – на міському, місцевому, регіональному або іншому національному рівні - не мають права вимагати від МОК будь-якої компенсації.

Напрями діяльності ОКОІ:

- забезпечити рівні умови для кожного виду спорту в програмі Ігор, а також забезпечити проведення змагань відповідно до правил міжнародних спортивних федерацій;
- не допустити проведення політичних демонстрацій чи мітингів у місті, де проводяться Ігри, чи в його околицях;
- вибрати, а в разі потреби і створити відповідні спортивні споруди, а також забезпечити все необхідне устаткування й оснащення;
- розмістити спортсменів, обслуговуючий персонал і офіційних представників;
- організувати медичне обслуговування;
- вирішити транспортні проблеми;
- задовольнити потреби засобів масової інформації для того, щоб забезпечити належне висвітлення Ігор;
- організувати культурні заходи, що є невід'ємним компонентом проведення Олімпійських ігор;
- надати заключний звіт про проведення Ігор на двох офіційних мовах і поширити його протягом двох років після закінчення Ігор.

Координаційна комісія з Олімпійських ігор

З метою покращення організації Олімпійських ігор і взаємодії між МОК, ОКОІ, МФ та НОК, Президент МОК повинен призначити Координаційну комісію з Олімпійських ігор (далі Координаційна комісія). До Координаційної комісії повинні входити представники МОК, МФ, НОК і

представники атлетів. Голова Координаційної комісії керує і забезпечує робочі зв'язки між цими сторонами.

Позбавлення права на організацію і проведення Ігор

У випадку не дотримання Олімпійської хартії чи інших нормативних актів МОК, невиконання взятих на себе НОК, ОКОІ чи містом-організатором обов'язків, МОК має право у будь-який момент позбавити місто-організатор, ОКОІ і НОК права на організацію ОІ, зберігаючи за собою право на компенсацію за збитки, спричинені скасуванням ОІ. У цьому випадку НОК, ОКОІ та місто-організатор не мають права вимагати від МОК будь-якої компенсації.

Олімпійське селище

Для розміщення всіх спортсменів, офіційних осіб і персоналу команд в одному місці ОКОІ організує Олімпійське селище на період, встановлений виконкомом МОК.

Олімпійське селище повинне відповідати вимогам, встановлених виконкомом МОК. Це Виконком МОК також затверджує квоти на кількість офіційних представників і інший персонал команд, які розміщуються в Олімпійському селищі.

Оргкомітет Олімпійських ігор повинний узяти на себе усі витрати по розміщенню і харчуванню учасників змагань, офіційних осіб і іншого персоналу команд в Олімпійському селищі й інших місцях проживання, а також місцеві транспортні витрати.

Якщо МОК уповноважить проводити змагання Ігор у будь-якому іншому місці, крім міста-організатора, ОКОІ може одержати завдання забезпечити розміщення, послуги й устаткування відповідно до вимог, установленими виконкомом МОК.

Заради Об'єктивності слід зазначити, що ОКОІ не завжди дотримувався положення Олімпійської хартії щодо організації Олімпійського селища. Так, на Іграх XXIII Олімпіади (1984 р.) у Лос-Анджелесі не було Олімпійського селища — спортсмени жили в студентському гуртожитку, а на XVI зимових Олімпійських іграх (1992 р.) в Альбервілі через розкиданість місць проведення змагань існувало кілька олімпійських селищ. Кілька олімпійських селищ функціонували і під час XX зимових Олімпійських ігор (2006 р.) у Туріні і його околицях.

Як правило, багато міжнародних спортивних федерацій під час Олімпійських ігор проводять свої конгреси. У цих випадках на їхнє прохання ОКОІ повинний забезпечити МСФ приміщенням і необхідними технічними засобами.

ОКОІ розробляє культурну програму, що повинна охоплювати, як мінімум, весь період функціонування Олімпійського селища і повинна бути заздалегідь представлена на твердження у виконком МОК. Програма покликана служити розвитку гармонічних зв'язків, взаєморозуміння і дружби між учасниками Ігор.

З дозволу виконкому МОК ОКОІ може створити під свою відповідальність міжнародний молодіжний табір, а також передолімпійські

змагання відповідно до затвердженої виконкомом МОК формули — з метою перевірки спортивних споруд які використовуються для проведення Ігор. Ці змагання проводяться під технічним контролем відповідних МСФ.

До 1996 р. ОКОІ включав в програму Ігор показові змагання (по двох видах спорту), але МОК прийняв рішення: починаючи з Ігор XXVI Олімпіади, надалі їх не проводити.

Олімпійська хартія говорить, що ОКОІ повинен консультиватися з МСФ із усіх питань, що стосується технічної сторони організації Ігор, включаючи розклад.

Місце проведення змагань

Змагання із всіх видів спорту і церемонії відкриття та закриття, в принципі, повинні проводитися в місті-організаторі Олімпійських ігор. Виконавчий комітет МОК, на свій розсуд, може дозволити: - організацію попередніх спортивних змагань в місті (або містах), розташованих за межами міста-організатора, або, у виняткових випадках, за межами країни-господаря, зокрема, з міркувань стабільності; та - організацію змагань з окремих видів спорту, дисциплін, або видів змагань в місті (або містах), розташованих за межами міста-організатора, або, у виняткових випадках, за межами країни-господаря, зокрема, з географічних причин та міркувань стабільності.

Всі запити щодо організації виду змагань, дисциплін та змагань з видів спорту в іншому місті або в іншому місці, а не в місті-організаторі, повинні включати причину(и) для такого запиту і бути подані в письмовій формі Виконавчому комітету МОК для затвердження. Такий запит повинен бути зроблений до візиту Комісії МОК з оцінки міст-кандидатів, якщо інше не погоджено Виконавчим комітетом МОК.

Організація, проведення й висвітлення Олімпійських ігор засобами інформації ні в якій мірі не повинні бути поставлені під загрозу через інші заходи, що проходять в місті-організаторі та його околицях, або на інших спортивних об'єктах чи аренах.

Участь в Олімпійських іграх

Кодекс допуску

Для того, щоб бути допущеним до участі в Олімпійських іграх, атлет, офіційна особа команди або інший персонал команди повинен поважати і виконувати правила Олімпійської хартії та Всесвітнього антидопінгового кодексу, включаючи умови допуску, встановлені МОК, а також правила відповідної МФ, ухвалені МОК, і атлет, офіційна особа команди або інший персонал команди повинні бути заявлені своїм НОК.

Кожна МФ встановлює правила в своєму виді спорту для участі в Олімпійських іграх, включаючи кваліфікаційні критерії, відповідно до Олімпійської хартії. Ці критерії повинні бути представлені на затвердження Виконавчим комітетом МОК.

Застосування критеріїв допуску здійснюють МФ, національні федерації, які є їх членами, і НОК – в межах їх відповідної компетенції.

Окрім випадів, санкціонованих Виконкомом МОК, атлет, офіційна особа команди або інший персонал команди, який бере участь в Олімпійських іграх, не повинен дозволяти використовувати під час проведення Олімпійських ігор себе, своє прізвище, зображення або спортивний результат в цілях реклами.

Заявка або участь атлета в Олімпійських іграх не повинна зумовлюватись будь-якими фінансовими міркуваннями.

Громадянство учасників

Будь-який учасник Олімпійських ігор повинен бути громадянином країни, НОК якої подав на нього заявку.

Все суперечки, що пов'язані з визначенням країни, яку учасник може представляти на Олімпійських іграх, вирішуються Виконкомом МОК.

Учасники, які мають громадянство двох або більше країн одночасно, можуть представляти лише одну із них, на свій вибір. Проте, після того як атлет представляв одну країну на Олімпійських, континентальних або регіональних Іграх, або на чемпіонатах світу або регіону, визнаних відповідною МФ, він не може представляти іншу країну, якщо тільки до нього не застосовуються умови параграфу 2 (нижче), що стосуються осіб, які змінили громадянство або мають нове громадянство.

Атлет, який представляв одну країну на Олімпійських, континентальних або регіональних Іграх, або на світових або регіональних чемпіонатах, визнаних відповідною МФ, і який змінив своє громадянство або отримав нове громадянство, не може представляти на Олімпійських іграх свою нову країну протягом трьох років після його останнього виступу за свою попередню країну. Цей період може бути скорочений або навіть відмінений за згодою відповідних НОК та МФ і за згодою Виконкому МОК, який розглядає обставини кожного окремого випадку.

Якщо приєднана держава, провінція або іноземна територія, країна або колонія здобувають незалежність, якщо відбулося приєднання однієї країни до іншої через зміну кордону, якщо відбулося злиття двох країн або, якщо МОК визнає новий НОК, учасник змагань може продовжувати представляти країну, громадянином якої він є або був. Проте, на свій розсуд, він може представляти свою країну або бути заявленим своїм новим НОК, якщо такий існує. Такий вибір можна зробити лише один раз.

Крім того, у всіх випадках, коли учасник має право допуску на участь в Олімпійських іграх представляючи іншу, а не свою попередню країну, або має право обирати країну, яку він збирається представляти, Виконком МОК може вирішити, в загальному або окремому порядку, питання щодо національності, громадянства, постійного місця проживання учасника, включаючи тривалість періоду відстрочки.

На Олімпійських іграх не може бути вікових обмежень для учасників окрім тих, які передбачені правилами змагань МФ і затверджені Виконкомом МОК.

9.4 Взаємодія МОК, НОК, МСФ та ОКОІ як передумова успішного проведення Олімпійських ігор

Для забезпечення взаємодії МОК, НОК, МСФ та ОКОІ президент МОК призначає Координаційну комісію. До її складу входять представники МОК, МСФ, НОК та спортсмени.

Напрями діяльності Координаційної комісії:

- контроль за роботою ОКОІ;
- розгляд та вивчення основних аспектів організації ОІ;
- забезпечення зворотного зв'язку між МОК, НОК, МСФ та ОКОІ;
- допомога у вирішенні суперечок між ними;
- внесення пропозицій, схвалених Виконкомом МОК, щодо підготовки місць проведення змагань і тренувань, розміщення в Олімпійському селищі, вартості участі, розміщення та інших послуг, що надаються ОКОІ, організації транспорту.

Для полегшення співпраці між ОКОІ та НОК кожен НОК може призначити аташе як посередника між ОКОІ та своїм НОК.

Історична довідка – ЦЕ ЦКАВО!!!

** Як Барселона готувалася до проведення Ігор XXV Олімпіади у 1992 р.*

В основу діяльності ОКОІ був покладений принцип єдності і координації зусиль муніципалітету Барселони, Олімпійського комітету Іспанії, уряду країни і генералітету автономної області Каталонії, причому тільки Олімпійський комітет Іспанії був звільнений від яких- або фінансових зобов'язань. У Генеральну ассамблею оргкомітету входили 134 особи.

ОКОІ визначив 35 напрямів діяльності, спрямованих на організацію урочистих церемоній відкриття і закриття Ігор, будівництво олімпійських об'єктів, забезпечення безпеки учасників і гостей Ігор, кредитування різних програм, удосконалювання інфраструктури й ін.

Бюджет Ігор формувався таким чином, щоб домогтися того, щоб дохід від Ігор покрив витрати, пов'язані з їхнім проведенням, та щоб вкладені в Ігри засоби стали внеском в інфраструктуру міста.

ОКОІ установив видаткову частину бюджету в сумі 106 млн 721 тис. песет. Основні витрати були зв'язані з будівництвом і реконструкцією спортивних споруд, адміністративними витратами і будівництвом Олімпійського селища.

Основними статтями доходу вважалися продаж телевізійних прав, спонсорські угоди і проведення лотерей.

Ігри в Барселоні викликала чималий інтерес у представників великого бізнесу. Серед них — 12 найбільших міжнародних компаній, що беруть участь у програмі олімпійського маркетингу ТОП-2, а також чимало іспанських спонсорів.

За організацію інформаційного забезпечення Ігор відповідала Олімпійська телерадіомовна організація (РТО-92). Вперше в історії Ігри-1992 у Барселоні змогли побачити на своїх телеекранах близько 3,5 млрд чол. РТО-92 відзняла в Барселоні близько 1800 годин плівки. У її розпорядженні було 60 пересувних телеустановок і 400 телекамер, що знімали змагання по усім видам спорту олімпійської програми. Загальна чисельність персоналу, зайнятого для телемовлення на закордонну аудиторію, склала 3500 чоловік. Передача олімпійських трансляцій здійснювалася по 45 супутникових каналах зв'язку.

У Барселоні були акредитовані близько 4500 журналістів з різних країн світу.

9.5 Програми сучасних Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор

Програма Олімпійських ігор (далі по тексту – «Програма») представляє собою програму всіх спортивних змагань, затверджених МОК для кожних конкретних Олімпійських ігор.

Програма складається з двох компонентів, а саме:

- Спортивна програма, яка включає всі види спорту для конкретних Олімпійських ігор, як це визначила Сесія з числа видів спорту, якими керують МФ, визнані МОКом («Спортивна програма»).

- Програма видів змагань, яка включає всі змагання, як це визначив Виконавчий комітет МОК для конкретних Олімпійських ігор («Програма видів змагань»).

Вид змагання – це конкретне змагання у виді спорту, яке завершується розподілом місць, врученням медалей і дипломів.

Програма видів змагань повинна включати в себе види змагання з кожного виду спорту, включеного в спортивну програму.

За пропозицією Виконавчого комітету МОК, Сесія приймає рішення щодо спортивної програми не пізніше, ніж на Сесії, де обирається відповідне місто-організатор. Сесія голосує блоком. Якщо не буде досягнуто більшості поданих голосів, то проводяться додаткові тури голосування, які визначаються Президентом, який може також перейти до індивідуального або часткового голосування блоками.

За пропозицією Виконавчого комітету МОК відповідно до угоди між відповідним ОКОІ, відповідною МФ і МОК, спортивна програма може бути змінена за рішенням Сесії не пізніше, ніж за три роки до відкриття відповідних Олімпійських ігор.

Види спорту, які можуть бути включені в спортивну програму Ігор Олімпіади

Види спорту, якими керують наступні МФ, і які в даний час включені в програму, а саме:

- Міжнародна асоціація легкоатлетичних федерацій (ІААФ);
- Міжнародна федерація академічного веслування (ФІСА);
- Всесвітня федерація бадмінтону (БВФ);
- Міжнародна федерація баскетболу (ФІБА);
- Міжнародна асоціація боксу (АІБА);
- Міжнародна федерація веслування на байдарках і каное (ІКФ);
- Міжнародний союз велосипедистів (УСІ);
- Міжнародна федерація кінного спорту (ФЕІ);
- Міжнародна федерація фехтування (ФІЕ);
- Міжнародна федерація футбольних асоціацій (ФІФА);
- Міжнародна федерація гольфу (ІГФ);
- Міжнародна федерація гімнастики (ФІЖ);
- Міжнародна федерація важкої атлетики (ІВФ);
- Міжнародна федерація гандболу (ІХФ);
- Міжнародна федерація хокею на траві (ФІХ);
- Міжнародна федерація дзюдо (ІДФ);
- Об'єднаний світ боротьби (УВВ);

- Міжнародна федерація плавання (ФІНА);
- Міжнародний союз сучасного п'ятиборства (УІПМ);
- Всесвітня федерація регбі (ВР);
- Всесвітня федерація тхеквондо (ВТФ);
- Міжнародна федерація тенісу (ІТФ);
- Міжнародна федерація настільного тенісу (ІТТФ);
- Міжнародна федерація стрілецького спорту (ІССФ);
- Всесвітня федерація стрільби із лука (ВА);
- Міжнародний союз триатлону (ІТУ);
- Міжнародна федерація вітрильного спорту (ІСАФ); Міжнародна федерація волейболу (ФІВБ).

• Інші види спорту, якими керують інші МФ, визнані МОК. 1.4. Види спорту, які можуть бути включені в спортивну програму зимових Олімпійських ігор:

Види спорту, які можуть бути включені в спортивну програму зимових Олімпійських Ігор:

- Міжнародний союз біатлоністів (ІБУ);
- Міжнародна федерація бобслею і скелетону (ІБСФ);
- Всесвітня федерація керлінгу (ВКФ);
- Міжнародна федерація хокею на льоду (ІХФ);
- Міжнародна федерація санного спорту (ФІЛ);
- Міжнародний союз ковзанярського спорту (ІСУ);
- Міжнародна федерація лижного спорту (ФІС);
- Інші види спорту, якими керують інші МФ, визнані МОК.

Перед тим, як приймати рішення щодо Програми видів змагань, МОК повинен проконсультуватися з відповідними МФ.

Виконком МОК повинен прийняти рішення щодо Програми видів змагань не пізніше, ніж за три роки до відкриття відповідних Олімпійських ігор.

ОКОІ конкретних Олімпійських ігор може запропонувати МОКу включити, лише на ці Олімпійські ігри, один або більше додаткових видів змагань.

За умови відсутності іншої домовленості з відповідним ОКОІ, повинні застосовуватися наступні приблизні цифри:

- щодо Ігор Олімпіади, десять тисяч п'ятсот (10 500) атлетів, п'ять тисяч (5 000) акредитованих тренерів та персоналу підтримки атлетів і триста десять (310) видів змагань.

- щодо зимових Олімпійських ігор, дві тисячі дев'ятсот (2 900) атлетів, дві тисячі (2 000) акредитованих тренерів та персоналу підтримки атлетів та сто (100) видів змагань. 3.3 Сесія МОК правоздатна в будь-який час виключити із Програми будь-який вид спорту у випадку, якщо відповідна МФ, що керує тим спортом, не керується в своїх діях Олімпійською хартією або Всесвітнім антидопінговим кодексом.

Історична довідка – ЦЕ ЦІКАВО!!!

**** Шляхом спроб і помилок...***

Перша спроба вишення питань, пов'язаних з олімпійською програмою в цілому, була розпочата в 1907 р. на 9-й сесії МОК у Гаазі, де затверджувалася програма Ігор IV Олімпіади 1908 року в Лондоні. У 1908р. МОК звернувся в Британську олімпійську раду з проханням підготувати правила змагань по 18 видам спорту.

На 11-й сесії МОК у 1909 р. було рекомендовано організаторам майбутніх Ігор враховувати, що Олімпійські ігри є міжнародною подією і не можуть бути засновані тільки на типових для країни-організатора спортивних змаганнях.

У 1912 р. на 15-й сесії МОК у Стокгольмі приймається рішення про те, що вид спорту може бути включений у програму Ігор Олімпіади за умови, що ними займаються не менш чим у шести країнах.

МОК намітив загалом найбільш прийнятну програму Олімпійських ігор, визначивши в ній три категорії видів спорту в порядку їхньої значимості – обов'язкові, бажані і необов'язкові. Такий поділ проіснував до 1957 р.

Після 1920 р., коли програму Олімпійських ігор став формувати тільки МОК, вона потерпіла два значних скорочення.

При формуванні програм Ігор виникали досить серйозні проблеми, пов'язані з питанням аматорства в спорті. З цієї причини МОК виключив із програми Олімпійських ігор теніс. Не менш гострими приблизно в цей же час стали питання про присутність у програмі Ігор лижного спорту і футболу, що у ній залишилися.

**** Географічне поширення***

З 1979 р. уводиться такий критерій включення видів спорту, дисциплін і видів змагань у програму Олімпійських ігор, як географічне поширення по континентах. Відповідно до тих редакцій Олімпійської хартії, що діяли наприкінці XX століття і в перші роки XXI в., у програму Ігор Олімпіад могли бути включені тільки види спорту, що визнані МОК і широко поширені не менш чим у 75 країнах на чотирьох континентах — для чоловіків і не менш чим у 40 країнах на трьох континентах — для жінок, а в програму зимових Олімпійських ігор — види спорту, визнані МОК і широко розповсюджені не менш чим у 25 країнах на трьох континентах.

У програму Ігор Олімпіад могли бути включені тільки види змагань, розповсюджені не менш чим у 50 країнах на трьох континентах — для чоловіків і не менш чим у 35 країнах на трьох континентах — для жінок.

Якості, які повинні бути властиві виду спорту, вкбченому до програми:

- програма не обов'язково повинна відображати програму чемпіонату світу з відповідного виду спорту;
- варто уникати включення в програму схожих видів спорту, штучних видів спорту, а також більшості видів спорту для тих самих спортсменів;
- глобальний інтерес громадськості і засобів масової інформації до спорту варто розглядати як ключовий елемент при аналізі виду спорту, тому що він є фундаментальним елементом успіху Олімпійських ігор;
- варто враховувати соціальну значимість, що не піддається кількісному визначенню (наприклад, чесна гра, солідарність, елементи впливу навколишнього середовища, здоров'я спортсменів, освіта, відсутність дискримінації);
- щоб вид спорту одержав право на включення в програму, він повинний продемонструвати безпосередній вплив на молодь і подальший його

розвиток; повинні організовуватися світові і континентальні першості для молоді і юніорів, а також для чоловіків і жінок;

- система суддівства повинна бути чесною, об'єктивною і прозорою;
- питання включення нового виду спорту в програму може розглядатися тільки в тому випадку, якщо видом спорту займаються і чоловіки, і жінки, але в олімпійській програмі вид спорту не обов'язково повинні представляти і ті та інші;
- змагання у вагових категоріях дозволяються тільки у важкій атлетиці і єдиноборствах;
- по можливості, дисципліни деяких видів спорту (наприклад, водяне поло і стрибки на батуті) варто розглядати окремо з погляду аналізу програми;
- щоб забезпечити розгляд питання включення виду спорту в олімпійську програму, цей вид спорту повинний гарантувати свій довгостроковий розвиток, а також життєздатність.

Фактори що впливають на формування програми Олімпійських ігор

Програма Олімпійських ігор на всіх етапах розвитку олімпійського спорту визначалася впливом як зовнішніх факторів, що виражають інтереси представників різних сфер, взаємодіючих з олімпійським спортом, так і внутрішніх факторів, що відображають інтереси представників власне сфери олімпійського спорту.

До зовнішніх факторів належать: політика країн, що використовують спорт для демонстрації своїх досягнень; економічні фактори, зв'язані з використанням сфери олімпійського спорту представниками структур бізнесу; інтереси засобів масової інформації; загальносвітові тенденції і явища, зокрема емансипація жінок.

До внутрішніх факторів належать: політика Міжнародного олімпійського комітету; позиції його президентів; діяльність міжнародних спортивних федерацій і національних олімпійських комітетів, зацікавлених у просуванні визначених видів спорту, дисциплін і видів змагань.

Важливе місце серед факторів, що визначають зміст олімпійського руху, його динаміку і розвиток, займають фактори економічного характеру.

З приходом до керівництва МОК Х. А. Самаранча сформувалася нова активна політика Міжнародного олімпійського комітету у відношенні комерційної діяльності, що відобразилася на зростанні доходів МОК і його партнерів по олімпійському русі. Багато в чому цьому сприяло розширення програм Олімпійських ігор за рахунок появи в них нових видів спорту, привабливих для засобів масової інформації і ділових кіл у силу своєї видовищності і популярності для спонсорів. З 1980 по 2004 р. у програмі Ігор Олімпіад з'явилися 12 нових видів спорту (включаючи повернення тенісу після його тривалої відсутності), а в програмі зимових Олімпійських ігор за період з 1992 по 2002 р. — 5 нових видів спорту .

У 80—90-і роки ХХв. МОК прагнув забезпечити майбутнє олімпійського руху через реформування олімпійських програм, щоб залучити до участі в Іграх найсильніших спортсменів світу й у такий спосіб підсилити увагу засобів масової інформації до Олімпійських ігор.

В даний час завдяки довгостроковій стратегії олімпійського маркетингу внутрішні потреби олімпійського руху забезпечені фінансовими ресурсами в достатньому ступені на кілька років вперед і вплив економічних факторів на розширення програми Ігор Олімпіад стає менш відчутним.

На початку XXI в. на перший план виходить прагнення керівників МОК обмежити розширення програми Ігор Олімпіад і навіть скоротити її. Таку позицію восьмий президент МОК Жак Рогге пояснює розвитком двох тенденцій — спадом світової економіки і збільшенням вартості проведення Олімпійських ігор.

Однак програми Олімпійських ігор продовжують розширюватися. Так, у програми XX зимових Олімпійських ігор 2006 р. і Ігор XXIX Олімпіади 2008 р. були включені такі нові дисципліни, як борд-кросс у сноубординг і ВМХ (змагання з подолання перешкод на спеціальних велосипедах) у велосипедному спорті відповідно.

Політико-ідеологічні фактори. Завойована олімпійська медаль є предметом гордості не тільки спортсмена, але і всієї нації, сприяє росту престижу держави на світовій арені. Спортсмени, демонструючи свої можливості, як ніхто іншої сприяють росту популярності країни, представниками якої вони є.

При формуванні програми Олімпійських ігор у період 1896—1912 р. Організаційний комітет олімпійських ігор враховував насамперед інтереси своїх країн і вводив в неї ті види спорту, дисципліни і види змагань, що були найбільш популярними саме в цих країнах. Крім того, країна, чие місто ставало організатором Ігор, мала можливість збільшити кількість своїх спортсменів, що беруть участь в Іграх, використовуючи відсутність витрат на транспортні перевезення. Більшість команд із країн, на території яких проводилися Олімпійські ігри, займали на них високі місця по кількості завойованих медалей.

9.6 Види спорту, що представлені в спортивних програмах Ігор Олімпіад і зимових Олімпійських ігор.

У 1913 р. МОК пішов назустріч Берлінському Організаційний комітет олімпійських ігор (ОКОІ) і дозволив включити в програму Ігор VI Олімпіади 1916 р., що не відбулися через Першу світову війну, чотири нових види спорту, розвитку переважно в Німеччині. У 1933 р. на 32-й сесії Міжнародного олімпійського комітету у Відні члени МОК для північноєвропейських країн підтримали пропозиція відповідної федерації про включення в програму зимових Олімпійських ігор вітрильного спорту на льоді, що практикувався саме в цих країнах, однак ця пропозиція не набрала достатньої кількості голосів.

Після вступу в олімпійський рух СРСР і інших соціалістичних країн у діяльності МОК щодо формування олімпійської програми усе більше просліджуються елементи політики. Зростає вплив країн Східного і Західного блоків, для яких члени МОК прагнуть включити в програму Олімпійських ігор ті види спорту і види змагань, у яких спортсмени з їхніх країн мають високий рівень досягнень, і в такий спосіб забезпечити більш високе місце для своїх країн у неофіційному командному заліку.

Багато в чому завдяки ініціативі представників СРСР, що ще на 51-й сесії МОК у Парижеві в 1955 р. просили про допуск у програму Ігор Олімпіад чотирьох нових видів спорту: волейболу, гандболу, жіночого баскетболу і жіночого академічного веслування. Міжнародним олімпійським комітетом були прийняті рішення про включення в програму Олімпійських ігор змагань з волейболу (з 1964 р. — чоловіки і жінки), гандболу (з 1972 р. — чоловіка, з 1976 м. — жінки), веслуванню академічному серед жінок (з 1976 р.), баскетболу серед жінок (з 1976 р.).

На 56-й сесії МОК у Мюнхені в 1959 р. як експеримент у програму VIII зимових Олімпійських ігор був допущений біатлон (одна дистанція). Члени МОК для СРСР А. Романов на 57-й сесії МОК у 1960 р. і К. Андрианов на 64-й сесії МОК у 1965 р. виступали за закріплення цього виду спорту в програмі, тому що на VIII зимових Олімпійських іграх у 1960 р. радянські біатлоністи зайняли місця з третього по шосте, а на IX зимових Олімпійських іграх у 1964 р. завоювали золоту і срібну медалі.

Інтереси своєї країни відстоювали і члени МОК для Японії, неодноразово виступаючи на сесіях МОК із пропозиціями про відновлення дзюдо в програмі Ігор Олімпіад, що після Ігор-1964, де японські дзюдоїсти завоювали 3 золоті і 1 срібну медаль, було виключено з програми, і починаючи з Ігор-1972 дзюдо постійно входить в олімпійську програму.

У програму Ігор XIX Олімпіади 1968 р. МОК допустив відразу десять нових видів змагань по плаванню. Це було ініційовано представниками США в Міжнародній аматорській федерації плавання (РША) і членами М О К для США. Розширення програми в плаванні допомогло команді США на Іграх XIX Олімпіади завоювати в Мехіко-1968 у цьому виді спорту в цілому 52 медалі (21 золоту, 15 срібних і 16 бронзових).

У 1987 р. на обговорення виносилося питання про повернення в олімпійську програму тенісу. Головними супротивниками цього виступили представники країн Східної Європи, де на той момент високих досягнень у тенісі не спостерігалось.

Ще в 1985 р. тодішній голова Комісії МОК по олімпійській програмі Віталій Смірнов відзначав, що як тільки в МОК надходять конкретні пропозиції з приводу виключення яких-небудь видів спорту, їх відразу блокують ті, чий інтересів це торкається. Наприклад, на 114-й сесії МОК у 2002 р. окремим пунктом порядку денного стояла пропозиція про виключення з програми Ігор Олімпіад трьох видів спорту — бейсболу, софтбола і сучасного п'ятиборства. У ході дискусії по цьому питанню більш 40 членів МОК (з 117 зареєстрованих) закликали своїх колег не квапитися з остаточними висновками і відкласти рішення по цим трьох видах спорту.

Крім того, у 2002—2003 р. на зустрічах президента МОК Жака Рогге з главами деяких держав неодноразово зачіпалися питання олімпійської програми, зокрема збереження в ній окремих дисциплін, що МОК пропонував скоротити.

Можливо, в подальшому критерії до включення видів спорту до програми ОІ будуть змінюватися. Президент МОК Томас Бах зауважує: «Ми повинні

проявляти більшу гнучкість. Видів спорту може бути і 26, і 30. Але це не буде означати збільшення кількості медалей чи зростання кількості учасників змагань, а лише зменшення деяких квот. Ми можемо змінити правило, згідно якого програма формується за 7 років до початку Ігор». Однак два критерії, за словами президента МОК, залишаться незмінними: кількість спортсменів-учасників ОІ та мінімальна кількість фіксованих стадіонів, що вимагаються від міст для проведення змагань.

Рекомендована література

Основна:

22. Бріскін Ю. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі : [монографія] / Юрій Бріскін. – Львів : Край, 2006. – 346 с. – ISBN 966-547-206-2.
23. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 1. – 736 с. – ISBN 978-966-8708-15-2.
24. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 2. – 696 с. – ISBN 978-966-8708-17-6.
25. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.
26. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.
27. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464с. – ISBN 966-7133-71-0.
28. Энциклопедия Олимпийского спорта : в 5 т. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004.

Допоміжна:

34. Бріскін Ю. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. / Юрій Бріскін. – Львів : Ахілл, 2003. – 128 с. – ISBN 966-7617-51-3.
35. Бріскін Ю. Проблеми реалізації олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2011. – Вип. 12, т. 1. – С. 13–17.
36. Воробйов П. Г. На славу спорту в ім'я честі / Воробйов П. Г., Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1976. – 264 с.
37. Заседа І. І. Олімпійці / Заседа І. І. – Київ : Молодь, 1975. – 224 с.
38. Суник О. Б. Від Олімпії до Москви / Суник О. Б. – Київ : Здоров'я, 1980. – 200 с.
39. Трофим'як Б. Є. Фізична культура і спорт в Українській РСР / Трофим'як Б. Є. – Львів : Вища школа, 1987. – 160 с.

40. Фірсель Н. Й. Олімпійська зима: нариси / Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1978. – 152 с.
41. Хавин Б. Н. Все об Олимпийских играх / Хавин Б. Н. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 607 с.
42. Шанин Ю. В. Герои античных стадионов / Шанин Ю. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 141 с.
43. Шанин Ю. В. Олимпийские игры и поэзия эллинов / Шанин Ю. В. – Київ : Вища школа, 1980. – 184 с.
44. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова. – Київ : Олімпійська література, 2009. – 400 с. – ISBN 978-966-8708-14-5.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.
2. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.poc-ukr.org/>
3. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>
4. **Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.paralympic.org.ua>**
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.paralymp.ru>
6. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
7. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
8. Sochi Olympics-2014 Winter Games [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.sochi2014.com>
9. История Олимпийских Игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympiady.ru>
10. Олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>

Тема 12. Економічні основи олімпійського спорту

12.1 Економічна діяльність МОК

Протягом більш ніж п'ятдесяти років (1896-1948 р.р.) питання про фінансування МОК не порушувалось.

До Першої світової війни усі члени МОК не тільки самостійно оплачували свої витрати, але й вносили щорічний внесок у розмірі 25 швейцарських франків. Значну частину витрат МОКу складали особисті кошти президента МОК П'єра де Кубертена.

В цілому до Другої світової війни система фінансування МОК будувалася на одному принципі – жодні організації не повинні отримувати прибуток від проведення Ігор.

Після Другої світової війни спортивні організації опинилися у складному фінансовому положенні. Організація ОІ 1948 р. у Лондоні не вимагала великих фінансових витрат і продаж білетів на змагання ще й надав організаторам Ігор прибуток.

У 1949 році в Олімпійську хартію було введено новий пункт: «Усі прибутки, які отримуються в результаті проведення Олімпійських ігор (після відшкодування витрат, пов'язаних з їх організацією і відрахуванням визначеної суми у МОК), передаються у розпорядження НОК країни, де відбувалися Ігри.

Ці гроші повинні бути використані для розвитку олімпійського руху і аматорського спорту». Це була пропозиція Е.Брендеджа.

Так була зроблена перша спроба фінансування МОК за рахунок ОІ.

До 60-х років МОК в основному задовольнявся відрахуваннями від продажу квитків на ОІ. Потім бюджет МОК став поповнюватись за рахунок того, що міста, які дістали право на проведення ОІ, почали перераховувати йому по 100 000 швейцарських франків.

А з 60-х років почався продаж прав на трансляцію ОІ. Право на трансляцію VIII зимових ОІ, які проводились у Скво-Веллі (США), було продано американській телекомпанії Сі-Бі-Ес за 50 000 доларів, а Ігор XVII Олімпіади у Римі (1960) – за 60 000 доларів.

По мірі збільшення вартості прав на телетрансляцію ОІ зростали й прибутки МОК. Від ОКОІ Ігор XVIII Олімпіади в Токіо (1964) МОК отримав 130 000 доларів, а від організаторів IX зимових ОІ у Інсбруку (1964) вже 200 000 доларів.

На початку 80-х років, коли президентом МОК став Х.А.Самаранч, МОК починає активний пошук нових джерел фінансування. Рекламно-спонсорська діяльність і комерційна діяльність (реалізація монет, друкованої продукції) набувають значного поширення.

До 1972 р. МОК поділяв прибутки від продажу прав на трансляцію ОІ тільки з оргкомітетами міст, які проводять ці ОІ. Свою суму МОК поділяв з МСФ. З 1972 року МОК включив у схему розподілу телеприбутків і НОКи.

Для Олімпійських ігор 1988 і 1992 року МОК установив наступні принципи розподілу телеприбутків:

- 20% отримали ОКОІ – на забезпечення оптимальних технічних умов для усіх видів інформації;
- сума, яка залишилася, була поділена на між оргкомітетом – 2/3 і МОК – 1/3;
- МОК поділив свою частину (після відрахування витрат) між МСФ, НОК і МОК (через програму "Олімпійська солідарність").

Аналізуючи комерційну політику МОК і МСФ, окремі фахівці вважають, що тільки після Ігор XXIII Олімпіади у Лос-Анжелесі (1984) деякі керівники міжнародного спорту зрозуміли, як потрібно її організувати і проводити.

У 1986 році з'явилася міжнародна олімпійська рекламно-спонсорська програма «ТОП». До програми «ТОП» приєдналися МОК, МСФ, ОКОІ, НОКи. Детальніше про «ТОП» далі.

У 80-х рр. XX ст. серед бізнесменів виникла ідея використовувати олімпійський спорт як «вікно» у ринок товарів і послуг, оскільки ОІ ставали дедалі більшою ареною для мільярдів глядачів.

Щоб отримати право використовувати олімпійський спорт з метою просування товарів і послуг, компанії почали укладати контракти з МОК, НОКами, МСФ та НСФ у якості їхніх спонсорів, постачальників, рекламодавців. Це явище отримало назву **«комерціалізації олімпійського спорту»**, тобто відбулося зближення олімпійського руху та ділового світу. Особливо бурхливим це явище було під час президентства Хуан-Антоніо Самаранча.

У 1983 р. МОК сформував комісію з нових джерел фінансування ОІ та власної діяльності, метою діяльності якої було налагодження зв'язків з компаніями.

Сьогодні у структурі МОК комерційною діяльністю займається департамент маркетингу МОК.

Однак у 80-х рр. виникало чимало суперечок стосовно співпраці МОК з різними компаніями. Критиці піддавався і факт залежності МОК від телевізійних компаній, які ніби то диктували умови від час проведення ОІ у Лос-Анджелесі-1984. Для уникнення подібних суперечок МОК уклав контракт з швейцарською компанією International Sport and Leisure (ISL), яка взяла на себе зобов'язання щодо встановлення зв'язків між представниками бізнесу та організаційних структур олімпійського спорту.

На сьогоднішній день компанія ISL є монополістом у представленні інтересів МОК у його контактах з діловими партнерами.

Зараз МОК забезпечує реалізацію таких економічних програм:

- рекламно-спонсорські програми «ТОП»;
- програми продажу телевізійним компаніям прав на трансляцію ОІ;
- програми співробітництва з офіційними постачальниками.

12.2 Міжнародні рекламно-спонсорські програми «ТОП»

Першим спонсором ОІ була компанія Kodak, а перша спонсорська програма була затверджена у 1912 р. (ОІ у Стокгольмі). Спонсори отримали право на виготовлення і продаж фото з ОІ, прокат біноклів, продаж гаманців та записників із символікою ОІ.

Поступово кількість компаній, які хотіли б співпрацювати з МОК, збільшувалася. Часто це призводило до несанкціонованої комерціалізації, зокрема «піратського» маркетингу.

МОК з 1985 р. розпочав реалізацію нової маркетингової концепції. Її суть полягала у зменшенні кількості спонсорів ОІ, причому до співробітництва залучалися виключно компанії з високим авторитетом. Спонсорські програми реалізовувалися на двох рівнях: програми вищого рівня та програми національного спонсорства.

Чому співпраця зі спонсорами є вигідною для учасників олімпійського руху?

- Спонсорська підтримка сприяє збільшенню фінансових ресурсів учасників олімпійського руху.
- Спонсори забезпечують підтримку проведення Олімпійських ігор та олімпійського руху шляхом надання продукції, послуг, технологій, експертизи та підготовки персоналу.
- Спонсори забезпечують пряму підтримку спортсменів в процесі їх підготовки та участі в Іграх.
- Спонсори забезпечують необхідною продукцією і послугами коментаторів, журналістів, фотокореспондентів та інших представників ЗМІ.

- Активізація фінансової підтримки розширює глядацьку аудиторію Олімпійських ігор і дає можливість молоді долучитися до олімпійських ідеалів на глобальному та місцевих рівнях.
- Фінансова підтримка сприяє успіху освітніх, екологічних, культурних та молодіжно-орієнтованих програм олімпійського руху.
- Рекламні акції спонсорів сприяють просуванню олімпійських ідеалів, громадському усвідомленню важливості Олімпійських ігор і посилюють підтримку атлетів-олімпійців.

Компанії, які виявили бажання стати спонсорами олімпійського руху, повинні були дотримуватися суворих вимог зокрема правил Олімпійської хартії. Так, сьогодні не дозволяється розміщення будь-якої форми реклами чи пропаганди на стадіонах та над ними і в інших місцях проведення змагань, як вважаються частиною олімпійських об'єктів. Жоден вид реклами чи пропаганди комерційного характеру не може використовуватись на людях, спортивній формі, устаткуванні за виключенням ідентифікації (логотипу фірми-виробника) встановленого розміру. При порушенні даних вимог – дискваліфікація.

Програми «ТОП» («олімпійські партнери») були покликані забезпечити стабільність фінансування олімпійського руху та посилити зв'язки з економічною діяльністю МСФ, НОК та ОКОІ.

Долучаючись до програми «ТОП», компанія не лише стає офіційним спонсором ОІ, а й ексклюзивним офіційним спонсором МОК та кожного НОК, що входять до його складу. Тобто отримує права:

- використовувати у своїй продукції олімпійську символіку;
- згадувати у рекламі про причетність до МОК, НОК та ОКОІ;
- рекламувати та продавати свою продукцію під час ОІ;
- доступ до архівів МОК.

Якщо для МОК співпраця з компаніями-учасницями програм «ТОП», це – фінансова стабільність, то для самих компаній це можливість підвищення авторитету на світовому ринку. А ще їх права знаходяться під офіційним захистом олімпійського руху.

З 1980-х рр.. учасниками програм «ТОП» були 9-12 компаній, в тому числі Coca Cola, Kodak, Visa, Panasonic, McDonald's, Samsung Electronics, Xerox, IBM, Philips, Mars, Swatch, Omega, J&J, ACER, Lenovo та ін.

Доходи від компаній-спонсорів були наступними:

Табл. 1. Характеристика рекламно-спонсорських програм «ТОП»

Назва програми	Роки реалізації	Число компаній	Дохід, млн. доларів США
ТОР 1	1985-1988	9	97
ТОР 2	1989-1992	12	175
ТОР 3	1993-1996	10	300
ТОР 4	1997-2000	11	550
ТОР 5	2001-2004	10	600

TOP 6	2005-2008	12	866
TOP 7	2009-2012	9	958

Історична довідка – ЦЕ ЦІКАВО!!!

До кінця ХХ століття учасниками програм TOP виступили 17 компаній зі світовим ім'ям. Найбільший внесок у розвиток олімпійського спорту внесли такі компанії: Coca-Cola, Kodak, Visa, Panasonic, Time / Sports Illustrated.

Олімпійський цикл 2009-2012 рр. ознаменувався скороченням числа спонсорів МОК до дев'яти, що пояснюється як подальшим посиленням вимог до компаній-спонсорам, так і світовою економічною кризою.

Особливістю спонсорських програм TOP на сучасному етапі є долучення до підтримки олімпійського руху компаній-лідерів національних економік країн, що розвиваються. Так, серед учасників програми TOP-6 світове співтовариство побачило китайську компанію Lenovo – лідера в області виробництва персональних комп'ютерів в Тихоокеанському регіоні. Технічна підтримка даної компанії зіграла важливу роль в проведенні Ігор Олімпіад в Пекіні. Для цього вона надала більше 30 тис. Одиниць обладнання, виділила 600 інженерів і технічних фахівців, відкрила сім Інтернет-лаунж (i-lounges) в олімпійських селах в Пекіні, Гонконзі і Циндао, а також в головному прес-центрі. Лаунж Lenovo дозволили всім учасникам користуватися послугами мережі Інтернет і електронною поштою, вести інтернет-щоденники.

Розроблений компанією дизайн олімпійського факела виявився кращим серед 300 робіт конкурсу: зроблений у формі традиційного китайського сувою, він отримав назву «Хмара надії». Дизайнери також створили й інші атрибути Ігор - лампу і чашу олімпійського вогню. А трьом переможцям конкурсу Lenovo на краще відео було надано можливість брати участь в естафеті олімпійського вогню.

Сильне враження на журналістів справила бездротова система завантаження фотографій Weason, яку Lenovo продовжувала тестувати під час Ігор. Що знаходилися в спортивних спорудах журналісти могли передавати фотографії з цифрових фотокамер за допомогою бездротового зв'язку Wi-Fi безпосередньо в свої бюро новин. При цьому їм не потрібно було припиняти роботу, щоб скопіювати фотознімки з пам'яті фотоапарата на ноутбук.

Під час Ігор-2008 Lenovo активно співпрацювала зі спортсменами з різних країн. Вперше в історії олімпійського руху 100 провідних спортсменів вели блоги про свою участь на сайті www.lenovo.com протягом усього періоду змагань. Для цієї мети компанія надала їм ноутбуки IdealPad і відеокамери.

У новому олімпійському циклі на зміну Lenovo прийшла тайванська компанія ACER, яка приєдналася до програми TOP-7 в категорії комп'ютерного обладнання. Вона взяла на себе зобов'язання надати апаратне забезпечення, включаючи настільні і портативні ПК і не-Unix сервери. Партнерську співпрацю поширювалося на зимові Олімпійські ігри у Ванкувері в 2010 р і на Ігри Олімпіад в Лондоні в 2012 р За оцінками джерел ринку, щоб приєднатися до олімпійського руху, ACER протягом чотирьох років у цілому витратила близько 120 млн. доларів. МОК, попри світову економічну кризу, вдалося зберегти високу динаміку показників в процесі реалізації спонсорських програм. Так, прибутки, отримані від рекламно-спонсорської програми TOP-7 (2009-2012 рр.), в якій брали участь дванадцять компаній, на 10,6% перевищили надходження від дев'яти спонсорів-учасників програми TOP-6 (2005-2008 рр.).

Проблеми реалізації програм «ТОП»

Протягом майже двох десятиліть МОК серйозно стурбований проникненням у систему досить чітко налагоджених ділових відносин з компаніями-спонсорами так званого паразитичного, або «*піратського*» *маркетингу* (ambush marketing). Він спостерігається тоді, коли компанія, яка

не має офіційних зобов'язань перед представниками олімпійського спорту, намагається створити про себе думку як про ділового партнера. При цьому брехливо створений імідж активно впроваджується в свідомість потенційних споживачів за допомогою реклами та інших засобів.

Головна небезпека полягає в тому, що приклад «піратів», в разі їх безкарності, може стати привабливим для компаній, що є офіційними спонсорами і діючих за правилами МОК. І якщо вони підуть цьому прикладу, то фінансова база олімпійського руху зруйнується.

Ще одним негативним наслідком «піратського» маркетингу є те, що незаконна діяльність його представників може підштовхнути офіційних спонсорів до припинення ділового партнерства з МОК і з організаційними комітетами Олімпійських ігор. Найбільш яскравими прикладами тут можуть служити такі відомі компанії-партнери олімпійського руху як Reebok, IBM, Xerox та Kodak.

Історична довідка – ЦЕ ЦІКАВО!!!

* Компанія Reebok постраждала від «піратського» маркетингу в роки підготовки і проведення Ігор XXVI Олімпіади в Атланті (1996 г.) від компаній Puma і Nike, які не мали офіційних прав на використання іміджу олімпійського спорту в комерційних цілях.

На прес-конференцію перед фінальним забігом на 100 м британський легкоатлет Линфорд Крісті прийшов в блакитних контактних лінзах, в центрі яких сяяли білі логотипи Puma. Фотографії спортсмена облетіли перші сторінки світових видань. Так Puma зміцнила свій «олімпійський» імідж і знецінила заслужені спонсорські дивіденди Reebok. Компанія Nike роздала уболівальникам на стадіоні паперові прапорці зі своїм логотипом. Офіційні спонсори з досадою спостерігали, як глядачі махали в телекамери прапорцями конкурента. Після цього Reebok розірвала контракт з ОКОІ і переключилася на спонсорство Національної футбольної ліги і Національної баскетбольної асоціації. А після Ігор XXVIII Олімпіади в Афінах (2004 р.) підписала багатомільйонний рекламний контракт з срібним призером змагань - боксером з Великої Британії Аміром Ханом.

* У 2000 р завершила свою 40-річну історію спонсорства ОІ компанія IBM. Після Ігор XXVIII Олімпіади в Афінах (2004 р.), витративши 42 млн дол. США на фінансування, вийшла з олімпійського спонсорства компанія Xerox. Ігри XXIX Олімпіади в Пекіні (2008 г.) стали останніми в топ-спонсорстві і для Kodak: компанія з дуже великим стажем співпраці з олімпійським рухом вже не буде спонсорувати олімпійський спорт. Керівники компаній не називали втрати від «піратського» маркетингу конкурентів в якості основних причин свого відходу зі сфери олімпійського спонсорства. Однак очевидно, що подібні ворожі дії з'явилися поштовхом до прийняття таких рішень.

Усвідомлюючи той факт, що «піратський» маркетинг істотно знижує економічну ефективність олімпійського спонсорства, керівництво МОК поклало на себе роль координатора в реалізації спеціальної «антипіратської» програми. Головний зміст визначено в девізі: «Краще профілактика, ніж лікування». Мета – забезпечити активну роз'яснювальну роботу серед широких верств громадськості, спонсорів, представників засобів масової інформації, рекламних агентств, фахівців з організації змагань про збиток, який завдає олімпійському руху «піратський» маркетинг.

Програми співробітництва з телевізійними компаніями

Перша спроба встановити зв'язок з телебаченням була здійснена у 1948 р. (Лондон). ОКОІ намагався отримати від компанії Бі-Бі-Сі 3 тис. доларів США а право трансляції змагань. Однак компанія заявила про свою неплатоспроможність. Тим не менш трансляція відбулася.

У 1960 р. (ОІ в Римі) було вперше продано права на телетрансляцію ОІ. Тоді за змаганнями спостерігали глядачі з 18 країн Європи, а також США, Канади та Японії.

У 1964 р. (ОІ в Токіо) вперше було використано супутникових зв'язок.

У 1972 р. (ОІ в Мюнхені) технології дозволили під час ефіру вільно «перестрибувати» з одного місця змагань на інше.

Сьогодні висвітлення ОІ в Європі забезпечує Європейський віщальний союз, в США – компанії ABC, NBC, CBS.

Основна вимога МОК до телекомпанії – забезпечення максимальної аудиторії. Тому МОК часто йде на поступки компаніям, які можуть виконати цю умову, але не мають достатніх фінансових можливостей.

Програми співробітництва з постачальниками

Компанії-постачальники здійснюють підтримку МОК:

- надають транспорт для усіх операцій МОК;
- забезпечують фонд «Олімпійська солідарність» 50 міні-автобусами протягом 5 років для реалізації спеціальних програм розвитку спорту;
- забезпечують фінансову підтримку спортивних заходів МОК, пов'язаних з охороною довкілля.

12.3 Джерела прибутків МОК і проблема їх розподілу серед організацій, що мають безпосереднє відношення до олімпійського спорту

Структура прибутків МОК (1993-2004 рр.):

- продаж прав на телетрансляції – 52 %;
- спонсорські внески – 32 %;
- продаж квитків – 14 %;
- ліцензування – 2 %.

Прибуток, отриманий від кожного з цих джерел, розподіляється у відповідності до певної схеми між учасниками олімпійського руху – самим МОК, МСФ, НОК та ОКОІ.

До 1972 р. МОК прибутками від продажу прав на телетрансляції ОІ ділився лише з ОКОІ. Свою суму МОК розподіляв також між МСФ.

З 1972 р. у схему розподілу прибутків було включено ще НОКи. Однак реальна сума, якщо її поділити між усіма НОКами у складі МОК, була надто малою. Тому МОК запропонував цю частину прибутків віддавати у фонд програми «Олімпійська солідарність» (створена у 1971 р.).

«Олімпійська солідарність»

Завдання програми – організація допомоги НОК країн, що розвиваються. У фонд «Олімпійської солідарності» надходить 1/3 від суми прибутків, отриманої МОК від продажу прав на телетрансляції. У самій програмі існують такі напрями: підготовка спортсменів для участі в ОІ; підготовка та участь спортсменів у регіональних та континентальних іграх; молодіжні програми;

технічні курси; підготовка тренерів; розвиток інфраструктури НОК; підготовка спортивних керівників; розвиток спортивної медицини; розвиток спорту для всіх та ін.

З 1984 р. МОК компенсує НОКах оплату проїзду і перебування на ОІ певної кількості спортсменів та офіційних осіб.

Розподіл прибутків МОК між учасниками олімпійського руху
Розподіл прибутків від олімпійського маркетингу в 2002-2004 рр. здійснювався таким чином: 92% коштів спрямовувалися на потреби ОКОІ, НОК і МСФ, а решта 8% направлялися на потреби МОК. Істотну частину бюджетів ОКОІ в останні роки покриває МОК, перераховуючи їм значні грошові суми. Так, ОКОІ Солт-Лейк-Сіті (2002) отримав 1 млрд. 390 млн. доларів із фондів Олімпійських програм маркетингу, включаючи 443 млн. від доходу теле- та радіотрансляцій. В середньому ОКОІ отримують від МОК фінанси для покриття адміністративних та операційних видатків, пов'язаних з проведенням ОІ. Їм перераховується половина засобів, отриманих від реалізації програм ТОП, та 49 % прибутків від продажу прав на телетрансляції.

ОКОІ Афін (2004) отримав 960 млн. дол., Тобто близько 60% його операційного бюджету від продажу МОК прав теле- і радіотрансляцій і від Олімпійського спонсорства.

Фонди допомоги програм маркетингу оплачують НОК витрати, які включають навчання і тренування атлетів, а також вартість посилок Олімпійських команд на Ігри.

Фінансову допомогу МСФ МОК надає з метою розвитку спорту і змагальної діяльності в усьому світі. На сьогодні (з 1996) при розподілі прибутків МОК, що надаються МСФ, діє наступна схема. Відповідно до неї всі МСФ розділені МОК на 4 категорії в залежності від популярності: I категорія – легка атлетика; II категорія – гімнастика, баскетбол, волейбол, плавання, футбол; III категорія – академічне веслування, велоспорт, кінний спорт, гандбол, теніс, хокей на траві; IV категорія – інші види спорту.

Крім цього, МОК надає фінансову підтримку Міжнародному паралімпійському комітету, ВАДА (WADA) і деяким іншим спортивним організаціям.

12.4 Спонсорство, ліцензування, реклама і маркетинг та їх значення у фінансуванні олімпійського спорту

Олімпійське ліцензування

Добре відомо, що напередодні ОІ практично будь-яка продукція, що несе на собі олімпійську символіку, користується підвищеним попитом. Однак виробники сувенірів, значків, одягу та інших виробів не можуть без спеціального дозволу (ліцензії) МОК, НОК або ОКОІ постачати свою продукцію олімпійськими символами. За будь-яке виробництво олімпійських талісманів, розміщення на своїх товарах спеціальної атрибутики, підприємства-

виробники повинні заплатити ліцензійний збір.

Існує три ряди ліцензування в межах олімпійського руху:

- для ОКОІ – ліцензування компаній, що виготовляють сувеніри, які стосуються ОІ. Ці компанії оплачують ліцензійний платіж у розмірі від 10 до 15% прибутку від реалізації продукції (зазвичай це товари типу шпильок, футболок, бейсболок, значків);
- для НОКів – ліцензуються компанії, що використовують зображення національних Олімпійських делегацій, спортсменів і тренерів, які входять до складу Олімпійських команд. Крім того, ліцензуванню підлягають всі товари, що містять Олімпійські символи і талісмани, призначені для продажу у власній країні;
- для МОК – використовує обмежену міжнародну програму ліцензування в деяких категоріях – для кінофільмів, відеофільмів (на будь-яких носіях), комп'ютерних ігор (з використанням Олімпійських символів і антуражу Ігор) і деяких інших засобів інформації.

Олімпійський ticketing (продаж квитків)

Доходи від продажу квитків на спортивні змагання та церемоніальні події ОІ для глядачів з усіх стан світу становлять понад 10% грошових надходжень ОКОІ. З доходу від продажу квитків 1/20 частина (5%) надходить у розпорядження МОК.

Інші програми Олімпійського маркетингу:

а) Олімпійська філателістична програма

Ще в 1895 р. ОКОІ зіткнувся з проблемою фінансування будівельних робіт по зведенню спортивних споруд. Два грецьких філателіста виступили з ініціативою, щоб уряд Греції випустило ряд ювілейних марок, дохід від продажу яких (у розмірі 400 тис. Драхм) був спрямований на завершення будівництва.

Перша лінія з 12 марок була випущена в день відкриття Олімпійських Ігор сучасності – 25 березня 1896 Ці марки стали символом відродження Олімпіад і були розіслані з Афін в усі країни світу на листах і пакетах. МОК в даний час зберігає за собою право на 5% філателістичного доходу від реалізації Олімпійських марок.

б) Олімпійська нумізматична програма

Під егідою МОК в обіг випускаються *олімпійські монети та пам'ятні медалі*, які охоче розкупаються колекціонерами та інвесторами в усьому світі, так як вони стійкі до інфляції і мають високу колекційну цінність. Нумізматичну програму МОК використовує вже протягом багатьох десятиліть.

Історична довідка – ЦЕ ЦІКАВО!!!

Мало хто знає, що дохід від олімпійських монет одного разу перевершив величину платежів від продажу прав теле і радіотрансляцій в 1984 р. Чистий дохід НОК США та ОКОІ у Лос-Анджелесі склав 73,5 млн. доларів.

Чеканку олімпійських монет за договором з МОК здійснюють монетні двори Канади, Австралії, Франції, Австрії, Греції та інших держав. Згідно Програми «Монети Сторіччя»,

присвяченій 100-річчю Олімпійських Ігор, у 1996 р Олімпійські монети карбували 40 різних країн. В результаті виконання Програми було випущено в обіг 90 тис. Золотих і 500 тис. Срібних монет, на яких представлені основні етапи розвитку Олімпійського Руху, види спорту, місця проведення Олімпіад.

12.5 Економічні програми організації і проведення Олімпійських ігор

Підготовка і проведення ОІ вимагає реалізації комплексу економічних заходів: витрати на створення спортивної та соціальної інфраструктури та поточні витрати, пов'язані з проведенням ОІ. Перший вид витрат забезпечується у більшій мірі державою та спонсорами, другий – ОКОІ.

З метою залучення засобів приватних компаній та фізичних осіб ОКОІ розробляють програми, у яких представлені напрями діяльності:

- залучення національних спонсорів;
- реалізація квитків на змагання;
- ліцензування, що реалізується під керівництвом МОК;
- випуск олімпійських монет та олімпійських поштових марок.

Історична довідка – ЦЕ ЦІКАВО!!!

ОКОІ «Сочі- 2014» продав більше 1,1 млн квитків на ОІ. Гостями Сочі стали уболівальники із 126 країн.

ОІ в Сочі висвітлювали 464 телеканали з усього світу – в 2 рази більше, ніж у Ванкувері. Хоча б 1 хв телетрансляцій ОІ переглянули більше 2 млрд осіб (на 200 млн більше, ніж у Ванкувері).

Кількість згадувань хештега #Sochi2014 в два рази перевищив населення Землі, а загальна кількість відгуків стосовно ОІ в соц. мережах досягла 13 млрд.

Загальна сума від надходжень маркетингової програми «Сочі 2014» склала 1,3 млрд доларів, що більше ніж у тричі перевищує зобов'язання Заявочної книги. ЦЕ дозволило ОКОІ в Сочі профінансувати більше 80 % підготовки і проведення з позабюджетних джерел.

Загалом для Ігор було побудовано 51 сучасних об'єктів – унікальний комплекс з льодових палаців, гірськолижних та санно-бобслейних трас, трамплінів, 4 гірськолижних курорти з довжиною трас близько 150 км.

Ігри висвітлювалися протягом 1300 годин (це тільки прямі включення), у тому числі 456 год випусків новин. Трансляція здійснювалася у 159 країнах, загальна телеаудиторія склала 3,5 млрд осіб.

Цим іграм передувала рекордна естафета Олімпійського вогню. Її довжина склала 65 000 км, що в 1,5 рази більше, ніж екватор Землі.

Рекомендована література

Основна:

29. Бріскін Ю. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі : [монографія] / Юрій Бріскін. – Львів : Край, 2006. – 346 с. – ISBN 966-547-206-2.

30. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 1. – 736 с. – ISBN 978-966-8708-15-2.

31. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 2. – 696 с. – ISBN 978-966-8708-17-6.

32. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.

33. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.

34. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464с. – ISBN 966-7133-71-0.

35. Энциклопедия Олимпийского спорта : в 5 т. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004.

Допоміжна:

45. Бріскін Ю. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. / Юрій Бріскін. – Львів : Ахілл, 2003. – 128 с. – ISBN 966-7617-51-3.

46. Бріскін Ю. Проблеми реалізації олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2011. – Вип. 12, т. 1. – С. 13–17.

47. Воробйов П. Г. На славу спорту в ім'я честі / Воробйов П. Г., Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1976. – 264 с.

48. Заседа І. І. Олімпійці / Заседа І. І. – Київ : Молодь, 1975. – 224 с.

49. Суник О. Б. Від Олімпії до Москви / Суник О. Б. – Київ : Здоров'я, 1980. – 200 с.

50. Трофим'як Б. Є. Фізична культура і спорт в Українській РСР / Трофим'як Б. Є. – Львів : Вища школа, 1987. – 160 с.

51. Фірсель Н. Й. Олімпійська зима: нариси / Фірсель Н. Й. – Київ : Веселка, 1978. – 152 с.

52. Хавин Б. Н. Все об Олимпийских играх / Хавин Б. Н. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 607 с.

53. Шанин Ю. В. Герои античных стадионов / Шанин Ю. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 141 с.

54. Шанин Ю. В. Олимпийские игры и поэзия эллинов / Шанин Ю. В. – Київ : Вища школа, 1980. – 184 с.

55. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова. – Київ : Олімпійська література, 2009. – 400 с. – ISBN 978-966-8708-14-5.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.

2. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>

3. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>

4. **Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.paralympic.org.ua>**
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.paralymp.ru>
6. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
7. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
8. Sochi Olympics-2014 Winter Games [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.sochi2014.com>
9. История Олимпийских Игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympiady.ru>
10. Олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>

Тема 13. Олімпійський спорт в Україні

13.1. Олімпійський спорт в Україні до 1992 р.

До 1992 року, коли МОК був визнаний НОК України як самостійної незалежної держави, олімпійський спорт України був складовою частиною олімпійського руху Росії (до 1917 р.), а в подальшому – колишнього СРСР. Це й визначало розвиток українського олімпійського спорту протягом століття.

Серед тих, хто 1894 р. разом із П'єром де Кубертенем активно брав участь у підготовці та проведенні Олімпійського конгресу в Парижі, що ознаменував еру відродження олімпійського руху, був російський генерал О. Д. Бутовський, який народився та виріс на Полтавщині. Серед запрошених на

перший Олімпійський конгрес представників Росії був і дворянський депутат з Києва Дмитро Меленевський.

На жаль, українських спортсменів не було серед учасників олімпійських змагань на Іграх I Олімпіади 1896 р. в Афінах ¹.

Не виступали спортсмени Росії й на іграх 1900 р. у Парижі та 1904 р. у Сент-Луїсі. Сталося це навіть не через фінансову скруту. У російських спортсменів ще не існувало жодного керівного органу і замовити про них слово в уряді було нікому. Лише на іграх IV Олімпіади 1908 р. у Лондоні Росію приватно представляли п'ятеро ентузіастів, яким меценати допомогли дістатися до британської столиці. Унікальний фігурист із Петербурга М. Панін-Коломенкін здобув золоту нагороду за виконання спеціальних фігур, срібні медалі на борівському килимі вибороли легковаговик М. Орлов та богатир-важковаговик А. Петров.

Певною мірою вдалий виступ піонерів російського олімпізму підштовхнув державних діячів до створення національного олімпійського комітету Росії, що було зроблено у 1911 році.

На Ігри V Олімпіади 1912 р. в Стокгольмі пройшли відбір до збірної команди Росії лише такі українські спортсмени, як П. За коворот та З. Купченко. Втішало те, що у команді Австрії стартував В. Понурський зі Львова, який був третім у попередніх забігах на 200 та 400 м ².

Відповідно до рішення Російського олімпійського комітету право на проведення Першої російської Олімпіади 1913 р. було надане Києву. Цього ж року був утворений Київський олімпійський комітет під керівництвом А. К.

Анохіна. У ці роки в Україні нараховувалось біля 200 різних спортивних колективів, в яких займалося спортом близько 8 тисяч чоловік. Так, окрім кількох уже існуючих на той час спортивних товариств «Сокіл», «Орел», автомобілістів, туристів, повітроплавання, яхт-клубів, було створено гурток «Спорт», тенісний клуб, клуб любителів спорту, гімнастичне товариство «Російський богатир», київське спортивне товариство та ін.

На організацію олімпіади було виділено 10 тис. рублів. Було реконструйовано велотрек та побудовано стадіон.

У змаганнях з 14 видів спорту виявили бажання взяти участь близько 600 спортсменів з 22 міст, зокрема українських - Києва, Харкова, Одеси, Чернігова, Кам'янця-Подільського, Луцька та ін. найбільш представницькими були змагання з легкої атлетики. Що зібрали 174 учасники, а найчисельнішу делегацію вивели на старт кияни.

Після Жовтневої революції 1917 року спортивне життя в Україні активізувалось ще більше. Почали будуватись спортивні споруди, створюватися нові спортивні організації, зросла кількість людей, що займалися спортом.

У 1923 році в Харкові на стадіоні «Спартак» та на Дніпрі у Києві (водні види спорту) пройшла I Всеукраїнська спартакіада, в якій взяло участь близько 300 спортсменів з 8 губерній.

Обов'язковим для всіх учасників було багатоборство – шестиборство для чоловіків і триборство для жінок. Не всі лідери молодшої української «королеви спорту» вийшли на старт в Харкові. Найкращі з них у ці дні виступали у Москві

(І Всесоюзне фізкультурне свято). Обов'язкові нововведення торкнулися також і футболістів. Перед усіма без винятку іграми тепер мали відбуватися змагання з обведення м'яча на 110-метровій лінії. Точності удару. Бігу на 60м та в естафетному бігу 11х1000м, що з часом замінила естафета 11х100м. Під час розіграшів призів це «навантаження» іноді відіграло вирішальне значення.

1923 р. в Харкові було створено Вищу раду фізичної культури України, яка об'єднала усі спортивні товариства. Новому керівному органу було надано функції Олімпійського комітету України, що на той час припинив свою діяльність.

На IV Всеукраїнській спартакіаді, яка проводилася у 1927 році, на старті різних змагань вже вийшло більше 20 тисяч чоловік. Вперше у змаганнях взяли участь сільські колективи, а також спортсмени Німеччини і Чехословаччини.

Майстерність спортсменів України була продемонстрована на I Всесоюзній спартакіаді у 1928 році, де українські спортсмени стали переможцями у багатьох видах спорту – гімнастиці, волейболі, гандболі, баскетболі, водному поло та ін.

Тридцять років стали періодом бурхливого розвитку українського спорту. У 1930 році було відкрито у Харкові Державний інститут фізичної культури України (ДІФКУ). П'ять технікумів фізичної культури працювали в Києві, Дніпропетровську, Одесі, Луганську й Артемівську. У 1931 році в Харкові було відкрито науково-дослідний інститут фізичної культури, а в 1935 р. при ДІФКУ була утворена вища школа тренерів.

В Україні виросла велика група спортсменів вищої кваліфікації.

Наприклад, у 1935 році В.Титов встановив два світових рекорди з кульової стрільби. Важкоатлет Г.Попов, застосовуючи науково обґрунтовану систему підготовки, протягом трьох років (1938-1940 рр.) встановив 126 рекордів СРСР, 79 з яких перевищували світові.

На жаль, спортсмени України майже не мали змоги брати участь у змаганнях за кордоном. Але ті можливості, що все ж таки випадали, використовувалися досить пристойно. Так на III Олімпіаді робочих-спортсменів в Антверпені у 1937 році гімнасти М.Дмитрієв, О.Бокова, Т.Деміденко, А.Зайцева, легкоатлетка З.Синицька, важкоатлети Г.Попов, М.Касьяник, Я.Куценко та інші спортсмени виступили дуже успішно.

Інтенсивно розвивалась база для занять спортом. У 1940 році в Україні було вже 610 стадіонів і комплексних спортивних майданчиків, більше 2,5 тисяч футбольних полів, біля 1,5 тисячі спортивних залів, біля 15 тисяч ігрових майданчиків.

Принципово новий етап розвитку спорту вищих досягнень розпочався в Україні після визнання МОК Олімпійського комітету СРСР і прийняття рішення про участь у Іграх XV Олімпіади 1952 р. в Гельсінкі.

Спортивні організації, тренери і спортсмени України включилися в олімпійську підготовку. Не дивлячись на відсутність досвіду участі в міжнародних змаганнях, спортсмени України чудово виступили на Іграх XV Олімпіади (10 золотих, 9 срібних і 1 бронзова медаль).

Належно виглядали спортсмени України і на Іграх Олімпіади у 50-60-і роки. Кожна четверта золота медаль була українською. В цей період в Україні

була вихована плеяда видатних спортсменів сучасного олімпійського руху: гімнасти В.Чукарін ³, Л.Латиніна ⁴, Б.Шахлін, М. Гороховська ⁵; легкоатлети В.Голубничий, В.Крепкіна, важкоатлет Л.Жаботинський, плавчиха Г.Прозуменщикова, веслувальник А.Шапаренко.

Такі результати були відображенням добре відпрацьованої системи підготовки в Україні спортсменів вищої кваліфікації. Основними елементами цієї системи були:

- піклування держави про розвиток фізичного виховання, дитячо-юнацького спорту і спорту вищих досягнень;
- наявність організаційно-методичної системи масового спорту і спорту вищих досягнень;
- широка мережа спортивних споруд, колективів фізкультури, дитячих спортивних шкіл та інших організацій, зайнятих підготовкою спортсменів;
- популярність спорту серед населення України, особливо у дітей і молоді, здорова соціальна атмосфера навколо спорту вищих досягнень;
- ефективна система підготовки тренерів і організаторів спорту в інститутах і технікумах фізичної культури;
- високий рівень розвитку спортивної науки, перш за все теорії і методики спортивного тренування і спортивної фізіології.

Після поразки на Іграх ХІХ Олімпіади в Мехіко (1968) в Україні була значно модифікована система організації підготовки спортсменів, інтенсифікувались будівництво сучасних спортивних споруд, збільшилось фінансування олімпійського спорту, почали створюватися сучасні центри олімпійської підготовки. Велика увага зверталась на підготовку спортивного резерву, централізацію підготовки збірних команд, суттєво була вдосконалена методика підготовки, значно зросли тренувальні й змагальні навантаження.

З'явилося нове покоління видатних спортсменів в Україні, про що свідчать виступи українських спортсменів на Іграх в Сеулі (XXII ОІ, 1988) і в

Барселоні (1992).

Досягнення спортсменів України в ці роки були обумовлені в першу чергу інтенсивним розвитком сучасної бази для занять спортом. Комплексні центри олімпійської підготовки включали не тільки стадіони, басейни, зали та інші споруди, але і місця для проживання, харчування, навчання, відпочинку, відновлення та інше.

Аналізуючи рівень розвитку олімпійського спорту в Україні в останні десятиріччя слід відзначити, що основні досягнення були в літніх видах спорту – в першу чергу, в легкій атлетиці, гімнастиці, фехтуванні, різних видах боротьби, гандболі, футболі та інших.

Що стосується зимових видів спорту, то тут вклад спортсменів України у складах збірних команд СРСР не був суттєвим. На різних ЗОІ від України брало участь по декілька спортсменів.

Цікаво знати:

¹ Група спортсменів з Одеського спортивного союзу відправилася до столиці Греції, однак через нестачу коштів вони дісталися лише до Константинополя.

Є достовірні підтвердження того, що під час проведення у 1896 році Ігор II Олімпіади там побував киянин Микола Ріхтер (стрільба з луку, фехтування). До Греції він поїхав не як представник Росії, а самостійно і можливо саме тому не відображений у вітчизняній історіографії як учасник Ігор Олімпіад.

² Російська делегація на новому Королівському стадіоні шведської столиці була однією з найчисельніших, проте жодної золотої медалі в її активі не виявилось.

³ Віктор Чукарін – людина-легенда, яка завоювала 11 олімпійських медалей, серед яких 7 золотих (1952, 1956), 3 срібні (1952, 1956) та одна бронзова (1956), абсолютний чемпіон світу (1954), чемпіон світу та бронзовий призер в окремих видах багатоборства (1954), заклав початок безпрецедентному ряду олімпійських перемог школи українських гімнастів.

⁴ Лариса Латиніна – дворазова абсолютна олімпійська чемпіонка у багатоборстві (1956, 1960), багаторазова олімпійська чемпіонка та призерка в окремих видах багатоборства (1956, 1960, 1964). Дворазова абсолютна чемпіонка світу (1958, 1962), та дворазова абсолютна чемпіонка Європи (1957, 1961). Володарка 18 олімпійських нагород. Її успіхи занесені до книги рекордів Гіннеса.

⁵ Сенсаційним на Іграх Олімпіади у Гельсінкі став виступ Марії Гороховської. Яка виборола сім х медалей у змаганнях зі спортивної гімнастики – 2 золоті і 5 срібних. Вона здобула титул абсолютної чемпіонки Ігор XV олімпіади (у багатоборстві) та встановила незнаний доти рекорд за кількістю медалей. Здобутих гімнастками на одних Іграх Олімпіади.

13.2. Сучасний стан олімпійського спорту в Україні

Після визнання МОКом НОК України у 1992 році олімпійський рух в Україні став самостійним і відразу зустрівся з великою кількістю складних проблем:

- докорінна перебудова суспільства;
- тяжка економічна криза;
- політична нестабільність,
- відсутність структур керування олімпійським спортом;
- відсутність представництва в міжнародних структурах;
- відсутність кваліфікованих суддів з олімпійських видів спорту;
- відсутність досвідчених тренерів збірних олімпійських команд;
- відсутність достатньої фінансової бази спорту вищих досягнень;
- відсутність серйозної підтримки з боку держави.

Слід відзначити, що до 1992 року вся робота з підготовки збірних олімпійських команд здійснювалася на 90% московськими фахівцями.

Виключення складали окремі видатні тренери України, які мали великий досвід роботи в якості головних і старших тренерів збірних олімпійських команд.

Саме силами цих фахівців вже до кінця 1992 року була розроблена концепція підготовки спортсменів України до ХУІІ ЗОІ 1994 р. в Лілліхаммері і до Ігор ХХУІ Олімпіади 1996 р. в Атланті.

Основна увага була концентрована на наступних принципах:

- органічний взаємозв'язок усіх компонентів підготовки спортсменів до ОІ – організаційних, матеріально-технічних, науково-методичних та ін.;
- спрямованість всієї системи олімпійського спорту на демонстрацію найвищого, максимально можливого для кожного спортсмена результату на ОІ;
- визначення елітної групи спортсменів вищої кваліфікації, здатних досягти результатів, необхідних для успішного виступу на ОІ і створення цій групі усіх необхідних умов, подібних закордонним конкурентам.

В концепції також були виділені пріоритетні завдання у сфері загальної стратегічної підготовки, в її організації і матеріально-технічному забезпечення, плануванні підготовки, системі відбору кандидатів в збірні команди і в стартові

склади, в науково-методичному, медико-біологічному та інформаційному забезпеченні підготовки спортсменів і команд, у підготовці кадрів спеціалістів і підвищення їх кваліфікації.

Велику організаційну роботу в стислі строки здійснив НОК, який очолював дворазовий олімпійський чемпіон Валерій Борзов федерації з олімпійських видів спорту.

НОК України співпрацює з державними, громадськими та іншими організаціями. На засадах незалежності та доброї волі Національний олімпійський комітет України об'єднує 40 федерацій з олімпійських видів спорту. НОК також має 27 відділень у всіх областях, а також в Автономній республіці Крим, містах Києві і Севастополі.

Президентами НОК України в різні роки були:

- Валерій Борзов – 1990-1998 роки;
- Іван Федоренко – 1998-2002 роки;
- Віктор Янукович – 2002-2005 роки.

З 23 червня 2005 року НОК України очолює Олімпійський чемпіон, член МОК, Герой України Сергій Назарович Бубка. Першим віце-президентом є Сафіуллін Равіль Сафович. Окрім нього у складі виконкому є ще п'ять віце-президентів та 21 член НОК.

Членами МОК в Україні є Олімпійські чемпіони Валерій Борзов (з 1994) та Сергій Бубка (з 1999). НОК України має угоди з відомими у світі компаніями, які підтримують олімпійський рух.

В 1995 році НОК України почав випускати свій офіційний журнал під назвою "Олімпійська арена", який виходить кожного місяця, а з 1997 року

видає раз на два тижні бюлетень "Олімпійські новини від НОК України". НОК України має широкі зв'язки з НОКами сусідніх країн та олімпійськими організаціями. Представники НОК України є членами різних міжнародних організацій і об'єднань. Тісні зв'язки НОК України має з українськими спортивними осередками за кордоном. Комітети друзів НОК України були створені і працюють зараз у США, Канаді, Австралії.

13.3. Спортсмени України в Іграх Олімпіад (після 1952 р.)

Всього за 62-річний період участі у Літніх та Зимових Олімпійських іграх українські спортсмени завоювали 621 медаль (станом на 2014 рік), з них: 236 золотих, 172 срібних, 213 бронзових нагороди. В тому числі за період незалежності нашої держави – **115** нагород у Іграх Олімпіад (33 золоті, 27 срібних та 55 бронзових медалей) та 7 – на зимових олімпійських іграх (2 золоті, 1 срібну та 4 бронзові медалі).

Ігри XV Олімпіади, Хельсінки, 1952 р.

25 представників України здобули 10 золотих, 9 срібних та 1 бронзову нагороду.

Гімнаст зі Львова Віктор Чукарін став володарем золотої медалі абсолютного чемпіона та золотих медалей у вправах на коні, стрибках і у командному заліку. У вправах на брусах і кільцях він завоював срібні медалі.

Львів'янин Дмитро Леонкін отримав золоту медаль за командну першість і бронзову за вправи на кільцях.

Харків'янка Марія Гороховська виграла золоту медаль абсолютної чемпіонки і чотири срібні медалі у всіх видах гімнастичного багатоборства. Киянка Ніна Бочарова посіла друге місце у багатоборстві і перше у вправах на колоді. На золоту сходинку олімпійського п'єдесталу після концентраційних таборів Другої світової війни, піднявся борець класичного стилю – спортсмен із Запоріжжя – Яків Пункін. Таким чином майже весь здобуток олімпійських медалей Україні принесли гімнасти.

Ігри XVI Олімпіади, Мельбурн, 1956.

34 спортсмени України (14 золотих, 4 срібних і 11 бронзових нагород). Ці Ігри відкрили світу одну з найталановитіших спортсменок сучасності – Ларису Латиніну. Латиніна виступала на XVI, XVII і XVIII Іграх Олімпіад. На перших двох вона стала олімпійською чемпіонкою у багатоборстві, на всіх трьох – чемпіонкою у вільних вправах, один раз – в опорному стрибку. Ця видатна спортсменка є володарем 18 олімпійських медалей – рекорд для спортсменів сучасності.

У Мельбурні першу золоту медаль у вправах на коні отримав київський гімнаст Борис Шахлін. Латиніна, Шахлін, Чукарін, а також киянин Юрій Тітов та донеччанка Поліна Астахова були нагороджені золотими медалями за командну першість. А Віктор Чукарін повторив свій успіх XV Олімпіади і знову став абсолютним чемпіоном.

Чемпіоном Ігор в Мельбурні був і харківський важкоатлет Ігор Рибак

(вагова категорія до 67,5 кг). Киянин Віталій Романенко переміг у стрільбі по рухомій мішені "Олень, що біжить" (вважається «довічним» чемпіоном у цій вправі, оскільки вона була знята після Ігор 1956 р.). Володарем золотої медалі у командній першості змагань з сучасного п'ятиборства став киянин Іван Дерюгін.

Таким чином знову левову частку всіх медалей для України здобули гімнасти.

Ігри XVII Олімпіади, Рим, 1960 р.

36 спортсменів України (16 золотих, 11 срібних та 6 бронзових медалей).

Найбільше нагород здобули олімпійці України у змаганнях зі спортивної гімнастики. Борис Шахлін: абсолютний чемпіон в особистій першості, золоті медалі за вправи на брусах, коні, опорному стрибку, срібні за командну першість і за вправи на кільцях, бронзова – за вправи на перекладині.

Юрій Титов: срібна медаль в команді, срібна – за вільні вправи і бронзова в особистій першості.

Лариса Латиніна: золоті медалі – в команді, абсолютна особиста першість, вільні вправи, срібні – за вправи на брусах і колоді, бронзова – за опорний стрибок.

Поліна Астахова: золото – командна першість, вправи на брусах, срібло – за вільні вправи і бронза за особисту першість у багатоборстві.

Маргарита Ніколаєва: золоті медалі за командну першість і за опорний стрибок.

Ігри XVII Олімпіади ознаменувались появою чемпіонів серед легкоатлетів України. Чемпіоном став Володимир Голубничий – ходьба на 20 км.

Золоті медалі в легкій атлетиці також завоювали Людмила Лисенко (біг на 800 м), Вера Крепкіна (стрибки у довжину), Віктор Цибуленко (метання спису).

Золоту медаль серед богатирів важкої ваги здобув киянин Іван Богдан (класична боротьба).

Ігри XVIII Олімпіади, Токіо, 1964 р.

34 спортсмени України – 13 золотих, 12 срібних, 7 бронзових медалей.

Золоті медалі завоювали ветерани спортивної гімнастики – Лариса Латиніна (вільні вправи і командна першість), Поліна Астахова (бруси і командна першість), Борис Шахлін (перекладина).

З'явилася перша володарка золотої медалі з плавання – 16-річна школярка з Севастополя Галина Прозуменщикова ¹ (200 м брасом).

Першим серед українських фехтувальників здобув золоту медаль шпажист Григорій Крисс ².

Валерій Брумелъ став чемпіоном Олімпіади у стрибках у висоту.

Серед штангістів важкої ваги золоту медаль у напруженій боротьбі виграв Леонід Жаботинський.

Золотими медалями відзначені виступи веслувальників: черкасець Андрія Химича (каное-двійка), Володимир Морозов (байдарка-четвірка).

Переможцями Ігор у волейбольному турнірі стали харків'янин Юрій Поярков, Юрій Венгеровський та одесит Едуард Сибіряков.

Цікаво знати:

¹ За два місяці до олімпійського старту галина прозуменщикова потрапила на операційний стіл з гострим апендицитом. Вже через 10 днів після операції вона повернулася на доріжки басейну.

² Григорій Крисс – «незручний» для суперників – він лівша і мав блискавичну реакцію. Шпажисти жартували, що виставлений на мить мізинець з-під гарди шпаги. Дає можливість Григорію миттєво вразити суперника.

Ігри XIX Олімпіади, Мехіко, 1968 р.

51 спортсмен з України – 14 золотих, 10 срібних та 8 бронзових медалей.

Серед тих українських спортсменів, які домоглися особистих перемог на XIX Олімпіаді, першим слід назвати видатного майстра вітрильного спорту киянина Валентина Манкіна (клас одиночок "Фінн")

Серед олімпійських чемпіонів з вільної боротьби вперше з'явилося ім'я представника України – Бориса Гуревича ¹, який став переможцем у середній ваговій категорії (до 87 кг).

Золоті медалі завоювали вже добре відомі спортсмени Володимир Голубничий та Леонід Жаботинський.

Семеро представників України стали олімпійськими чемпіонами з волейболу: кияни Володимир Іванов та Борис Терещук, одесити Євгеній Лапинський та Віктор Михальчук, харків'яни Юрій Поярков та Васіліус Матушевас, луганчанин Володимир Беляєв.

Золотою медалю за перемогу в командному заліку був нагороджений львівський шабліст Віктор Сидяк.

Володарями золотих медалей на байдарці-двійці стали Олександр Шапаренко із Сум та киянин Володимир Морозов. А до цього В.Шапаренко виборов срібну медаль на байдарці–одиначці.

Цікаво знати:

¹ Борис Гуревич позував скульптору Вучетичу при створенні скульптури «Перекуємо мечі на орала», що височить сьогодні перед будівлею ООН.

Ігри XX Олімпіади, Мюнхен, 1972 р.

71 спортсмен України вибороли 20 золотих, 7 срібних та 13 бронзових медалей.

Героєм Ігор XX Олімпіади визнано видатного спринтера Валерія Борзова. Першим з європейців В.Борзов завоював на одній Олімпіаді золоті медалі за

перемогу в бігу на 100 і 200 м, а також срібну нагороду в естафеті 4x100 м.

Спортивним бійцем найвищого класу продемонстрував себе десятиборець з Одеси Микола Авилов. Він виграв золоту медаль зі світовим рекордом (8454 очка).

З першої ж спроби став олімпійським чемпіоном киянин Анатолій Бондарчук (метання молоту).

На яхті класу "Темпест" золото здобули Валентин Манкін і Віталій Дирдира з Київа

Великого успіху досягли веслярі на байдарках і каное. Юлія Рябчинська з Одеси та Олександр Шапаренко були першими на байдарках одиночках. Харків'янка Катерина Куришко (Нагірна) перемогла на байдарці-двійці. Кияни Юрій Філатов, Юрій Стеценко і Володимир Морозов випередили усіх на байдарці-четвірці.

Одесит Яків Железняк у стрільбі по мішені "бігучій кабан" став чемпіоном із світовим рекордом – 569 очок.

Киянин Володимир Семенець і харків'янин Ігор Целовальников перемогли у велоперегонах на треку (тандем).

Вперше олімпійськими чемпіонами стали баскетболісти Анатолій Поливода і Сергій Коваленко.

Серед майстрів водного поло олімпійським чемпіоном став Олексій Баркалов '.

Чемпіонами Ігор XX олімпіади з велосипедного спорту (трек) у гонці на

тандемах стали Володимир Семенець та Ігор Целовальников.

Павло Ледньов та Борис Онищенко здобули перемогу у змаганнях з сучасного п'ятиборства в командній першості.

Цікаво знати:

¹ Олексій Барка лов зіграв за збірну команду країни більше матчів (412, ніж будь який інший ватерполіст світу, за що його ім'я було внесено до книги рекордів Гіннеса.

Ігри XXI Олімпіади, Монреаль, 1976 р.

96 спортсменів України отримали 28 золотих, 21 срібну та 21 бронзову медаль.

У перший день Олімпіади чемпіоном в командних велоперегонах на 100 км став Анатолій Чуканов з Луганська.

Золоті нагороди завоювали також Сергій Петренко (Одеса) – веслування на каное 500 і 1000 м; Сергій Нагорний (Хмельницький) – байдарка-двійка; 500 м – срібло, 1000 м – золото.

Перше місце на байдарці-четвірці зайняли Юрій Філатов (Київ) та Сергій Чухрай (Нова Каховка).

Метальник молота Юрій Сєдих піднявся на найвищу сходинку п'єдесталу встановивши, до того ж, новий олімпійський рекорд, а його тренер,

олімпійський чемпіон попередніх Ігор А.Бондарчук став третім.

Олександр Колчинський впевнено переміг у важкій категорії (понад 100 кг) у змаганнях з греко-римської боротьби.

Золоті медалі також здобули: Павло Пінігін (боротьба вільна до 74 кг), Сергій Новиков – перший з дзюдоїстів важкої ваги.

Окрім того, чемпіоном Ігор XXI Олімпіади з важкої атлетики у ваговій категорії до 67,5кг став львів'янин Петро Король.

Раїса Курв'якова та Наталія Климова здобули золото у змаганнях з баскетболу.

Олімпійськими чемпіонами стали гандболісти: Михайло Іщенко, Сергій Кушнирюк, Юрій Лагутін, Олександр Резанов. У жінок – Людмила Бобрусь, Тетяна Макарець, Тетяна Глущенко, Галина Захарова, Лариса Карлова, Марія Літошенко, Ніна Лобова, Тетяна Макарець, Людмила Панчук, Зінаїда Турчина, Наталія Шерстюк. Любов Одинокова.

Ігри XXII Олімпіади, Моква, 1980 р.

92 спортсмени України отримали 41 золоту, 19 срібних та 18 бронзових медалей.

Золотими медалістами зокрема були плавці Сергій Фесенко (Київ) – плавання, 200м батерфляй та Олександр Сидоренко (Маріуполь) – комплексне плавання на 400м

Надія Ткаченко (Донецьк) стала переможцем змагань у легкоатлетичному п'ятиборстві, встановивши при цьому світовий рекорд.

Ще одне легкоатлетичне золото принесла в скарбницю Надія Олізаренко у бігу на 800 м і також зі світовим рекордом

Зі світовим рекордом та золотою медаллю відповідно закінчив змагання у метанні молоту Юрій Сєдих. Відзначився золотом і український штовхальник ядра з Кременчука - Володимир Киселев

Винагороду найвищого гатунку в естафеті 4x400м здобули Тетяна Пророченко (Запоріжжя) і Ніна Зюськова (Донецьк) в жіночій команді та Віктор Бураков – у чоловічій.

Ще одне олімпійське золото здобув Олександр Колчинський у греко-римській боротьбі класична (вага понад 100кг).

Брати Анатолій та Сергій Белоглазов (Київ) стали чемпіонами Ігор в Москві з вільної боротьби (у вагових категоріях, відповідно, до 52кг та до 57кг).

Ілля Мате (Донецьк) також поповнив українську олімпійську скарбницю золотом, яке здобув у змаганнях з вільної боротьби (вага до 100кг)

Султан Рахманов (Дніпропетровськ) – переможець змагань з важкої атлетики у ваговій категорії понад 110кг.

У веслуванні на каное (500м) кращим виявився херсонець Сергій Пострехін. На дистанції 1000м він здобув ще срібло.

Василь Юрченко (Цюрупінск) – веслування на каное (двійка) 1000 м

Дві золоті медалі на Іграх в Москві здобув Сергій Чухрай (Нова Каховка) – веслування на байдарці-двійці на дистанціях 500 і 1000 м

Київський спортсмен Валентин Манкін відзначився золотом у

вітрильному спорті, клас яхт "Зірковий", разом з ним і шкотовий Олександр Музиченко

Не залишилося без золота і українське фехтування на рапірах. Так, у цій дисципліні перемогу здобув Володимир Смірнов (Київ).

Вдруге поспіль золотом відзначились наші гандболістки – Людмила Порадник, Ольга Зубарева, Лариса Карлова, Тетяна Кочергіна, Наталя Лук'яненко, Любов Одинокова, Ірина Пальчикова, Зінаїда Турчина, Наталя Тимошкіна, Валентина Лутаєва.

Волейболісти-чоловіки – Федір Лацонов, Валерій Кривов (Луганськ), Юрій Панченко (Київ) також привезли додому золоті олімпійські медалі.

Не залишилась без золота і наша спортивна гімнастика. Стела Захарова (Київ) та Богдан Макуц (Львів) у командній першості піднялися на найвищу сходинку п'єдесталу.

У командній першості в кінному спорті з подолання перешкод та виїздки перемогу українській команді принесли відповідно Віктор Погановський (Миколаїв) та Віра Місевич (Київ).

У змаганнях з сучасного п'ятиборства в командній першості золото українцям привіз Павло Ледньов.

Нагороду найвищого гатунку Україна отримала і у змаганнях з водного поло, яку приніс їй Олексій Баркалов (Київ)

У гонці переслідуванні на 4000 м золото здобув Валерій Мовчан (Херсон)

Ігри XXII Олімпіади, Лос-Анджелес, 1984 р.

У травні 1984 року Політбюро ЦК КПРС прийняло рішення про недоцільність участі радянських спортсменів в Іграх олімпіади у Лос-Анджелесі. В результаті від участі в іграх після СРСР відмовилися усі соціалістичні країни (за винятком Румунії), Ангола, Афганістан, Лаос, Ефіопія (що певною мірою залежали від СРСР).

Наслідком бойкоту стало те, що спортсмени згаданих країн (серед яких багато претендували на олімпійські нагороди) не з власної волі опинилися поза цими Іграми, а чотирирічна напружена підготовка не могла бути реалізована.

Зважаючи на це, керівниками спортивних організацій країн соціалістичного співтовариства у червні 1984 року було прийнято рішення про проведення турнірів «Дружба-84». До їхньої програми увійшли 24 олімпійські види спорту, а також настільний теніс, жіноча кульова стрільба і самбо.

Під час турніру було встановлено 12 світових рекордів та продемонстровано 72 результати, що перевищили олімпійські рекорди, встановлені на Іграх у Лос-Анджелесі.

Ігри XXIV Олімпіади, Сеул, 1988 р.

103 спортсмени України вибороли 21 золоту, 17 срібних та 25 бронзових медалей.

«Проривом» цих Ігор можна вважати українського стрибуну із жердиною Сергія Бубку¹, який здобув золото.

Чемпіонами Ігор XXIV Олімпіади з баскетболу стали українські спортсмени Олександр Білостінний та Олександр Волков.

У складі збірної команди СРСР з футболу олімпійськими чемпіонами стали Володимир Лютий, Олексій Михайличенко, Олексій Чередник, Володимир Татарчук та Вадим Тищенко.

У стендовій стрільбі (траншейний стенд) переможне золото отримав Дмитро Монаков.

Окремі дисципліни легкої атлетики також стали золотими для українських спортсменів. Зокрема, Марія Пінігіна та Людмила Джигалова у складі команди в естафетному бігу 4x400м здобули золото. Тетяна Самолеко продемонструвала найвищий результат в бігу на 3000м. В естафетному бігу 4x100м олімпійське золото отримав Віктор Бризгін, а Геннадій Авдеєнко став чемпіоном у стрибках у висоту.

Ольга Стражева здобула перемогу у змаганнях зі спортивної гімнастики.

Чемпіоном Ігор у Сеулі з вільної боротьби (вагова категорія до 57кг) став Сергій Белоглазов.

У ігрових видах спорту, зокрема у гандболі (Олександр Романов) та волейболі (Ольга Шкурнова) наша команда отримала поповнення золотими олімпійськими винагородами.

Цікаво знати:

¹ Сергій Бубка встановив 35 світових рекордів (останній бм 15см встановлено у1993 р.), за що його ім'я було занесено до Книги рекордів Гіннеса. Він першим подолав 6-метрову висоту у стрибках із жердиною. Лише у 2014

році французу [Рено Лавіллені](#) вдалося встановити новий світовий рекорд, перевершивши попередній на 1см (змагання у Донецьку).

Ігри XXV Олімпіади, Барселона, 1992 р.

82 спортсмени України отримали 17 золотих, 14 срібних, 9 бронзових медалей у складі Об'єднаної команди СНД.

Доволі значний внесок на цих Іграх до української олімпійської скарбниці зробили спортивні гімнасти. Так, дві золоті медалі здобула Тетяна Гуцу (Одеса) зі спортивної гімнастики у багатоборстві і командній першості. Дворазовою олімпійською чемпіонкою зі спортивної гімнастики була і Тетяна Лисенко (Херсон), а саме у командній першості та вправах на колоді. Золоті медалі принесли Україні і Рустам Шаріпов (Харків), Григорій Мілютін та Ігор Коробчинський (Луганськ) у командній першості зі спортивної гімнастики.

Відзначилась цього разу і художня гімнастика. Золото в особистій першості здобула Олександра Тимошенко (Київ).

Легкоатлетки Людмила Джиганова (Харків) та Ольга Бризгіна (Луганськ) отримали командне олімпійське золото в естафетному бігу 4x400м.

Сергій Бебешко та Юрій Гаврилов (Київ) у складі команди з гандболу також піднялися на найвищу сходинку п'єдесталу.

Чемпіоном Ігор з греко-римської боротьби у ваговій категорії до 48кг став Олег Куреченко.

Григорій Погосов та Вадим Гутцайт (Київ) отримали перемогу у

командній першості у фехтуванні на шаблях.

Баскетболістки Олена Жирко та Марина Ткаченко (Київ) завоювали баскетбольне золото.

Ігри XXVI Олімпіади, Атланта, 1996

234 спортсмени представляли нашу країну на основних змаганнях та завоювали значну кількість нагород. 23 завойовані олімпійські медалі (9 золотих, 2 срібні, 12 бронзових) вивели збірну команду України на гідне – дев'яте місце у командному заліку.

Золотими олімпійськими чемпіонами на цих Іграх були:

Євген Браславець та Ігор Матвієнко – вітрильний спорт (клас “470”),

Володимир Кличко ¹ – бокс (вагова категорія понад 91кг),

Інеса Кравець ² – легка атлетика (потрійний стрибок),

В'ячеслав Олійник – греко-римська боротьба (вагова категорія 90кг),

Лілія Подкопаєва – дворазова олімпійська чемпіонка зі спортивної гімнастики (особиста першість у багатоборстві та у вільних вправах),

Серебрянська Катерина – чемпіонка з художньої гімнастики в особистій першості (у багатоборстві),

Таймазов Тимур – важка атлетика (вагова категорія до 108кг),

Шаріпов Рустам – спортивна гімнастика (вправи на брусах).

Срібні медалі здобули:

Світлана Мазій, Діна Міфтахутдінова, Інна Фролова та Олена Рожина – веслування академічне у складі екіпажу четвірки парної.

Лілія Подкопаєва – гімнастика спортивна (вправи на колоді).

Бронзові нагороди отримали:

Інга Бабакова – легка атлетика (стрибки у висоту),

Олександр Багач – легка атлетика (штовхання ядра),

Олена Вітриченко – гімнастика художня (особиста першість у багатоборстві),

Денис Готфрід – важка атлетика (вагова категорія до 99кг),

Юрій Єрмаков, Рустам Шаріпов, Григорій Мілютін, Ігор Коробчинський, Олександр Світличний, Володимир Шаменко, Олег Косяк – гімнастика спортивна (командна першість),

Заза Зазіров – боротьба вільна (вагова категорія до 68кг),

Андрій Калашніков – боротьба греко-римська (вагова категорія до 52кг),

Олег Кірюхін – бокс (вагова категорія до 48кг),

Олена Пахольчик та Руслана Таран – вітрильний спорт (клас «470»),

Садовнича Олена – стрільба з лука (особисті змагання),

Тедєєв Ельбрус – боротьба вільна (вагова категорія до 62кг).

Цікаво знати:

¹ Володимир Кличко не залишив їй шансу своїм суперникам на ринг Ігор в Сідней. Сенсаційним у цій перемозі українського боксера було те, що протягом дуже тривалого часу (з 1964 до 1992 року) олімпійськими чемпіонами у суперважкій категорії ставали лише темношкірі боксери зі США, Куби та Канади.

² Інесса Кравець перша олімпійська чемпіонка у потрійному стрибку, адже ця дисципліна була вперше представлена на Іграх 1996 року.

Ігри XXVII Олімпіади, Сідней, 2000

Україну на Іграх у Сідней представляли 234 атлети, які вибороли, як і на попередніх Іграх, 23 олімпійські нагороди, серед яких 3 золоті, 10 срібних та 10 бронзових медалей.

Одним із найгучніших тріумфів на Іграх XXVII Олімпіади у змаганнях з плавання став блискучий виступ 18-річної української спортсменки Яни Клочкової ¹. На доріжках олімпійського басейну, встановивши світовий та олімпійський рекорди, Яна впевнено перемогла на дистанції 400м комплексним плаванням. А у комплексному плаванні на 200 м також фінішувала першою, встановивши новий олімпійський рекорд.

Микола Мільчев отримав золото у змаганнях зі стендової стрільби (круглий стенд).

Срібні медалі здобули:

Олександр Береш, Валерій Гончаров, Роман Зозуля, Руслан Мезенцев, Валерій Перешкура та Олександр Світличний – срібні призери Олімпіади зі спортивної гімнастики у командній першості,

Наталія Бурдейна, Катерина Сердюк, Олена Садовнича – стрільба з лука (командні змагання),

Євген Буслович – боротьба вільна (у ваговій категорії до 58кг),

Сергій Доценко – бокс (у ваговій категорії до 67кг),

Яна Клочкова – плавання на дистанції 800м вільним стилем,

Андрій Котельник – бокс (у ваговій категорії до 60кг),

Сергій Матвєєв, Олександр Симоненко, Олександр Феденко, Сергій Чернявський – срібні призери з велосипедного спорту (трек) у командній гонці переслідування на 4000м,

Денис Силантьєв – плавання на дистанції 200м батерфляєм,

Давид Солдадзе – боротьба греко-римська (у ваговій категорії до 97кг),

Оксана Цигульова – стрибки на батуті.

Бронзові медалі:

Олександр Береш – гімнастика спортивна (особиста першість у багатоборстві),

Олена Говорова – легка атлетика (потрійний стрибок),

Сергій Данильченко – бокс (вагова категорія до 54кг),

Олена Жупіна та Анна Сорокіна – стрибки у воду (синхронні стрибки з трампліну),

Руслан Машуренко – дзюдо (вагова категорія до 90кг),

Олена Пахольчик та Таран Руслана – вітрильний спорт (клас «470»),

Володимир Сидоренко – бокс (вагова категорія до 51кг),

Андрій Федчук – бокс (вагова категорія до 81кг),

Роман Щуренко– легка атлетика (стрибки у довжину),

Ірина Янович– велоспорт (спринтерська гонка на 1000м).

Цікаво знати:

¹ За виняткові спортивні досягнення на Олімпійських іграх, піднесення спортивного авторитету України в світі Яні Клочковій присвоєно звання Героя України.

Ігри XXVIII Олімпіади, Афіни, 2004

Збірну команду України представляли 245 спортсменів, які здобули 23 олімпійські нагороди (9 золотих, 5 срібних та 9 бронзових), що принесло у загальному заліку 12-е місце.

Золоті медалі:

Ельбрус Тедеев виборов олімпійську нагороду найвищого гатунку

здобувши титул олімпійського чемпіона у вільній боротьбі (у ваговій категорії до 66кг),

Юрій Білоног – легка атлетика (штовхання ядра),

Валерій Гончаров – спортивна гімнастика (вправи на брусах),

Яна Клочкова – дворазова олімпійська чемпіонка ігор XXVIII Олімпіади з плавання на дистанціях 200 і 400м комплексного плавання (загалом 4 золотих і 1 срібна олімпійські медалі),

Олена Костевич – стрільба стендова (пневматичний пістолет),

Ірина Мерлені-Мельник – чемпіонка Ігор в Афінах з вільної боротьби (вагова категорія до 48кг),

Юрій Нікітін – стрибки на батуті,

Скакун Наталія – важка атлетика (вагова категорія до 63кг).

Срібні медалі:

Роман Гонтюк – дзюдо (вагова категорія до 81кг),

Ганна Калініна, Світлана Матевушева та Руслана Таран – вітрильний спорт (клас «Інглінг»),

Георгій Леончук та Родіон Лука – вітрильний спорт (клас «49-er»),

Олена Красовська – легка атлетика (біг на 110м з бар'єрами),

Ігор Разорьонов – важка атлетика (вагова категорія до 105кг).

Бронзові медалі:

Анна Безсонова– гімнастика художня (в особистій першості),

Наталя Борисенко, Анастасія Бородіна, Ганна Бурмистрова, Марина Вергелюк, Ірина Гончарові, Лариса Заспа, Наталія Ляпіна, Галина Маркушевська, Олена Радченко, Оксана Райхель, Ганна Сюкало, Олена Цигиця, Тетяна Шинкаренко, Людмила Шевченко та Олена Яценко – гандбол,

Сергій Гринь, Сергій Білоусенко, Леонід Шапошников та Олег Ликов – веслування академічне у складі екіпажу четвірки,

Віктор Рубан, Дмитро Грачов та Олександр Сердюк – стрільба з лука (командні змагання),

Андрій Сердінов – плавання 9дистанція 100м батерфляєм),

Вікторія Стьопіна – легка атлетика (стрибки у висоту),

Тетяна Терещук-Антіпова – легка атлетика (біг на 400м з бар'єрами),

Владислав Третьак – фехтування (особиста першість),

Олена Череватова, Тетяна Семикіна, Осипенко Інна та Анна Балабанова – веслування у складі екіпажу байдарки-четвірки.

Ігри XXIX Олімпіади, Пекін, 2008

Участь в Іграх прийняли 254 спортсмена збірної команди України, котрі у підсумку здобули 27 олімпійських медалей різного гатунку (7 золотих, 5 срібних, 15 бронзових).

Золоті медалі:

Однією з найгучніших сенсацій Ігор в Пекіні став виступ жіночої збірної

команди України з фехтування на шаблях у командній першості (дисципліна вперше включена у програму Ігор Олімпіад).

Українська команда шаблістом у складі Ольги Харлан, Олени Хомрової, Галини Пундик та Ольги Жовнір піднялася на найвищу сходинку олімпійського п'єдесталу.

Василь Ломаченко ¹ здобув золото в боксерському поєдинку у ваговій категорії до 57кг.

Олександр Петрів – переможець Ігор зі швидкісної стрільби з пістолета на 25м.

Артур Айвазян – стрільба з малокаліберної гвинтівки, положення «лежачи».

Віктор Рубан – чемпіон зі стрільби з лука в особистій першості.

Наталія Добринська – легка атлетика (семиборство).

Інна Осипенко-Радомська – веслування на байдарці-одиначці.

Срібні медалі:

Ольга Коробка – важка атлетика (вагова категорія понад 75 кг),

Ірина Ліщинська – легка атлетика (біг на 1500м),

Андрій Стаднік – вільна боротьба (вагова категорія до 66 кг),

Юрій Сухоруков – кульова стрільба з малокаліберної гвинтівки з трьох положень «лежачи», «з коліна» та «стоячи».

Василь Федоришин – вільна боротьба (вагова категорія до 60 кг).

Бронзові медалі:

Антонова Олена – легка атлетика (метання диску),

Анна Безсонова – художня гімнастика (особиста першість),

Армен Варданян – греко-римська боротьба (вагова категорія до 66 кг),

Олександр Воробйов – спортивна гімнастика (вправи на кільцях),

В'ячеслав Глазков – бокс (вагова категорія понад 91 кг),

Роман Гонтюк – дзюдо (вагова категорія до 81 кг),

Наталія Давидова – важка атлетика (вагова категорія до 69 кг),

Тарас Данько – вільна боротьба (вагова категорія до 84 кг),

Леся Калітовська – велосипедний спорт (індивідуальна гонка переслідування),

Ілля Кваша та Олексій Пригоров– стрибки у воду (синхронні стрибки з трампліну)

Ірина Мерлені-мельник – боротьба вільна (вагова категорія до 48 кг),

Вікторія Терещук – сучасне п'ятиборство (особиста першість),

Наталія Тобіас – легка атлетика (біг на 1500 м),

Юрій Чебан – веслування на каное (каное-одиночка),

Денис Юрченко – легка атлетика (стрибки з жердиною).

Цікаво знати:

¹ Василь Ломаченко вже у першому раунді фіналу з представником Франції Хедафі Джелхіром завершив бій нокаутом. Василя до того ж було визнано найкращим боксером олімпійського турніру і нагороджено почесним Кубком Вела Баркера.

Ігри XXX Олімпіади, Лондон, 2012

Збірна команда України на цих Іграх була представлена 238 спортсменами у 21 виді спорту і виборола 20 олімпійських нагород (6 золотих, 5 срібних та 9 бронзових).

Золоті нагороди:

Перше золото Україні принесла Яна Шемякіна, яка здобула перемогу у змаганнях з фехтування на шпагах (особиста першість).

Катерина Тарасенко, Наталія Довгодько, Анастасія Коженковата та Яна Дементьєва здобули золото в академічному веслуванні (парні четвірки).

Олексій Торохтій здобув золото у змаганнях з важкої атлетики (вагова категорія до 105кг).

Золотом українську олімпійську скарбницю поповнив Юрій Чебан, ступивши на найвищу сходинку п'єдесталу як переможець змагань з веслування на каное (каное-одиночка на 200м).

Олександр Усик та Василь Ломаченко здобули найвищу нагороду у змаганнях з боксу у вагових категоріях до 91 та 60кг відповідно.

Срібні медалі:

Інна Осипенко-Радамська – веслування на байдарках (одиначка) на дистанціях 500 і 200м.

Олександр П'ятниця – легка атлетика (метання спису).

Денис Берінчик – бокс (вагова категорія до 64кг).

Валерій Андрійцев – вільна боротьба (вагова категорія до 96кг).

Бронзові медалі:

Олена Костевич – стрільба кульова (пістолет, 25м).

Ольга Харлан – фехтування на шаблях (особиста першість).

Ольга Саладуха – легка атлетика (потрійний стрибок).

Ігор Радівілов – спортивна гімнастика (опорний стрибок).

Олеся Повз, Христина Стуй, Марія Ремень та Єлизавета Бризгіна – легка атлетика (естафета 4x100м).

Тарас Шелест юк – бокс (вагова категорія до 69кг).

Олександр Гвоздик – бокс (вагова категорія до 81кг).

Ігри XXXI Олімпіади, Ріо-де-Жанейро, 2016

Золото:

Олег Верняєв – спортивна гімнастика (паралельні бруси).

Юрій Чебан – веслування на байдарках і каное (каное-одиночки, 200 метрів).

Срібло:

Сергій Куліш – стрільба (пневматична гвинтівка, 10 м).

Олег Верняєв – спортивна гімнастика (абсолютна першість).

Ольга Харлан, Аліна Комашук, Олена Кравацька, Олена Вороніна – фехтування (командна шабля).

Жан Беленюк – греко-римська боротьба (до 85 кг).

Павло Тимощенко – сучасне п'ятиборство.

Бронза:

Ольга Харлан – фехтування (індивідуальна шабля).

Богдан Бондаренко – легка атлетика (стрибки у висоту).

Тарас Міщук, Дмитро Янчук – веслування на байдарках і каное (каное-двійки, 1000 метрів).

Ганна Різатдінова – художня гімнастика (індивідуальне багатоборство).

13.4. Спортсмени України на зимових Олімпійських іграх (після 1956 р.)

Рівень розвитку різних зимових видів спорту і результати виступів спортсменів України на зимових ОІ в силу кліматичних умов і історичних

традицій не були суттєвими.

На VII ЗОІ в Кортіна д'Ампеццо (1956 р.) українських спортсменів не було зовсім. Тоді команда СРСР вперше брала участь у ЗОІ. Таке положення зберігалось і на наступних ЗОІ аж до 1976 року.

На початку 70-х років в Україні були здійснені комплексні заходи для розвитку зимових видів спорту – реконструкція і будівництво спортивних баз, залучення відомих фахівців, створення відділень у спортивних школах центрів підготовки із зимових видів спорту.

На XII ЗОІ в Інсбруку (1976) вперше виступили два українських спортсмени – Іван Бяков (біатлон) і І.Тарасова (ковзани, біг). І.Бяков завоював золоту медаль у складі команди біатлоністів в естафеті 4x10 км.

На наступних ЗОІ брали участь декілька спортсменів України, проте олімпійських нагород їм не вдалося завоювати.

На XIV ЗОІ у Сараєво (1984) Олександр Батюк отримав срібну медаль у складі команди з лижної естафети 4x10 км.

На XVI ЗОІ в Альбервіллі (1992) Віктор Петренко став олімпійським чемпіоном у фігурному катанні, а Андрій Житник отримав золоту медаль у складі команди хокеїстів.

У лютому 1994 р. вперше в історії спорту на XVII ЗОІ в Ліллекхаммері взяла участь делегація незалежної України. Дебют видався досить вдалим – золота і бронзова медалі.

Олімпійською чемпіонкою вперше стала українська спортсменка Оксана

Баюл, здобувши перемогу у змаганнях з фігурного катання.

Срібло нашій команді принесла біатлоністка Валентина Цербе, яку вона виборола у гонці на 7,5км.

У Лілліхаммері збірна команда України нараховувала 37 спортсменів – представників 10 видів спорту з 12, які входили у програму цих Ігор. Українські спортсмени взяли участь у 32 номерах олімпійської програми (всього – 61).

Декілька спортсменів України увійшли в шістку найкращих в окремих номерах програми олімпійських змагань. Це фігурист Віктор Петренко (4 місце), Наталія Шерстньова, яка у змаганнях з фрістайлу була п'ятою, п'яте місце посіла й команда біатлоністок (Є.Петрова, М.Склота, Є.Огурцова, В.Цербе) в естафеті 4x7,5 км.

У XXVIII Зимових Олімпійських Іграх, Нагано, 1998 нашою спортсменкою була завойована 1 (срібна) медаль - Петрова Олена (біатлон)

XX Зимові Олімпійські Ігри 2006, у Турині постали для української Олімпійської збірної бронзовими нагородами:

Лілія Єфремова – біатлон (гонка на 7,5км)

Гончаров Руслан – фігурне катання (спортивні танці)

Грушина Олена – фігурне катання (спортивні танці)

XXI Зимові олімпійські ігри 2010 року у Ванкувері були для нашої збірної команди провальними, оскільки спортсменам не вдалося завоювати жодної олімпійської нагороди.

Складними в моральному сенсі виявилися для збірної команди України

XXII Зимові олімпійські ігри в Сочі 2014 року, оскільки між Україною та Росією виник конфлікт на політичній ниві. Проте, це не завадило нашим спортсменам все ж завоювати дві винагороди (1 золото та 1 бронзу).

В Сочі нашим спортсменам вдалося здобути «золото» в жіночій естафеті з біатлону (Віта Семеренко, Юлія Джима, Валя Семеренко, Олена Підгрушна) та «бронзу» в спринті (Віта Семеренко).

13.5. Олімпійці Львівщини

Майже сто років Україна йшла до свого самостійного олімпійського виступу. Галичина, де ідеї тіловиховання широко почали розвиватися саме з початком минулого століття, мала свого представника на олімпійській арені вже 1912 року у Стокгольмі. Ним став спринтер Владислав Понурський, котрий взяв участь у бігу на 200 і 400 метрів. І хоч до фіналу не дійшов і нагород не здобув, однак був першим учасником усесвітнього спортивного форуму з нашого міста. Коли ж Галичина перебувала у складі Австро-Угорщини, Польщі чи СРСР, то львівські спортсмени виступали під прапорами цих країн і таким чином були присутніми на Олімпійських іграх. З 1994 року вони стали виступати під синьо-жовтим прапором. За ці роки у літніх Олімпійських іграх (1912 – 2008) 96 львів'ян брали участь у 19 видах спорту на олімпійській арені, звідки привезли 46 нагород – 15 золотих, 16 срібних, 15 бронзових.

Легка атлетика, 16 спортсменів, 1 «бронза»

- В. Понурський – 1912, (біг на 200 та 400 м)
- С. Сосницький – 1924, (біг на 100 м та стрибки у довжину),
- К. Кухарський – 1936, (біг на 800 м – 4-й у фіналі)
- Б. Ганцаж – 1936,(марафон, 33-й на 56 учасників)
- Ю. Кутенко – 1956, 1960,(десятиборство, 4-й у Римі-1960)
- І. Чорнобай – 1956, (стрибки з жердиною, 13-е місце)
- І. Тер-Ованесян – 1960, 1964, 1968, 1972** (стрибки у довжину, бронзова медаль з результатом 804 см),
- Л. Борковський – 1964 (стрибки у довжину, не виконав каліф. норми, виступав ще 1968, 1972 – за Київ)
- Л. Цимош (Ясінська) – 1968(метання спису),
- П. Андрєєв – 1972 (біг на 10000 м),
- Й. Гамський – 1972 (метання молота),

О. Дем'янюк – 1980 (стрибки у висоту),
П. Тарновецький – 1988 (десятиборство),
В. Радченко – 1992 (десятиборство, 12-е місце),
А. Булковський – 1996 (біг на 800, 1500 м),
Д. Дем'янюк – 2008, 2012 (стрибки у висоту).

Фехтування, 16 спортсменів, 3 «золота», 2 «срібла», 2 «бронзи»

Т. Фрідріх – 1928, 1932 (шабля, дворазовий бронзовий призер в команді)
А. Франц – 1936 (шпага),
І. Комаров – 1952 (рапіра),
А. Плеханова – 1952 (рапіра),
Є. Череповський – 1956, 1960 (бронза в команді 1956)
В. Станкович – 1968, 1972, 1976 (рапіра, двічі – срібло в команді)
В. Сидяк – 1968, 1972, 1976, 1980 (шабля, золото в команді – 1968).
С. Міндергасов – 1988 (шабля, срібло в команді),
Л. Васильєва – 2000 (рапіра),
Г. Пундик, О. Харлак, О. Хомрова, О. Жовнір – 2008 (1 золото – командна першість)
Я. Шемякіна – 2008, 2012 (шпага, 1 золото – особисто),
К. Пантелєєва – 2012,
А. Почкалова – 2012.

Водне поло, 8 спортсменів, 2 «бронзи»

В. Берендюга – 1988,
М. Смирнов – 1988,
Д. Андрєєв – 1996,
О. Єгоров – 1996,
О. Потульницький – 1996,
В. Рождественський – 1996,
В. Скуратов – 1996,
Д. Стратан – 1996.

Плавання, 7 спортсменів, 1 «срібло», 2 «бронзи»

Г. Андросов – 1956, 1960,
Ф. Дасаєв – 1956,
Г. Прокопенко¹ – 1960, 1964 (срібло особисто у 1964)
В. Яковлєва – 1964,
Ю. Громак – 1968 (бронза – командна естафета)
В. Немшилов – 1968 (бронза – командна естафета)
Т. Прудникова (Зелікова) – 1972.

Цікаво знати:

¹ Прокопенко Георгій Якович винахідник сучасного виду техніки плавання брасом із "пізнім" вдихом.

Стрільба з лука, 9 спортсменів, 1 «срібло», 1 «бронза»

В. Ковпан – 1976 (срібло – особисто)
К. Школьний – 1988,

Н. Білуха – 1996,
С. Антонов – 2000,
В. Курченко – 2000,
К. Палеха – 2004,
Д. Грачов – 2004, 2012 (бронза – команда 2004),
М. Івашко – 2008, 2012,
К. Палеха – 2012.

Футбол, 5 спортсменів

В. Кухар – 1924,
М. Батш – 1924,
С. Альбанський – 1936,
Я. Васєвич – 1936,
М. Матіяс – 1936.

Гімнастика, 5 спортсменів, 9 «золота», 3 «срібла», 2 «бронзи»

В. Чукарін – 1952, 1956 (1952 – 4 золота; 2 срібла; 1956 – 3 золота; 1 срібло; 1 бронза)
Д. Леонкін – 1952 (1 золото; 1 бронза)
Б. Макуц – 1980 (1 золото)
Л. Шеремета – 1996,
Г. Тирик – 2000.

Велоспорт, 5 спортсменів

К. Кшемінський – 1924,
Ф. Костшембський – 1924,
Ю. Дмитрієв – 1968,
О. Гонченков – 1992,
Я. Попович – 2004, 2008.

Кінний спорт, 4 спортсмени, 1 «бронза»

А. Крулікевич – 1924,
Т. Коморовський – 1924,
М. Гутовський – 1936,
Я. Комаровський – 1936.

Кульова стрільба, 6 спортсменів, 1 «золото», 1 «срібло»

А. Онищук – 1968,
Б. Мельник – 1972 (1 срібло),
Л. Леськів – 1996, 2000, 2004,
Ю. Коростильова – 2004.
О. Петрів – 2008 (1 золото),
Р. Бондарук – 2008, 2012

Бокс, 5 спортсменів, 1 «золото», 2 «срібла»

Р. Зауличний – 1992, 1996 (1992 – 1 срібло)
А. Котельник – 2000 (1 срібло)

О. Зубрихін – 2000,
Г. Чигаєв – 2008,
О. Усик – 2012 (1 золото)

Веслування на байдарках і каное, 2 спортсмени, 2 «срібла»

М. Слівінський – 1988, 1992, 1996, 2000,
Р. Бундз – 1996, 2000.

Сучасне п'ятиборство, 2 спортсмени, 2 «золота», 2 «срібла», 3 «бронзи»

П. Ледньов – 1968, 1972, 1976, 1980 (1968 – 1 срібло. 1 бронза; 1972 – 1 золото, 1 бронза; 1976 – 1 срібло; 1980 – 1 золото, 1 бронза),
В. Ткачук – 2000.

Вільна боротьба, 6 спортсменів, 1 «золото», 1 «срібло»

С. Губринюк – 1996,
І. Мерлені – 2004 (1 золото)
О. Ващук – 2008,
Ю. Остапчук – 2008, 2012
Н. Синишин – 2008,
А. Стаднік – 2008, 2012 (1 срібло 2008),
А. Квятковський – 2012.

Важка атлетика, 2 спортсмени, 1 «золото»

П. Король – 1976,
І. Шимечко – 2008, 2012.

Стрибки у воду, 1 спортсменка

Т. Штирьова-Волинкіна – 1972, 1976.

Теніс, 1 спортсменка

Л. Савченко – 1988.

Дзюдо, 2 спортсмени

Т. Беляєва – 1996,
С. Дребот – 2012.

Художня гімнастика, 4 спортсменки

О. Паслась – 2004.
В. Передерій – 2008,
Ю. Слободян – 2008,
В. Ленишин – 2012.

Література:

1. Бріскін Ю. Спорт інвалідів у міжнародному олімпійському русі : [монографія] / Юрій Бріскін. – Львів : Край, 2006. – 346 с. – ISBN 966-547-206-2.

2. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 1. – 736 с. – ISBN 978-966-8708-15-2.
3. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. л-ра, 2009. – Т. 2. – 696 с. – ISBN 978-966-8708-17-6.
4. Платонов В. Н. Олимпийский спорт : учебник : в 2 кн. / Платонов В. Н., Гуськов С. И. – Киев : Олимпийская литература, 1994. – 496 с. – ISBN 5-7707-5870-8.
5. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.
6. Енциклопедія Олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464с. – ISBN 966-7133-71-0.
7. Энциклопедия Олимпийского спорта : в 5 т. / под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олимпийская литература, 2004.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.
2. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>
3. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>
4. **Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.paralympic.org.ua>**
5. Официальный сайт Паралимпийского комитета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http:// www.paralymp.ru](http://www.paralymp.ru)
6. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
7. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
8. Sochi Olympics-2014 Winter Games [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.sochi2014.com>
9. История Олимпийских Игр [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympiady.ru>
10. Олимпийский комитет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru>

Тема 14.

Формування і розвиток професійного спорту

14.1. Формування та розвиток ігрових командних видів спорту

У новітній час найбільш інтенсивно професійний спорт розвивався у США. Починаючи з середини XIX ст. активно розвивалися такі його види як бейсбол, американський футбол, гольф тощо. Однак задовго до цього в деяких видах спорту розігрувалися грошові призи (кінні перегони, кулачні двобої, біг, веслування, боротьба).

Кінні перегони завжди носили комерційний характер. Перші кінні перегони були організовані губернатором штату Нью-Йорк Р. Ніколасом у 1668р., а перший кінний іподром у США було збудовано в м. Лексінгтоні у 1778 р.

Проте найбільш широкого розвитку набули командні ігрові види професійного спорту. Першим серед них був бейсбол.

Бейсбол

Бейсбол (англ. Baseball; base - база, основа і ball - м'яч) – спортивна гра з м'ячем і биткою. В ній дві команди-суперниці по чергово виконують зумовлені правилами атакуючі і захисні дії. Сутність гри – суперництво двох команд за так звані "бази" – майданчики, що знаходяться в кутах внутрішнього поля ("інфілд") – квадрата зі сторонами по 90 футів (27,45 м x 27,45 м). За межами

внутрішнього поля знаходиться зовнішнє поле ("аутфілд"). У кожній команді по дев'ять гравців. Одна команда, що захищається, подає м'яч (маса м'яча 150 г, окружність 23 см.), а інша - приймає його. У команді, що захищається, на майданчику діє весь склад, а від атакуючої – у грі бере участь тільки один бейсболіст, що відбиває. Він з биткою в руках знаходиться в "будинку" ("домашній" базі). Дев'ять гравців команди, що захищається, розташовуються в такий спосіб: той, що подає (пітчер), знаходиться в центрі внутрішнього поля; той, що приймає (кетчер) – у " будинку"; троє – гравці 1-ї, 2-ї і 3-ї баз – у відповідних базах; вільний гравець ("шорт-стоп") – між 2-ю і 3-ю базами; інші три гравці – у зовнішньому полі (правий, центральний і лівий гравці зовнішнього поля відповідно). Гра розпочинається з того, що пітчер команди, що захищається, подає м'яч відбиваючому гравцеві команди суперників, що атакує. Якщо цей гравець за допомогою битки зумів послати м'яч назад у поле, то, кинувши битку на землю, він біжить від "будинку" до 1-ї бази, прагнучи швидше зайняти її (а якщо вдасться то послідовно 2-у і 3-ю бази). Кетчер – приймаючий гравець команди, що захищається, намагається піймавши м'яча, якомога швидше послати його своїм партнерам, щоб ті змогли влучити м'ячем у гравця команди, що атакує, і тим самим перешкодити йому зайняти чергову базу і вивести його з гри. Якщо гравець атакуючої команди, що відбив м'яч, устиг після цього послідовно обігнати 1-, 2-, 3-ю бази і повернутися в „будинок”, то команда, що атакує, одержує очко. Черговий гравець цієї команди, озброївшись биткою, стає наступним відбиваючим. Кожна з команд по черзі виступає в нападі й у захисті. Перемагає команда, що набрала протягом двобою максимальну кількість очок. Час двобою не обмежено. Гра зазвичай продовжується дев'ять іннінгів (у ході кожного з них команди грають у нападі і захисті по одному разу).

Згадки про гру, яка нагадує бейсбол, було знайдено у французькому манускрипті 1344 р. Тоді в неї грали священники. Однак прийнято вважати, що сучасний бейсбол походить від англійської гилки, популярної у Великобританії та Ірландії.

На початку ХІХ ст. (1831-1845 рр.) бейсбол став досить популярним у США, де його називали "таунбол", "бейс" або "бейсбол".

Тривалий час розробником правил змагань вважався Абнер Даблдей. Однак в дійсності перші правила були розроблені Олександром Картрайтом. Перший бейсбольний клуб "Нікер-бокерс" було засновано 23 вересня 1845 р. Олександром Картрайтом, який у подальшому багато зробив для популяризації цієї гри. Він розробив правила гри, які невдовзі були визнані й іншими бейсбольними клубами Нью-Йорка .

Перша офіційна гра в бейсбол відбулася 19 червня 1846 р. у Хобокені (штат Нью-Джерсі) між командами "Нікер-бокерс" (клуб О.Картрайта) і "Нью-Йорк Найн". Цей день американці вважають офіційним днем народження бейсболу.

Спочатку бейсбол був популярним тільки у Нью-Йорку та Нью-Джерсі. На кінець 1850 р. у Нью-Йорку та навколо нього було вже понад 100 бейсбольних команд. Повідомлення про ігри публікувалися у пресі. Наприкінці 50-х років ХІХ ст. бейсбольні команди було створено в інших містах штату Нью-Йорк.

У 1857 р. делегати з 25 аматорських організацій зібрались в Нью Йорку, щоб обговорити правила гри. І вже у 1858 р. було сформовано першу організаційну структуру в цьому виді спорту – **Національну асоціацію гравців у бейсбол**. Вже в перший рік її існування стали періодично брати плату з глядачів бейсбольних змагань на поточні витрати.

Вже в 1860 р. в країні нараховувалось кілька десятків команд, що продавали квитки на свої матчі і виплачували спортсменам грошові винагороди. Розширення Національної асоціації гравців у бейсбол супроводжувалося зростанням видатків на переїзди команд з міста до міста. Це змусило організаторів огороджувати бейсбольні поля і все частіше брати з глядачів плату. Вперше систематично це стали робити у Брукліні (з 1862 р.).

Гравці Національної асоціації вважалися аматорами, проте багатьом з них таємно виплачувалися гроші: одним просто платили за гру, а інших фірми-спонсори фіктивно зараховували на роботу і виплачували заробітну плату. Відкрито визнати себе професіоналом вважалося нерозважливим, тому спортсмени і підприємці йшли на всілякі хитрощі. Прикладом подібного лицемірства може послужити зарахування у 1867 р. 16-річного бейсболіста Альберта Сполдінга на роботу в бакалійну крамницю на посаду клерка з заробітною платою 40 доларів на тиждень, що на той час майже в 10 разів перевищувало середню зарплату службовця. Президент клубу “Нью-Йорк Мьючуелс” у 1860-1871рр. платив всім гравцям своєї команди, які за платіжними відомостями вважалися „прибиральниками вулиць”.

Першим, хто припинив це лицемірство, був клуб з м. Цинциннаті, менеджери якого в 1869 р. заявили, що команда „Red Stokings” є дійсно професіональною [Гуськов С., 1990]. Засновниками „Red Stokings” стали брати Гаррі і Джордж Райт. Брати Райт запросили до команди кращих гравців з Нью-Йорка, Бостона, Вашингтона, Чикаго та інших міст США. 4 травня 1869 р. „Red Stokings” зіграли перший матч з командою „Great Westerns” (м. Цинциннаті). Річний фонд заробітної плати у клубі становив 9300 доларів, що на той час було досить великою сумою. Гравці отримували від 800 до 1400 дол. кожен протягом восьми місяців. У той час, кваліфіковані робітники отримували заробітну плату від 525 до 750 дол. на рік.

В тому ж 1869 р. команда „Red Stokings” із Цинциннаті з тріумфом провела свої виступи в різних містах США: виграла у 56 зустрічах, одну гру звела до нічиєї і не потерпіла жодної поразки.

Отже бейсбол став першим у світі командним ігровим видом спорту, що у 1869 р. набув статусу

професійного.

17 березня 1871 р. гравці 10 команд об'єдналися у **Національну асоціацію професійних гравців у бейсбол** (National Association of Professional Base Ball Players). Спортсмени команд брали активну участь у формуванні бейсбольного бізнесу. У складі команд і навколо них з'явилися підприємці, які відчували що на бейсболі можна добре заробити [Гуськов С., 1990]. Проте становище Національної Асоціації не можна було назвати стабільними, що

було пов'язане з переходом гравців з однієї команди в іншу, в залежності від того, хто більше заплатить.

В 1876 р. з ініціативи чикагського бізнесмена Уільяма Галберта (William A. Hulbert) була сформована **Національна ліга професійних бейсбольних клубів** (National League of Professional Base Ball Clubs). Вступний внесок в Лігу становив 10 дол. Її організатори вирішили низку питань, що лягли в основу розвитку бейсбольного бізнесу:

- розробили календар змагань;
- внесли зміни до правил гри з метою підвищення її видовищності;
- зумовили фінансові аспекти забезпечення команд;
- прийняли рішення про усунення гравців від вирішення будь-яких питань, зокрема фінансових, в Лізі і команді;
- визначили заходи щодо покарання гравців, які за гроші сприяли фіксації необхідних гемблерам (організатори „чорного” тоталізатора) спортивних результатів;
- розпочали боротьбу з вживанням алкоголю серед гравців.

Власники команд, котрі на той час називалися менеджерами, отримали виключне право контролю своєї території, складали календарі змагань, визначали правила найму гравців. Жодній команді не дозволялося наймати бейсболіста, який з тих, чи інших причин був звільнений з іншої команди. Так з'явився „чорний список”, який неофіційно діє і донині у професійному спорті.

Національна професійна ліга стала організацією професійних клубів, а не гравців. Бейсболом почали керувати бізнесмени, а гравці стали фактично найманими працівниками, котрі отримували заробітну плату. Заробітки складали в середньому 1750 доларів на рік, що було в три рази більше ніж у заводських робітників. ”Зірки” бейсболу отримували до 10 000 доларів за сезон.

На той час ще не було регульованого переходу гравців з однієї команди до іншої. Менеджери старалися перехопити кращих гравців, що призводило до швидкого зростання їхньої заробітної плати. Але прибутки команд були ще незначними і довго так не могло тривати. Щоб запобігти безконтрольному переходу гравців, власники команд домовилися таємно "резервувати" п'ять гравців в кінці кожного сезону. Так з'явилося положення про резервування гравців, яке офіційно вступило в силу в 1880 р.

З 1880 р. була введена система укладання контрактів з гравцями. Це припинило переходи гравців з команди до команди через вищу зарплату. Так з'явилося одно із перших і безумовних правил професійного спорту – укладання контракту між клубом та гравцем.

Окремий пункт в контракті стосувався положення про резервування. Згідно цього положення, клуб мав право продовжити контракт гравця, після кожного сезону, що фактично робило гравця до кінця життя власністю команди, яка першою уклала з ним контракт. І хоча, гравець мав право торгуватися за розмір своєї заробітної плати, він не мав права переходити в іншу команду за власним бажанням і агітувати за підвищення зарплати.

Ліга розробила досить суворі правила щодо створення, розташування і прийому нових команд. Заборонялося їх розташування в містах з населенням до 75 тис. жителів. Як правило, заборонялося розташування двох команд однієї

ліги в одному місті. Обумовлювалося, що створення нової команди з того ж виду спорту на тій же території вимагало грошової компенсації за територіальну поступку.

Невдовзі у Національній професійній лізі з'явився конкурент – **Американська асоціація**, яку було створено 3 листопада 1881 р. (1882 р). на чолі з командою Цинциннаті Ред Стокінгс (Cincinnati Red Stockings), яка була виключена з Національної професійної ліги через ігри по неділях і за продаж пива. Щоб залучити гравців до своєї нової ліги, Американська асоціація запропонували гравцям контракти без положення про резервування.

Загалом протягом 80-х років XIX ст. кількість бейсболістів зросла з 5 до 15 тис чоловік, а кількість ліг – до 17.

12 березня 1883 р. Національна ліга, Американська Асоціація, і нижча Північно-Західна Ліга підписали угоду, відому як "Національна Угода". Угода стала початком (продовжила!!!) обмеження прав бейсболістів та визначила відношення між лігами, в лігах – між лігою і командами, а в командах (клубах) – між їхніми власниками та бейсболістами. Ліги домовилися поважати контракти і "чорні списки" один-одного; визначили розмір мінімальної заробітної плати (1000 дол.); розширили резервний список до одинадцяти чоловік.

Обмеження прав бейсболістів призвело до організації в їхньому середовищі власної профспілки, котра стала захищати права спортсменів-професіоналів. Першою такою організацією стало **Братство професійних бейсболістів**, ініціатором створення якого став (John Montgomery Ward) і ще вісім гравців в 1885 р. Воно виступило проти "чорного списку" та фіксованого для команд ліміту зарплати. Але реальної сили ці профспілки, що нині називаються Асоціації спортсменів професійних ліг, набули лише у другій половині XX ст.

Небажання власників команд Національної Ліги йти на поступки гравцям, стало поштовхом до створення в 1890 р. **Національної ліги гравців у професійний бейсбол** або, як її називали, Ліга Гравців (PL - Players League), керівництво якою здійснювалось самими гравцями.

Головною проблемою тих років було те, що гравці були абсолютно безправні - їх могли продавати з команди в команду, не питаючи згоди. За подібні обміни власники команд часто виручали величезні суми. Так, Джона Монтгомері Варда збиралися продати з Нью-Йорка до Вашингтона за 12 тисяч доларів (дві річних зарплати "зірки" бейсболу тих років). Сам гравець нічого з цих грошей не отримував. Зрозуміло, подібне сильно не подобалося гравцям.

Влітку 1889 р. Вард таємно вербував послідовників - як бейсболістів, так і бізнесменів і політиків, готових підтримати нову лігу. До жовтня того ж року, коли факт існування Ліги Гравців був відкритий для публіки, це була вже серйозна організація. У правління кожного з восьми клубів порівну входили як спонсори, так і гравці; так само порівну розподілялися і доходи. Гравцям навіть було дозволено купувати частки у володінні командами.

Майже всі гравці Національної Ліги , включаючи визнаних зірок, приєдналися до Ліги Гравців. Власникам "старих" команд довелося терміново набирати новачків з молодших ліг, щоб заткнути діри в складі.

Між новою і старою лігами почалися битви в пресі і в суді. Гравці зуміли захистити своє право створити нову лігу, але власники відповіли тим, що зробили розклад своєї ліги таким самим як календар Ліги Гравців. Передбачалося, що глядачі, які звикли до "старих" команд, зволіють піти на їхні ігри, а не на матчі конкурентів. План власників закінчився катастрофою: на нові команди, в яких було більше знаменитих гравців, вболівальники ходили охочіше. Що ще гірше, фанати взагалі закинули бейсбол - сумарна відвідуваність двох ліг була майже вдвічі менше, ніж рік тому у однієї Національної. Все це призвело до банкрутства декількох команд Національної Ліги, Ліга Гравців теж втрачала гроші, в той час як Американська Асоціація діяла як і раніше.

Зрештою представники Національної Ліги і Ліги гравців були змушені сісти за стіл переговорів і в 1891 р. Ліга Гравців припинила своє існування. Гравці повернулися в "старі" команди. Цього ж року була розформована і Американська Асоціація.

До 1900 р. Національна Ліга була монополістом на бейсбольному ринку. В 1901 р. Б.Джонсон (Вугон "Ban" Johnson), президент нижчої Західної ліги, провів її реорганізацію, створивши Американську лігу професійних бейсбольних клубів.

Після трьох років жорсткої конкурентної боротьби, у 1903 р. власники команд і керівники ліг (Американської та Національної) дійшли згоди, згідно з якою офіційно визнавалася наявність у США двох провідних бейсбольних професійних ліг. У кожній лізі було по вісім команд. Для координації роботи ліг було створено Національну бейсбольну комісію з трьох осіб. До неї входили президенти названих ліг і постійного голови, яка обиралася за погодженням між ними. Так народилась Головна бейсбольна Ліга (Major League Baseball – MLB).

Особливо знаменним для американського бейсболу став 1903 рік. Переможці провідних ліг (Американської та Національної) – команди Бостона і Пітсбурга домовилися щодо організації та проведення 9 ігор, і назвали ці зустрічі чемпіонатом світу – ("Світова серія"). Положення про "Світову серію" було затверджено у 1905 р. і відтоді такі зустрічі проводяться щорічно.

У 1914 році **Федеральна Ліга** оголосила себе третьою вищою бейсбольною лігою, намагаючись конкурувати з Національною та Американською лігами. Конкуруючи за гравців і глядачів, Федеральна ліга неодноразово подавала позови проти існуючих ліг про порушення антимонопольного законодавства. У відповідь Національна та Американська Ліги відповіли серією зустрічних судових позовів, метою яких, принаймні частково, було збільшення видатків Федеральної Ліги. Федеральна ліга подала позов в Північному окрузі штату Іллінойс. Справу вів суддя Kenesaw Landis, добре відомий своїми сильними антимонопольними переконаннями. Але, суддя Landis, крім того був і великим шанувальником бейсболу, тому він не поспішав закривати справу, переконаний в тому, що сторони в кінцевому підсумку будуть змушені сісти за стіл переговорів.

Як зясувалось, рішення судді Landis було правильним: Федеральна Ліга не змогла досягнути рентабельності, і після сезону 1915 р. більшість власників клубів, що входили до Федеральної Ліги вирішили піти на примирення з

вищими лігами. Лише власники команди з м. Балтімора [Baltimore Terrapins](#) не були згідні з таким рішенням.

В 1922 р. бейсбольний клуб з Балтімора подав до Верховного суду США позов про порушення антимонопольного закону Шермана на Національну лігу професійних бейсбольних клубів. Суддя О.Холмс прийняв рішення, у якому заперечував порушення антитрестівського закону Шермана, оскільки питання організації бейсбольних матчів відносяться до юрисдикції штату, а бейсбол не є бізнесом (Гуськов, Платонов, Линец, Юшко, 2000). Це відіграло вирішальну роль у розвитку не тільки бейсбольного бізнесу, але й інших професійних видів спорту, котрі у своїй подальшій діяльності посилалися на це рішення суду. (докладніше "Організаційно-правові основи професійного спорту")

У 1936 р. у Куперстауні розпочалося будівництво Національного бейсбольного залу слави, який відкрили у 1939 р. на честь 100-ліття цієї гри. Перший відбір кандидатів до Національного бейсбольного залу слави проводився упродовж трьох років (1936-1939 рр.). Асоціація журналістів, які писали про бейсбол (226 осіб), та Спеціальний комітет ветеранів бейсболу (78 осіб) відібрали 26 осіб для Залу слави (тих, хто набрав 75% і більше голосів). У подальшому система відбору досить часто змінювалася. У 1945 р. було введено правило, котре діє і до нині – до Залу слави може бути обраним гравець, який виступав у основних лігах не менше десяти років і за п'ять років до моменту висування його кандидатури на обрання мав не менше ніж 20-річний загальний ігровий стаж.

З 1939 р. розпочато трансляції бейсбольних матчів по телебаченню.

В 1947 р. бейсбол став ареною боротьби проти расової дискримінації. Клуб "Бруклін Доджерс" уклав контракт з темношкірим гравцем Джекі Робінсоном, який уже у 1943 р. став першим темношкірим спортсменом, що завоював титул "Найцінніший гравець ліги". Це був перший у ХХ ст. випадок залучення темношкірого гравця до клубу провідних бейсбольних ліг США. Нині в командах Національної та Американської ліг виступає близько 50% темношкірих гравців.

В 1961-1962 рр. відбулося розширення провідних ліг з метою зменшення конкурентної загрози з боку Континентальної ліги. Кожна з ліг (Національна та Американська) збільшилася на дві команди (з 8 до 10), а кількість ігор зросла з 154 до 162 за сезон у кожній лізі.

У 1968 р. власники бейсбольних клубів провідних ліг (Національної та Американської) ухвалили рішення щодо збільшення кількості команд (з 10 до 12) у кожній з них. При цьому загальна кількість ігор за сезон залишилась такою ж як була – 162.

Тоді ж було передбачено розмір вступного внеску який мав сплатити власник новоствореної команди – 10 млн доларів у Національній лізі і 5,6 млн доларів у Американській лізі. Отримані від розширення ліг кошти розподілялись порівно між клубами відповідних ліг.

Зростання популярності бейсболу спонукало до подальшого розширення ліг. В 1984 р. склад Американської та Національної Ліг розширився до 30 команд.

З 50-х років ХХ ст. все більшої уваги у структурі прибутків провідних бейсбольних ліг набувають надходження від телекомпаній за право трансляцій

матчів: на початку 50-х років – 2,3 млн доларів на рік, у 1960 – 12 млн, у 1967 – 25 млн, у 1980 р. – близько 100 млн, а у 1990р. – понад 100 млн. Це сприяло значному зростанню прибутків бейсболістів. На початку 1990-х років 109 бейсболістів мали зарплату понад 1 млн доларів на рік, 47 гравців – понад 3 млн, 19 гравців – понад 4 млн доларів, 2 гравці – понад 5 млн, а Б.Бонніла – понад 6 млн. Мінімальна зарплата була понад 100 тис. доларів на рік. У 2004 р. чотири бейсболісти отримали прибутки понад 20 млн доларів за рік, а кращий серед них Алекс Родрігес – 26,2 млн.

В 2010 р. середня річна заробітна плата бейсболістів MLB складає 2,7 млн дол.

У 2000 р. Національна та Американська ліги об'єдналися у Головну бейсбольну лігу – MLB. З 2013 р. комісаром Головної бейсбольної ліги є Бад Селіг.

Сьогодні Головна бейсбольна ліга складається з 30 команд: 29 розташовані в США, 1 – в Канаді. Кожна ліга розділена на три дивізіони: Східний, Західний і Центральний, по 5 команд в кожному.

MLB входить до п'ятірки спортивних ліг (після NFL, Бундеслиги, Австралійської футбольної ліги та Прем'єр ліги) з найвищою відвідуваністю – понад 30 тис осіб за одну гру.

Окрім національного чемпіонату, MLB проводить Матчі усіх зірок (з 1933 р.), Світову серію (з 1903 р.) та Світову бейсбольну класику (з 2005 р. – це змагання, які проводяться MLB, Міжнародною Федерацією бейсболу та Асоціацією гравців у бейсбол Головної Ліги).

Про популярність бейсболу в Америці, зокрема свідчить той факт, що кіностудії Голлівуда й інші студії США зняли про нього чимало фільмів. Так, у 1952 р. на екрани вийшов фільм „Команда що перемагає” у якому головну роль одного з кращих пітчерів 1910-1920 рр. Гровера Александра зіграв голлівудський кіноактор Рональд Рейган, якого у подальшому було обрано спочатку губернатором штату Каліфорнія, а потім і Президентом США.

Видатні гравці у бейсбол: Джо Ді Маджо, Джордж Герман (Малюк Рут), Роджер Маріс, Роберт Лінкольн Лоу, Пітер Едвард Роуз.

Успіхи професійного бейсболу сприяли створенню і розвитку інших професійних видів спорту. Наприкінці XIX ст. з'являються професійні команди у футболі (мається на увазі американський футбол, європейський футбол в Америці називають соккер), гольфі і боулінгу, а на початку XX ст. - і у хокеї, баскетболі та тенісі (табл. 1)

Таблиця 1.

Розвиток професійного спорту в США
(Гуськов С., 1992, доповнено)

Види спорту	Періоди		
	виникнення	формування	бізнес
Бейсбол	1830-1845рр. 14 років	1845-1869 рр. 24 роки	1869-2005 рр. 136 років
Футбол	1874-1882 рр.	1882-1895 рр.	1895-2005 рр.

	8 років	13 років	110 років
Гольф	1779-1786 рр. 7 років	1786-1894 рр. 108 років	1894-2005 рр. 111 років
Боулінг	1825-1875 рр. 50 років	1875-1895 рр. 20 років	1895-2005 рр. 110 років
Хокей	1855-1875 рр. 20 років	1875-1903 рр. 28 років	1903-2005 рр. 102 роки
Баскетбол	1891-1896 рр. 5 років	1896-1925 рр. 29 років	1925-2005 рр. 80 років
Теніс	1874-1881 рр. 7 років	1881-1926 рр. 45 років	1926-2005 рр. 79 роки

Першим у світі професійним командним ігровим видом спорту, став у 1869р. бейсбол.

У 1876р. було сформовану першу у світі професійну спортивну лігу, на комерційних засадах (бейсбол).

У 1880р. у професійному бейсболі запроваджено контрактну систему найму гравців.

Обмеження прав бейсболістів спонукало їх до створення у 1885р. організації, яка б захищала їхні права – Братство професійних бейсболістів.

Наприкінці ХІХ ст. пересічні бейсболісти отримували заробітну плату у три, а зірки бейсболу – у п'ятнадцять разів більшу за середню зарплату у промисловості США.

Успіхи професійного бейсболу сприяли створенню і бурхливому розвитку інших видів професійного спорту: футбол, хокей, бейсбол, теніс та ін.

Американський футбол

Історія виникнення американського футболу нерозривно пов'язана з розвитком футболу європейського та регбі, в свій час завезеного в США європейцями.

7 квітня 1823 у місті Регбі графства Йоркшир, під час футбольного матчу шістнадцятирічний Вільям Вебб Елліс (англ. William Webb Ellis) схопив м'яч і побіг у бік суперників. Через багато років цьому хлопцеві поставили пам'ятник, на стінах його коледжу повісили табличку: "Нехай ця дошка нагадує про славні діяння Вільяма Вебба Елліса, першого, хто наважився порушити правила, схопивши м'яч руками і побігши з ним. Так виникла гра регбі в 1823-му році". Гру вирішили назвати ім'ям міста, в якому вона виникла.

6 листопада 1869 відбулася зустріч в Нью-Брунсвік (шт. Нью-Джерсі) між командами Ратгерського і Принстонського університетів, яка вважається першим в історії матчем з американського футболу, хоча сама гра багато в чому ще нагадувала регбі. З тих пір ця дата вважається офіційним днем народження американського футболу. М'яч тоді штовхали ногами, очки нараховувалися за голи, а про тачдаун й мови не було. Тільки в 1875 р. стали давати одне очко за внесок м'ячі в кінцеву зону супротивника.

Формування американського футболу датується 1874-1882 рр. У 1874 р. в Гарвардському університеті пройшов матч за розробленим там правилами. З часом американський футбол набув поширення в інших університетах, де він як і раніше залишається одним з головних спортивних захоплень студентів.

У 1876 р. була заснована Футбольна асоціація коледжів.

"Батьком американського футболу" вважається Уолтер Камп (англ. Walter Camp), що грав за команду Єльського університету. В 1876 р. ним було запропоновано правила гри, багато принципів яких визначили суть гри. Серед нововведень Кампа і введення захоплення суперника в районі колін, в наслідок якого травматизм гравців значно збільшився і залишив за американським футболом славу "смертельно небезпечного виду спорту".

Офіційні правила гри було прийнято у 1880 р.

Поступово футбол вийшов за стіни вузів, а в кінці XIX ст. став культивуватися і як професійний спорт. З'явилися перші приватні команди і професійні гравці.

З 1892 року веде свій " родовід " професійний американський футбол. До того часу найбільшу популярність американський футбол придбав серед жителів Пітсбурга та прилеглих районів штату Пенсільванія. Найжорстокіше суперництво розгорнулося між двома командами - "Allegheny Athletic Association" (ААА) и "Pittsburg Athletic Club" (РАС).

Першим професіоналом у цьому виді спорту називають легендарного Вільяма Хеффелфінгера , що отримав 500 доларів в 1892 р. від керівників команди Атлетичної Асоціації ("Allegheny Athletic Association" (AAA)). Для зміцнення рядів своєї дружини керівництво AAA за 500 доларів привернуло в команду Гарварду Вільяма "Пейджа" Хеффельфінгера , що виступав перш за команду університету в Єлі. 12 листопада Хеффельфінгер у зустрічі проти РАС вперше вийшов на футбольне поле у складі AAA і єдиним тачдауном , який тоді "коштував" всього 4 очки , приніс перемогу своїй дружині , яка виграла з рахунком 4:00 . Таким чином , Вільям Хеффельфінгер вважається першим професійним футболістом, який отримав гроші за гру. Правда , виплати відбувалися тоді під покровом таємниці .

У 1893 р. керівництво Pittsburg Athletic Club уклало з хавбеком Грантом Дібертом контракт на весь майбутній сезон - це був перший в історії американського футболу контракт з професійним спортсменом. Щоправда , підписання і цього контракту не віддавалося широкому розголосу.

У 1895 р. вперше один з гравців в американський футбол відкрито заявив про те , що він отримує гроші за свою роботу на футбольному полі. На це наважився Джон Брейлер , якому , як свідчать історики , 10 доларів і безкоштовне харчування вперше отримав від керівництва команди Latrobe Athletic Association після зустрічі зі спортсменами " Жанетт Спорт клуб" .

У 1896 р. керівництво Allegheny Athletic Association оголосило про організацію постійно діючої команди. **У 1897 була створена перша чисто професійна команда - "Latrobe Athletic Association" , яка складалася виключно з оплачуваних гравців.**

1900 р.- Уильям Чейз Темпл взяв на себе виплату заробітної плати гравцям команди Duquesne Country and Athletic Club, ставши першим власником клубу.

У 1902 р. три команди з Пенсільванії спробували організувати першу професійну футбольну лігу- Національну футбольну лігу. . Так як вони не встановили точного порядку для визначення чемпіона , то після проведених ігор всі троє оголосили себе переможцями.

У грудні 1902 р. професійний американський футбол вперше з'явився в спортивному залі - під дахом знаменитого нью - йоркського палацу спорту "Медісон сквер гарден" . Тоді було проведено турнір " Світової серії" за участю п'яти команд. 28 грудня переможцями стали футболісти з клубу "Syracuse Athletic Club", які на чолі зі знаменитим гардом Гленом "Поп" Уорнером з рахунком 6:00 взяли гору над атлетами з Нью - Йорка. У 1903 р. Команда " Атлетичного клубу Франкліна " (Franklin AC) виграла другий і останній турнір світової серії "Світової серії".

В 1904 р. у штаті Огайо виникло вже сім професійних команд. Вони провели свій чемпіонат під назвою Незалежний Чемпіонат Огайо. В цьому ж році з'явився перший афроамериканський футболіст- Charles Follis. Вийшов він у складі команди з Огайо. З тих пір число чорношкірих футболістів тільки збільшувалася.

Американський футбол стрімко розвивався в коледжах і університетах , ставав все більш модним , але разом з цим зростало і невдоволення зростаючою грубістю і жорстокістю ігри , що призвело до її заборони в деяких коледжах.

Побоювання громадськості викликала зайва жорсткість гри: У 1905 р. газета "Чикаго Триб'юн" вийшла із заголовком на першій полосі — "18 футболістів загинули та 159 отримали важкі травми". Президент США Теодор Рузвельт заявив: "Або футболісти змінять правила, або ми заборонимо футбол взагалі. Жорстокість і нечесна гра повинні бути карані. Змініть гру або відмовтеся від неї". У правила були внесені зміни, що стосуються покарання за грубу гру. Творці правил сподівалися, що це зробить гру менш агресивною. Футболісти також змушені були придумувати спеціальну захисну форму — з'явилися бриджі з щитками. Спортсменам було рекомендовано надягати на голову під час гри шкіряний шолом. З 1939 р. використання шолома стало обов'язковим.

У 1906 р. була проведена реформа, в результаті якої був дозволений пас вперед - революційна новація, істотно змінила стратегію і тактику гри і дозволила здійснити стрибок в еволюції американського футболу. Крім того, гравцям команди нападу, розчищаючи шлях для своїх товаришів, які володіють м'ячем, було заборонене захоплення руками суперників. Тривалість гри була скорочена з сімдесяти до шістдесяти хвилин, також була встановлена нейтральна зона - лінія, яку команди не мають права перетинати до початку розіграшу. Було створено два варіанти гри: більш "м'який" - для любителів і жорсткий - для професіоналів. Багато чого було зроблено для зниження травматизму, насамперед за рахунок удосконалення захисної екіпіровки.

У 1920-30-і рр. у США розпочався справжній «футбольний бум». Проте у 1920 р. професійний футбол зіштовхнувся з рядом проблем: постійне зростання зарплат гравців, неконтрольований перехід гравців з команди в команду, залучення гравців, які не закінчили коледж. Повстала необхідність створення ліги, де всі б дотримувались одних правил.

20 серпня 1920 р. представники чотирьох команд - "Akron Pros", "Canton Bulldogs", "Cleveland Indians" і "Dayton Triangles" в Кантоні (штат Огайо) оголосили про організацію першого професійного об'єднання американського футболу - Американської професійної футбольної конференції (APFC), до якого побажали приєднатися ще шість команд.

На другому організаційному зібранні **17 вересня 1920 р.** були присутні 10 команд з 4 штатів. **Було прийняте рішення про зміну назви Американської професійної футбольної конференції на Американську професійну футбольну асоціацію (American Professional Football Association.-APFA).** Першим президентом став відомий американський спортсмен - дворазовий олімпійський чемпіон з легкоатлетичних багатоборств і футболіст Джим Торп. В 1909-1911 рр. він був студентом і підробляв на життя, виступаючи за кілька доларів у напівпрофесійних бейсбольних і футбольних командах нижчих ліг. Подвійний тріумф індійця Джима Торпа на IV Іграх Олімпіади 1912 р. у Стокгольмі не всім був до душі. Найбільш реакційно налаштовані американські спортивні керівники з Амораторського спортивного союзу та Національного олімпійського комітету США вирішили використати цей випадок у своїх політичних цілях. Вони звернулися до МОК з проханням позбавити Джима Торпа олімпійських нагород, оскільки до Олімпіади, за їх заявою, він був професіональним бейсболістом і футболістом. МОК задовольнив їхнє

прохання. В 1913 р. Джим Торп став професіональним спортсменом. Невдовзі він став одним з кращих як у бейсболі, так і в футболі. Влітку він грав за професійну бейсбольну команду "Нью-Йорк Джайєнтс", а восени – у футбольній команді "Кантон Баллдогс". Джиму Тропу належала більшість рекордів і у бейсболі, і у футболі.

Щоб додати ваги новій спортивній організації, її засновники вирішили, що за вступ в асоціацію потрібно заплатити внесок у сумі 100 доларів, однак жоден клуб не пішов на такі витрати і цих грошей в загальну касу не вніс. Першим чемпіоном APFA стали футболісти з команди "Akron Pros", які не потерпіли в турнірі жодної поразки.

У 1920 р. пройшов перший професійний трансферт: наприкінці сезону Текле Боб Неш з Акрона перейшов в Баффало за 300 доларів і APFA отримала 5 % за цю угоду.

З 1921 р. статистиками офіційно ведеться літопис чемпіонатів NFL.

З 1921 р. APFA очолив Джозеф Карр, який був власником клубу Columbus Panhandles. На той час календаря ігор команд асоціації (з 1922 р. – NFL) не існувало, тривалість сезону була невизначеною. Гравці переходили з команди до команди за власним бажанням. З цих причин ліга кілька разів була на межі розвалу. Проте зусиллями Джо Карра її вдалося зберегти. Джо Карр ґрунтовно взявся за детальну розробку правил гри і вперше склав календар чемпіонату, підготував конституцію (статут) ліги, дав командам територіальні права, розроблені критерії членства для франшизи. Асоціація стала налічувати вже 22 команди.

Перший серйозний виклик владі Карра прийшов наприкінці 1921 року. The Green Bay Packers зізналися, що використовували в якості гравців студентів коледжу під вигаданими іменами. Карр назвав це не тільки порушенням правил Асоціації, але зловживання довірою громадськості. The Green Bay Packers були змушені відмовитися від участі в лізі. Curly Lambeau пообіцяв підкорятися правилам ліги, і викупив право на клуб за \$ 50. Карр встановив правило, яке забороняє гравцям коледжу підписувати контракти з професійними командами, до закінчення навчання.

24 червня 1922 р. Американська професійна футбольна асоціація, створена в 1920 р., була перейменована в Національну футбольну лігу (NFL) і налічувала 18 команд.

В 1925 р. Джо Карр представив стандартний контракт гравця, аналогічний тим, які використовуються в професійному бейсболі. Згідно контракту гравці не могли перейти з однієї команди до іншої. Карр також зазначив, що гравець, контракт якого з попереднього сезону закінчився не може бути найнятий новою командою, доки не буде проголошений вільним агентом.

1925 р. – до складу NFL включено ще 5 команд. Вперше NFL ввело обмеження кількості гравців в команді – 16 чоловік.

Протягом 1920-х -30-х рр.. кількість команд NFL залишалась нестабільною і американський футбол не був головним видом спорту США, програючи бейсболу. Так з 1920 по 1932 більше 40 клубів входили до складу NFL, з них 11 команд проіснували 2 роки, 19 - рік, а команда Tonawanda Kardex лише одну гру. У 1932 р. NFL налічувала 8 команд. – це є найменша кількість команд за всю її історію.

Карр розумів, що ефективного функціонування Ліги, необхідна стабільність клубів, які входять до її складу, і по-друге, що ці клуби мають бути розміщені у великих містах, так само, як клуби бейсбольної ліги. Він почав шукати людей, які готові були стати власниками футбольного клубу. Починаючи з Нью-Йорку, найбільшого міста в країні і на ринку, Карр переконав Тіма Мара, успішного букмекера, започаткувати клуб. Клуб став відомий як New York Giants і досі частково належить родині Мара.

Робота Карра по створенню клубів у великих містах була успішною. Так, команда Dayton Triangles переїхала і стала називатись Brooklyn Tigers (1930), Portsmouth Spartans стали Detroit Lions, Redskins з Бостона змінили своє розташування і стали Washington Redskins (1937), створені Pittsburgh Steelers і Philadelphia Eagles (1933). В результаті діяльності Карра в 1937 р. 9 з 10 клубів NFL були розташовані в містах, де вже були клуби Головної Бейсбольної Ліги (MLB).

Переломною для NFL у формуванні футбольного бізнесу стала друга половина 30-х років XX ст. В 1933 р. NFL суттєво змінює правила гри з метою підвищення її видовищності та введено регулярний календар змагань. До Ліги приєдналось ще три команди.

8 липня 1933 р. Лігу поділили на дві підгрупи (Східний і Західний дивізіони), переможці яких в кінці сезону розігрували звання чемпіонів NFL.

В 1934 р. на День Подяки вперше відбулась радіо-трансляція матчу між Chicago Bears та Detroit Lions.

Подальшому розвитку професійного американського футболу сприяла нова система найму гравців – "драфт". В 1935 р. NFL прийняло рішення щодо впровадження (починаючи з 1936р.) нової процедури відбору гравців, суть котрої полягала у регламентованому розподілі кращих гравців студентського футболу між командами елітної ліги. Команди отримали право обирати собі гравців у зворотньому порядку за результатами турнірної таблиці попереднього чемпіонату.

8 лютого 1936 р. вперше було проведено драфт. Це був перший рік з моменту створення NFL коли кількість команд залишилась незмінною. Окрім того вперше всі команди зіграли за сезон однакову кількість ігор (12 ігор).

В 1936 р. була створена альтернативна NFL ліга, яку назвали Американська футбольна ліга (American Football League).

1938 р. - George Preston Marshall, власник команди Washington Redskins, спортивний редактор Los Angeles Times Bill Henry, і промоутер Tom Gallery запропонували проведення "Pro All-Star Game" між командою-чемпіоном NFL і командою зірок.

У 1939 р. відбулася перша телетрансляція матчу телекомпанією Ен-бі-сі. За грою між "Бруклін Доджерз" (англ. Brooklyn Dodgers) і "Філадельфія Іглз" (англ. Philadelphia Eagles) спостерігало близько тисячі жителів Нью-Йорка. Так провідного значення у розвитку професійного футболу поступово набуло телебачення. Відвідуваність матчів NFL сезону 1939 р. перевищила 1 мільйон глядачів вперше, досягнувши 1071200.

Проте на перших порах телетрансляції негативно позначилися на відвідуваності матчів глядачами. Наприклад, в 1949 р. шість матчів команди "Лос-Анджелес Ремс" відвідали 205,1 тис. глядачів. Коли в 1950 р. було показано всі шість матчів по телебаченню, кількість глядачів на трибунах зменшилася вдвічі. Це спонукало власника команди у наступному сезоні відмовитися від трансляцій і кількість глядачів зросла до 234,1 тис. NFL одразу ж відреагувала на результати експерименту в Лос-Анджелесі. Комісіонер ліги Берт Белл прийняв рішення щодо заборони радіо- і телетрансляцій ігор в радіусі 75 миль від стадіону, на якому проводиться гра. Це рішення дозволило отримувати прибутки від телебачення, і не втрачати глядачів на стадіонах.

У 1946 р. було створено Всеамериканську футбольну конференцію (All-America Football Conference). Але вона не витримала конкуренції з NFL і в 1950 р. розпалася. Три кращі її команди приєдналися до NFL.

В 1956 р. - була заснована Асоціація гравців NFL.

До 1960-х років, NFL була домінуючою професійною футбольною лігою.

У 1960 р. з ініціативи нафтового магната Ламара Ханта було створено альтернативну лігу під назвою "Американська футбольна ліга" (American Football League) — єдина з «альтернативних» ліг, що зуміла скласти гідну конкуренцію NFL. Ліга практично одразу ж уклала п'ятирічний контракт з телекомпанією Ен-бі-сі на суму 34 млн доларів. Боротьба команд за гравців і вболівальників, а також за права на телетрансляції, привели до серії переговорів між двома лігами про об'єднання в 1966 р. Конгрес США схвалив злиття ліг зробивши виключення від антимонопольного законодавства.

Відповідно до угоди, дві ліги будуть об'єднані з утворенням розширеної ліги з 24 команд, кількість яких має бути збільшена до 26 в 1968 році і до 28 в 1970р. Всі існуючі клуби зберігатимуть своє місце розташування. Однією з умов злиття була гра між чемпіонами ліг за право іменуватися чемпіоном світу. Перша така гра була зіграна 15 січня 1967 р. під назвою "Чемпіонат світу AFL-NFL". Офіційний регулярний сезон почнеться в 1970 році коли дві ліги будуть офіційно об'єднані в одну.

В 1970 р. відбулося офіційне злиття двох Ліг, але при збереженні двох підгруп – Американської і Національної конференцій по три дивізіони в кожному. Склад конференцій залишився колишнім але керівництво було спільним. Ця організація отримала назву Національна футбольна ліга (NFL). Фінальна гра між чемпіонами конференцій об'єднаної ліги отримала назву Супер Боул, а найпершу гру, що відбулася в 1967 р. стали називати Супер Боул I. Зараз це одне з найбільш видовищних, престижних і дорогих спортивних подій у світі.

В 1973 р. Конгрес США ухвалив експериментальне законодавство (на три роки) згідно якого, будь-яка гра NFL, квитки на яку були розпродані за 72 год. до старту, має бути доступною для місцевого телебачення.

В 1978 р. з розширенням регулярного сезону з 14 до 16 тижнів, відвідуваність матчів глядачами перевищила 12 млн. В 1980 р. компанія CBS, викупила за 12 млн. дол. у NFL право на радіо-трансляцію 26 ігор регулярного сезону і 10 пост-сезонних ігор протягом сезонів 1980-83 рр. Церемонія драфту

вперше транслювалась теле-компанією ESPN. Рейтинги теле і радіокомпаній, які висвітлювали ігри NFL почали зростати з кожним сезоном.

З 1980 р. NFL окремі ігри проводила за кордоном (Канада, Мексика, Англія, Японія), що сприяло популяризації гри у світі і розширенню футбольного ринку.

В 1982 р. було створено Футбольну Лігу США (United States Football League). Організатори USFL мали на меті отримання прибутку, а не складати конкуренцію NFL, тому організували свій сезон весною. Проте через нестабільність кількості клубів, втративши \$ 163 млн. протягом 1983 - 1985 рр. USFL припинила своє існування. В 1988 р. в ході судової справи про порушення Антимонопольного законодавства USFL отримала \$ 3 компенсації від NFL.

В 1991 р. Рада управління NFL прийняла рішення про вступ до Ліги двох нових команд в сезоні 1994 р. В наслідок цього команди почали розподілятися на шість дивізіонів по 5 команд в кожному.

В 1991 р. з метою поширення американського футболу на міжнародному рівні зокрема в Європі створена Всесвітня Ліга Американського футболу (World League of American Football - WLAF), яка в 1995 р. реорганізована і утворено Європейську Лігу NFL (NFL Europe). Припинила своє існування в 2007 р.

В 1995 р. NFL стає першою професійною лігою, яка розмістила свою сторінку в всесвітній мережі Інтернет.

Одноголосним рішенням власників клубів NFL в 2001 р. затверджено план реорганізації ліги. Починаючи з сезону 2002 р. склад Ліги розширюється до 32 команд. Команди поділені на дві конференції Американську і Національну, які в свою чергу поділяються чотири дивізіони (Східний, Західний, Південний, Північний) по 4 команд в кожному. Такий розподіл існує і сьогодні.

В 2002 р. NFL і NFLPA (Асоціація професійних гравців NFL) оголосили про створення USA Football, першої національної організації, яка представлятиме непрофесійний (аматорський) американський футбол на всіх рівнях.

З метою популяризації американського футболу в 2003 р. запущено перший цілодобовий канал присвячений американському футболу—NFL Network.

В 2008 р. NFL, MLB, Національний Олімпійський комітет антидопінгове агентство США оголосили про партнерство в галузі боротьби з використанням допінгу в спорті.

Регулярний чемпіонат NFL і наступна серія плей-офф — одне з найвидовищніших, престижних і дорогих спортивних подій у світі. Змагання NFL відбуваються протягом 17 тижнів регулярного сезону: з початку вересня до січня. Кожна команда проводить 16 ігр. За підсумками сезону 12 найкращих команд виходять в Плей-Офф і завершується чемпіонат розіграшем найпрестижнішого у американському футболі трофею — Супербол. Переможець Супербоула отримує Кубок Вінса Ломбарді (Vince Lombardy Trophy), названий на честь тренера команди Green Bay Packers (досл. Пакувальники Грін Бея), яка стала переможцем на перших двох іграх

Супер Боул. Вперше Кубком Вінса Ломбарді була нагороджена команда Baltimore Colts (Жеребцы Балтимора) за перемогу в Супер Боул V в Майямі в 1970 р.

Матч, за традицією проходить в кінці січня (початку лютого), вважається головною спортивною подією року в США — і найбільш "глядацькою" з усіх одноденних спортивних заходів у світі: за даними NFL, його дивляться більше мільярда глядачів.

Зараз американський футбол - найпопулярніший вид спорту в США, що збирає біля екранів телевізорів мільйони глядачів. Одне з опитувань показало, що американський футбол є улюбленим видом спорту серед жителів США з 1972 р., коли він вперше обійшов за цим показником бейсбол.

Телевізійні рейтинги матчів Національної футбольної ліги вищі, ніж у решти спортивних ліг Північної Америки. У день Супер Боула - вирішального матчу сезону в NFL - гру в цілому дивляться близько 100 мільйонів чоловік в США.

6 листопада 1869 р. відбулася зустріч в Нью-Брунсвік (шт. Нью-Джерсі) між командами Ратгерського і Принстонського університетів, яка вважається першим в історії матчем з американського футболу.

Офіційні правила гри було прийнято у 1880 р.

У 1897 була створена перша чисто професійна команда - "Latrobe Athletic Association", яка складалася виключно з оплачуваних гравців.

У 1920р. засновано Американську професійну асоціацію, яку у 1922р. перейменовано у Національну футбольну лігу (NFL).

В NFL вперше у професійному спорті у 1936р. було запроваджено нову систему найму гравців на роботу (драфт), яку у подальшому запозичили всі команди ігрові види професійного спорту Північної Америки.

З 1980р. NFL, з метою розширення ринку формує інтерес до американського футболу за межами країни.

Баскетбол

Описи ігор, що нагадують сучасний баскетбол, зустрічаються у стародавніх норманів і в багатьох культурах "доколумбівської Америки". Модернізована версія однієї з таких ігор - пок-та-пок, що була колись і релігійним обрядом, - до цих пір зустрічається в північних штатах Мексики як спортивна розвага і атракціон для туристів.

Серед безпосередніх попередників баскетболу нерідко називають поширену в 19 ст. в деяких країнах дитячу гру "качка на скелі": підкидаючи невеликий камінь, гравець повинен був уразити ним вершину іншого, більшого за розміром, каменю.

Виникнення баскетболу пов'язують з ім'ям інструктора з фізичного виховання коледжу Асоціації молодих християн у Спрингфілді, доктора анатомії і фізіології Джеймса Нейсмита(1861-1939). Він у 1891 р., для підвищення зацікавленості своїх вихованців до занять фізичними вправами придумав гру під назвою "баскетбол", яка у подальшому завоювала симпатії не тільки молодих християн, а й людей всього світу. Створений спочатку для пожвавлення уроків з гімнастики, баскетбол поступово перетворився на спортивну гру з усіма притаманними їй особливостями.

Вдячні нащадки створили в США "Зал баскетбольної слави ім.Дж.Нейсмита", до якого заносяться імена спортсменів, тренерів і спортивних функціонерів, котрі зробили видатний внесок у розвиток цієї популярної гри. Слід відзначити, що Печесними членами цього залу обрано видатного тренера збірної команди з баскетболу колишнього СРСР Олександра Гомельського та легендарного баскетболіста цієї збірної, чемпіона мюнхенської Олімпіади (1972 р.) Сергія Белова [Гуськов С., 1990; Рыжков Д., 1990].

У 1892 році була опублікована перша Книга правил гри в баскетбол, що містила 13 пунктів, багато з яких діють і донині. Хоча в дечому "правила Нейсмита" відрізняються від сучасних. Наприклад, матч складався з двох таймів по 15 хв. кожен. Ведення м'яча правилами раннього баскетболу не допускалося: по майданчику можна було переміщатися тільки без м'яча, а отримавши його, гравець повинен був зупинитися і або передати м'яч партнеру, або кинути його в корзину. Кількість гравців в команді було довільним – "від двох до сорока" (але обов'язково рівним кількості гравців в команді суперника). Гравця з м'ячем не можна було атакувати - можна було тільки перешкодити йому розпорядитися м'ячем (підстрибуючи, розмахуючи руками і іншими подібними прийомами). У разі порушення цього правила фіксувався фол, повторний фол приводив до дискваліфікації порушника - до забитого м'яча. Три фолі підряд, вчинені який-небудь командою, фіксувалися як "гол" у її кошик - за умови, що суперники за цей час самі не вчинили жодного фолу. Один час у складі команди був і воротар, який охороняв кошик, а за самим кошиком не було баскетбольного щита.

Упродовж 1891-1896 рр. баскетбол набув широкої популярності серед студентської молоді. **Перша гра на гроші відбулася у невеличкому містечку Трентоні, штат Нью-Джерсі в 1896 р.** у присутності майже 200 глядачів. Гравці команди-переможниці, після сплати за оренду залу, отримали по 15 доларів, а капітан – 16 доларів. Ці розміри гонорару – близько одного долара за хвилину гри – зберігалися досить довго.

На початку ХХ ст. баскетбольні команди стали об'єднуватися у різні ліги. **Перше офіційно зареєстроване об'єднання професійних баскетбольних команд, що називалося Національною Баскетбольною Лігою, виникло у 1898 р.** Проіснувавши п'ять сезонів, вона розпалася на декілька самостійних ліг.

Правила дозволяли командам укладати контракти з різними гравцями кожену гру. Склади команд відрізнялися крайньою нестабільністю, і гравець міг продавати свої послуги на кожен матч тим, хто заплатить більше.

Гра на гроші була популярною переважно у невеликих містах, ймовірно тому, що у великих містах було вдосталь інших видовищ. Першими у великих містах баскетбол визнали мешканці негритянських гетто. Проте "чорний" і "білий" баскетбол довгий час існували окремо. Неграм не дозволялося грати в одній команді з білими і проводити зустрічі між "чорними" та "білими" командами.

В 1922р. у Нью-Йорку, в Гарлемі власники казино "Ренессанс" бажаючи залучити публіку створили з чорношкірих баскетболістів дві команди, котрі проводили матчі між собою. Успіх і заробітки перевершили сподівання. Гравці купили у складчину старенький автобус і відбули на гастролі по східному узбережжю США назвавши свою команду "Нью-Йорк Ренессанс". Баскетболісти самі шукали собі суперників і змагалися з ними. Майже кожний турнір гордо іменувався "чемпіонатом світу".

Таких турнірів у 1920-х роках було у США досить багато, а отже і "команд-чемпіонів світу" було також немало. В середині 1920-х років у ранзі "чемпіонів світу" ходили темношкірі баскетболісти "Нью-Йорк Ренессанс" і команда білих гравців з Бостона "Оріджіл Селтікс". Проте між собою вони не зустрічалися. Перша їхня зустріч відбулася у 1927 р. і в серії з шести ігор завершилася нічийним результатом (3:3). Наступна зустріч відбулася лише в 1933 р. і у серії з восьми ігор з рахунком 7:1 перемогла команда "Ренессанс".

В 1927 р. Абрахам Саперстайн (тренер і власник) заснував відому професійну баскетбольну команду "Гарлем Глобтроттерс". Вона побувала в багатьох країнах всіх континентів і за період своїх виступів зібрала аудиторію понад 100 млн осіб. За великий внесок у розвиток баскетболу в світі А.Саперстайна обрано Почесним членом "Залу баскетбольної слави ім.Дж.Нейсмита".

Незважаючи на професійний характер окремих турнірів та деяких команд баскетбольні структури США до кінця другої світової війни були напівпрофесійними.

У 1936 баскетбол включено до програми ОІ.

У 1937 р. трьома корпораціями: General Electric, Firestone і Goodyear **було створено Національну баскетбольну лігу (НБЛ)** з тринадцяти команд. Ліга мала скоріш формальний характер. Деякі з команд були незалежні, в той час як інші мали власника. Планування змагань було залишено на розсуд кожної з команд. За рішенням господарів поля гра могла тривати або чотири періоди по десять хвилин або три по п'ятнадцять хвилин.

В 1946 р. у Нью-Йорку було засновано професійну баскетбольну лігу під назвою Баскетбольна асоціація Америки (БАА). У першому чемпіонаті взяли участь 11 команд, три з яких грають у лізі і тепер. Перші два сезони свого існування БАА вела боротьбу з сильним конкурентом – Національною

баскетбольною лігою (НБЛ), яка об'єднувала команди невеликих міст Середнього заходу і проводила власні чемпіонати з 1937 р. Але у БАА була суттєва перевага – її команди виступали у великих містах і на кращих аренах. Це й зумовило наслідки конкурентної боротьби між ними.

У 1946 р. в БАА вперше у професійному спорті були запроваджено поняття "стеля зарплат" та "податок на розкіш", які стало використовуватися в інших видах спорту. "Стеля" складала 55 тис.дол.(зараз 60 млн.). Основна маса гравців отримувала по 4-5 тис.дол./рік. Зірка БАА Джо Фалкс ззаробляв 8 тис.дол.

У 1948 р. чотири клуби НБЛ приєдналися до БАА.

У 1949 р. БАА та НБЛ об'єдналися в одну лігу – Національну баскетбольну асоціацію (НБА) до якої увійшли всі команди БАА і ще сім команд НБЛ. Президентом нової ліги був обраний М.Подолофф, колишній президент БАА, а президент колишньої НБЛ А.Даффі був обраний головою ради директорів НБА [Титаренко В., 1996].

У 1967 р. в США створюється альтернативна професійна ліга – **Американська баскетбольна асоціація (АБА)**. Спортивний рівень їх був значно нижчий від, ніж у НБА, бюджет - по меншою мірою, несерйозним для організації масштабних змагань, і матчі АБА проходили при напівпорожніх трибунах. Проте, цю організацію гідна згадки хоча б тому, що саме у проведених нею чемпіонатах уперше запроваджено трьох очковий кидок. Вона подарувала баскетболу таких зірок, як Джуліус Ірвінг, Мозес, Мелоун, Джордж Гервін та ін. але витримати конкуренцію з НБА не змогла.

Склад команд НБА поступово розширювався. Так, у 1976 р. чотири провідних клуби АБА приєдналися до НБА і розширили її до 22 команд. У 1980 р. НБА зросла ще на одну команду, а у 1988-89 рр. – на чотири. Нарешті у 1995 р. до її складу увійшли дві канадські команди ("Ванкувер Грізліз" і "Торонто Репторз").

З 1984 р., від коли НБА очолив Д.Стерн, ліга розширилася до 30 команд, а її прибутки зросли більше ніж у чотири рази. Сьогодні НБА називають еталоном спортивного бізнесу і моделлю для інших професійних видів спорту. За версією американського журналу „Forbes” п'ять гравців НБА входили до 10 найбагатших спортсменів-професіоналів за 2004 рік. Прибуток НБА в 2010 році склав 3,8 млрд. дол. Середня зарплата гравців в 2010 р. склала 4,8 млн.дол./рік. – більше ніж в інших спортивних лігах.

НБА має представництва у Мехіко, Торонто, Женеві, Мельбурні, Гонконзі, Токіо.

У червні 1997 р. відбувся дебют жіночої національної баскетбольної асоціації, що створена в структурі НБА. До її складу увійшли вісім команд, що з 21 червня по 30 серпня 1997 р. розіграли свій перший чемпіонат. З 1999 р. в регулярному чемпіонаті жіночої національної баскетбольної асоціації беруть участь 12, а з 2000 р. – 16 команд.

Сьогодні структура НБА являє собою баскетбольний концерн, що складається з 30 команд, які розділені на 2 конференції – Східну (дивізіони:

Атлантичний, Центральний, Південно-Східний) і Західну (дивізіони: Тихоокеанський, Південно-Західний, Північно-Західний).

Протягом регулярного сезону кожна з команд проводить 82 матчі, за результатами яких обираються учасники плей-офф. В плей-офф команди грають за олімпійською системою, до 4 перемог в своїй конференції. Два чемпіона конференцій зустрічаються між собою в фіналі, де визначається чемпіон NBA .

З 2014 р., в зв'язку з відставкою Девіда Стерна, посаду коміонера NBA займає Адам Сілвер.

Гру в баскетбол придумав Джеймс Нейсміт у 1891 р.

Перша комерційна гра в баскетбол відбулася у 1896р.

До кінця другої світової війни баскетбольні структури США були напівпрофесійними.

В період 1946-1949рр. сформувалася найсильніша у світі баскетбольна професійна ліга NBA.

В червні 1997р. в структурі NBA почала функціонувати жіноча баскетбольна асоціація.

Хокей

Походження хокею і сьогодні викликає суперечки у істориків спорту. Один з найбільш ранніх різновидів хокею належить до 1740 р., коли французькі першопроходці, піднімаючись по річці Св.Лаврентія побачили групу індіців-ірокезів, що ганяли палицями важкий м'яч. Але більшість істориків стверджують, що хокей виник у Канаді у ХІХ ст. Проте існує припущення, що хокей виник в Англії в ХVІ-ХVІІ ст., а потім переселенці завезли його за океан. Колишній президент Міжнародної федерації хокею Гюнтер Собецькі вважає, що батьківщиною сучасного хокею є Голландія. Підставою для цього твердження є картина голландського художника Хендріка Аверкампа (1585-1666), на якій дітлахи і дорослі катаються на ковзанах, а декілька чоловіків з ключками в руках ганяють по льоду замерзлої ріки якийсь предмет.

До цього часу не встановлено також походження самого слова "хокей". Одні історики спорту стверджують, що його взяли із мови мохауків, котрі в минулому грали на траві у гру, подібну до хокею – "хо гій", що у перекладі означає "боляче". Інші фахівці вважають що воно походить від французького "хоке" – зігнута палиця пастуха.

Як вид спорту хокей сформувався у Канаді у 70-х роках ХІХ ст.

В 1870-рр. хокей з шайбою в Канаді був обов'язковою грою для всіх спортивних свят. Особливо популярним він був серед канадських студентів. Саме студенти Монреальського університету в 1879 р. сформували перші 7 правил гри в хокей з шайбою. Роль воріт стали виконувати два камені на льоду, за допомогою яких були визначені розміри простору, в яке можна забивати шайбу. Встановлено, що перший офіційний матч з хокею відбувся в Монреалі на катку "Вікторія" 3 березня 1875 р.: команди склалися з 9 чоловік, гра велася дерев'яним диском, були використані і ворота, а захистну екіпіровку запозичили з бейсболу. В 1879 році канадець У.Ф. Робертсон уперше сформулював правила гри в хокей, вперше запропонувавши застосувати для гри гумову шайбу, привівши тим самим історію виникнення хокею на більше офіційний рівень.

Появу в США історики пов'язують з ім'ям канадського студента, який у 1883 р. організував у Балтіморському університеті хокейну команду і запросив потім канадську команду з Квебека на товариську зустріч.

В 1885 в Монреалі була заснована Аматорська хокейна Асоціація.

Перші офіційні правила гри в хокей з шайбою були видані в 1886 р. Автором нового кодексу правил став канадець Р. Сміт. Згідно правил, кількість гравців на полі зменшилось до сіми. Весь матч команда проводила в одному складі, і вкінці гри всі гравці ледт пересувались по майданчику, адже замінити можна було лише того гравця, який отримав травму, (в кінці періоду, з дозволу суперників). У тому ж 1886 р. була проведена перша міжнародна зустріч між канадською і англійською командами (перемогли канадці). Гра в хокей ставала настільки популярною, Чемпіонати стали проводити щорічно, і у 1893 р. генерал-губернатор Канади, британець лорд Фредерік Артур Стенлі

придбав за 10 гіней (48,67 дол.) кубок, схожий на обернену піраміду зі срібних кілець – для вручення чемпіону країни. Так появився легендарний трофей - кубок Стенлі. Спочатку за нього боролися аматори, а з 1910 р. і професійні команди.

Згодом хокей поширився по всій Канаді і став дійсно національним видом спорту. Вже у 1899 р. у Монреалі було збудовано перший у світі палац спорту зі штучним льодом. Він вміщав 10 тис глядачів. Рішення про його будівництво було прийнято після першого у світі матчу між збірною Канади і збірною Англії, що відбулася в 1886 року. Так само, в 1899 р. в Канаді з'явилася Канадська Любительська Хокейна Ліга. Там же, до речі пройшла й перша професійна гра.

У 1900 р. канадець Френсіс Нельсон винайшов сітку для воріт, зроблену з риболовної мережі. Це було важливе нововведення, яке дозволило назавжди закрити питання: а чи був гол? Пізніше на ворота почали вішати металеву сітку. Вона була міцною, але після удару шайба відлітала назад і іноді травмувала воротаря або гравця, який знаходився біля сітки. Цей недолік змогли виправити другою сіткою, зробленою з мотузки, яка натягувалась всередині воріт для пом'якшення удару. Сьогоднішня сітка об'єднує в собі дві сітки. Встановлено сучасні розміри хокейних майданчиків (61 x 30 м). Час гри розділили на 3 періоди по 20 хв. кожен, склад польових гравців скоротили до 6, почали практикуватися заміни. Металевий свисток судді від холоду прилипав до губ, тому його замінили на дзвіночок., а пізніше і пластмасовий свисток. Тоді ж ввели вбрасування шайби (раніше суддя руками просував клюшки суперників до шайби, що лежить на льоді і давши свисток, відізжав в бік, щоб не отримати удар клюшкою. У 1929 р. воротар Клінт Бенедикт із «Монреаль Мерунз» вперше надів маску, воротарям дозволено було здійснювати стрибки при спробі відбити шайбу.

Перша професійна ліга з хокею створена в Америці у 1902-1903 рр. В 1902 р. створена Західна хокейна Ліга Пенсильванії (Western Pennsylvania Hockey League) - перша хокейна Ліга, яка залучала професійних гравців. В 1904 році з ініціативи капітана американської професійної команди "Портейдж Лейкерс" Дж.Гібсона Ліга об'єдналась з командами Мічигану і Онтаріо , щоб сформувати першу повністю професійну лігу - Міжнародну професійну хокейну лігу (International Professional Hockey League (IHL)). IHL почала наймати гравців з Канади . Щоб утримати гравців, канадські ліги стали платити гравцям. IHL, втративши своє основне джерело гравців, припинила своє існування в 1907 році. З того часу, кілька професійних хокейних ліг існували в Канаді (Ліги в провінціях Манітоба , Онтаріо і Квебек) .

Перша професійна хокейна команда була створена в Канаді в 1904 році. В цьому ж році хокеїсти перейшли до нової системи гри - "шість на шість". Був встановлений стандартний розмір майданчику - 56 x 26 м, який з тих пір майже не змінився. Через 4 сезони відбувся повний розподіл на професіоналів і аматорів. Для останніх запровадили Кубок Аллана, який розігрується з 1908 р. Його володарі в подальшому представляли Канаду на Чемпіонатах світу.

В листопаді 1909 р. в найсильнішій Лізі Канади на той час Хокейній Асоціації Східної Канади (ЕСНА, Eastern Canada Hockey Association) розгорівся скандал. Команда "Montreal Wanderers" була куплена П. Дж. Дореном, який володів Ювілейним катком в Монреалі. Ювілейний каток був менший, ніж арена Wanderers (Montreal Arena), на якій проходили всі матчі. Але це не хвилювала Дорена, який хотів перенести домашні матчі Монреалю на свій каток, що суттєво зменшило б відвідуваність, а відповідно і прибутки команд Ліги. 25 листопада 1909 р. інші команд пришили до висновку про реорганізацію ЕСНА в Канадську Хокейну Асоціацію (СНА - Canadian Hockey Association) з метою виключення команди "Монреаль Уандерс".

В той самий час власник срібного рудника Амброуз О'Брайен з Ренфрью, Онтаріо, президент команди "Renfrew Creamery Kings" намагався вступити в ЕСНА, з метою вибороти Кубок Стенлі. Його команда, будучи чемпіоном Федеральної Хокейної Ліги (FHL- Federal Hockey League) звернулася до опікунів Кубку Стенлі, але виклик було відхилено.

25 листопада 1909 р. О'Брайен звернувся до засновників СНА з проханням прийняти його команду в нову лігу, але і тут його прохання було відхилено.

Там же в Windsor Hotel в Монреалі, де проходила нарада з приводу заснування СНА, О'Брайен зустрів Джиммі Гарднера форварда команди Монреаль Уандерс, команда якого вже була відхилена СНА. Разом, вони вирішили сформувавши свою власну лігу - **Національну Хокейну Асоціацію (ННА). ННА була заснована 2 грудня 1909р.** на приватній зустрічі, де було прийняте рішення, що Ліга буде грати за правилами прописаними в ЕСНА. Гра була поділена на три 20 –хв. періоди і впровадження дрібних і великих штрафів.

Щоб створити конкуренцію і залучити франкомовних вболівальників в Монреалі, О'Брайен і Гарднер вирішили створити ще одну команду, яка складатиметься з франкомовних гравців. . Так 4 грудня 1909 р. була створена "Montreal Canadiens" управляв якою Джек Лавіолетт, а власником був О'Брайен. В цілому, О'Брайен та його баткло, Майкл Джон О'Брайен, фінансували чотири команди в лізі: "Renfrew Creamery Kings" , "Cobalt Silver Kings", "Haileybury", і "Montreal Canadiens". Ці клуби і "Montreal Wanderers" почали виступи в ННА.

В СНА ввійшло 5 команд: "Оттава", "Квебек" і три клуби з Монреалю - "Шемрокс", "Нешионалз" і "Олл-Монреаль".

З 1910 р. керівники ліг, конкуруючи один з одним почали проводити свої чемпіонати, намагаючись переманити гравців один одного.

Канадська Хокейна Асоціація (СНА) через невдалу організацію не проіснувала і місяця. 15 січня 1910р. відбулась зустріч керівників Ліг, на якій обговорювалось злиття СНА і ННА. Але замість цього ННА допустив до свого чемпіонату лише дві команди "Оттава Сенаторс" і "Монреаль Шамрокс". Ігри, зіграні до 15 січня, були анульовані, і сезон стартував знову, тепер з 7 командами.

В 1911 р. брати Френк і Лестер Патрік , на противагу ННА організували Хокейну Асоціацію Тихоокеанського Узбережжя (РСНА - Pacific Coast Hockey Association). Гроші на створення нової Ліги брати позичили в батька. Лестер заснував клуб "Аристократи Вікторії", в якому виступав як гравець, тренер і власник. Френк створив "Ванкувер мільйонерс". Третій клуб нової ліги був

створений в Нью-Вестмінстері і називався "Роялс". Лестер переманив в свою лігу багатьох найкращих хокеїстів ННА. Брати Патрик побудували льодові арени в місцях розташування команд. РСНА розвивалась і отримала визнання. Незабаром між чемпіонами РСНА і ННА почали проводити серії спільних матчів. Переможець цього плей-офф отримував Кубок Стенлі.

З кожним роком правила гри поступово змінювались. В 1912 р. в ННА було прийняте рішення обмежити число гравців до 6 чоловік. На светри гравців почали наносити номери. Замість двох періодів по півгодини ввели три періоди по 20 хв.

В 1914 р. рефері РСНА Міккі Йон запропонував проводити матчі "Всіх зірок", яка викликала гарантоване зацікавлення всіх прихильників хокею.

Через війну в Канаді в 1914 р. календар чемпіонату довелось скоротити: ігри відмінялись, зменшились прибутки від матчів. Багато гравців відправились на фронт. Сем Ліхтенхайн, босс "Уондерерс" досить цікаво вирішував кадрові питання: в свою команду він набирив тільки жонатих чоловіків, де є маленькі діти і працівників оборонних заводів – за законом їх не призивають в армію.

В свій заключний сезон (1916—1917 рр.) до ННА входили 6 команд: «Монреаль Канадієнс», «Монреаль Уондерерс», «Оттава Сенаторс», «Квебек Бульдогс», «Торонто Блюшіртс» і армійська команда 228-го батальйона, що базувався в Торонто. 26 листопада 1917 р. власники команд ННА зустрівшись в Монреалі сформувавши Національну хокейну лігу (NHL, National Hockey League), в яку ввійшли п'ять команд. Першим президентом NHL став Френк Колдер. Формально ННА не була розформована і проіснувала до 1918 р., а Френк Колдер виступав в ролі президента в обох організаціях.

Перші дві гри в NHL були зіграні 19 грудні 1917 р. На матчі були присутні лише 700 глядачів.

В боротьбі за Кубок Стенлі переможець NHL, як і раніше мав зустрічатись з чемпіоном РСНА. В 1921 р. до них ще долучилась Західно-Канадська Хокейна Ліга (WCHL- Western Canada Hockey League). З 1926 р. Кубок Стенлі почав розігруватись лише між командами НХЛ,

Перша американська команда ("Бостон Брюїнс") вступила до NHL у 1924 р., а через рік ще три американські команди стали членами цієї ліги.

Середина 20 -х років – Ліга розділилась на дві групи Канадську і Американську.

В кінці сезону 1930/1931 в NHL грали 10 команд. Але Велика депресія (1929-1939 рр.) і фінансові складнощі, які виникли в її наслідок нанесли суттєвий удар по NHL. NHL була зменшена до 6 команд. Ці команди, які грали в Лізі протягом 25 років (1942-1967 рр). відомі як "Велика шістка" (Original Six) - "Монреаль Канадієнс", "Торонто Мейпл Ліфс", "Детройт Ред Уінгз", "Бостон Брюїнз", "Нью-Йорк Рейнджерс" і "Чікаго Блекхокс". Ці роки називають "золотим часом" в історії Північно-американського хокею.

Потрапити в NHL новим гравця було важко. Кар'єра багатьох хокеїстів тривала по 15-20 сезонів. В сезоні 1949-50 рр. календар регулярного чемпіонату NHL був розширений до 70 матчів. Коли в сфері професійного спорту вибухнули тоталізаторні скандали, які торкнулись і хокею, Кларенс

Кемпбел, президент NHL, заборонив всі неофіційні відносини між гравцями різних команд. Тим самим він не лише почав боротьбу проти "тоталізаторного" хокею, але і штучно підняв конкуренцію всередині Ліги. Перемогти в матчі було справою честі, тому матчі часто супроводжувались бійками. 28 вересня 1946 р. Кемпбел зазначив: "Хокей – це гра, яка поєднує в собі швидкість і жорсткий сидливий контакт. Якщо зникне один з цих компонентів, то хокей припине своє існування".

Кадрова система в NHL вже тоді працювала дуже чітко. Скаути вишукували талановитих юніорів, заключаючи з ними контракти. Після цього гравців відправляли в фарм-клуб. Підпис під трудовою угодою робила хокеїста по життєвою власністю свого працедавця. Навіть після завершення спортивної кар'єри клуб все одно зберігав право на свого хокеїста. Це спонукало до створення Асоціації гравців NHL. Спроби заснувати цю організацію були зроблені в 1946, 1957, 1967 рр., але офіційно вона була затверджена лише в 1976 р.

В 1957 р. мінімальна зарплата гравця NHL була встановлена на рівні 7,5 тис. дол. в рік, на початку 60-х рр. – 10-15 тис./рік. В той час як наприклад шахтар заробляв 40 дол./тижд. Професія "хокеїст" з кожним роком ставала більш популярною.

У 1960-ті роки інтерес до професійного спорту в США завдяки телебаченню безперервно зростає.

В середині 1960-х рр. в молодших лігах, особливо з заходу США, почали з'являтися команди, здатні створити конкуренцію командам NHL. Посилення діяльності Західної хокейної ліги і фінансові міркування змусили NHL в 1967 р. провести перше розширення з 1920 року. В 1967 р. NHL розширюється до 12 команд за рахунок американських професійних клубів в Лос-Анджелесі, Оклєнді, Міннесоті, Філадельфії, Піттсбурзі та Сент-Луїсі. В лігу були прийняті шість команд, які утворили новий дивізіон. Це були: "Філадельфія Флайерз", "Сент-Луїс Блюз", "Міннесота Норт Старс", "Лос-Анджелес Кінгз", "Оклєнд Силс" і "Піттсбург Пінгвінз". В 1970-ті роки ліга продовжує розширюватися за рахунок американських команд.

В 1969 р. вперше проведений драфт новачків.

У 1972 р. створюється альтернативна канадо-американська хокейна ліга – Всесвітня хокейна асоціація (World Hockey Association - WHA), до складу якої увійшло вісім американських та чотири канадських команди. Команди WHA було сформовано переважно на базі студентських хокейних команд. Значну кількість провідних гравців NHL власники клубів WHA переманили високими зарплатами. Так, один з найвидатніших гравців в історії професійного хокею Горді Хоу відзначив, що у 45-річному віці, виступаючи за одну з команд WHA ("Детройт Ред Уінгс"), він отримував значно більшу заробітну плату, ніж у молоді роки в NHL. Надто великі видатки на зарплату гравцям ймовірно стали однією з головних причин того, що WHA не витримала конкуренції з NHL і в 1979 р. припинила своє існування. Чотири найсильніші клуби WHA було включено до складу NHL, котра повернула собі монопольне право контролю хокейного ринку.

У 1985 р. NHL разом з іншими професійними лігами з (футболу, баскетболу та бейсболу) звернулася до комісії Сенату США з пропозицією

прийняти закон, який давав би лігам право контролювати розташовування своїх команд у містах країни. Мова власне йшла про надання лігам права накладати „вето” на переїзд будь-якої команди відповідної ліги з одного міста до іншого.

На початку 1990-х років відбулося масштабне розширення NHL. Загальна кількість команд зросла до 26, а в 2000 р. NHL розширилася до 30 команд. Це свідчить про високі темпи зростання популярності хокею, насамперед у США, оскільки 21 з 30 команд розташовані в американських містах. Таке масштабне розширення ліги стало можливим завдяки широкому залученню до NHL провідних європейських хокеїстів, у тому числі і таких відомих українських майстрів як Дмитро Христич та Олександр Житник.

Всі клуби NHL мають свої фарм-клуби- дочірні команди, де грають хокеїсти, яким не вдалося увійти до основного складу.

На даний момент NHL має наступну структуру: 30 команд поділені на дві конференції – Східну і Західну, в кожній з них по 2 дивізіони : Атлантичний і Метрополітан, Центральний і Тихоокеанський. В кожному дивізіоні Східної конференції по 8 команд; в Західному по 7.

Кожна команда за сезон проводить по 82 гри. Плей-офф організований за дивізіональним принципом. По три кращі команди з кожного дивізіону автоматично потрапляють в плей-офф. Решта чотири місця займають команди, що набрали найбільшу кількість очок у своїх конференціях незалежно від їх дивізіону. Таким чином, від одного дивізіону в плей-офф можуть вийти одразу п'ять команд, а від іншого - тільки три.

Переможець дивізіону з найбільшою кількістю набраних очок у конференції в першому раунді плей-офф зустрічається з командою, яка набрала найменше очок серед учасників плей-офф. Команди, що зайняли в своїх дивізіонах другі і треті місця, в першому раунді плей-офф змагаються між собою. Переможці розігрують чемпіонство в дивізіоні. Потім чемпіони дивізіонів грають у фіналах конференцій, а переможці зустрічаються у фіналі Кубка Стенлі.

Така структура дозволяє всім 30 командам ліги зіграти на кожній з 30 арен принаймні один матч у регулярному чемпіонаті.

Окрім NHL в США і Канаді функціонують ще 5 нижчих ліг, до котрих входить понад 60 команд.

Як сучасний вид спорту хокей сформувався у Канаді у 1870-х роках.

Першу професійну лігу з хокею створено в США у 1902-1903рр.

У 1917р. в Канаді засновано Національну хокейну лігу (NHL), до якої у подальшому були включені американські хокейні клуби. На сьогодні 21 із 30 команд NHL розташовані в США.

З 1990 по 2000 рік NHL збільшилась на дев'ять команд завдяки зростанню популярності хокею та притоку гравців з європейських країн, у т.ч. і з України.

Окрім NHL в США і Канаді функціонують ще 5 нижчих ліг.

Футбол

Батьківщиною футболу справедливо вважається Англія. Проте ігри з м'ячем, окремі елементи котрих подібні до футболу, були відомі в глибокій давнині у Єгипті, Китаї, Греції, Римській імперії та інших країнах.

Ритуальні ігри з м'ячем колись були поширені на всіх континентах. Стародавні шкіряні м'ячі були знайдені при розкопках в Єгипті та Греції. Залежно від ритуалу м'яч міг символізувати і Сонце, і Місяць, і Землю. В Австралії м'ячі робили з шкур сумчастих щурів, сечових міхурів великих тварин, зі скрученого волосся.

У китайців була відома гра цуцзю ("Штовхати ногою"), яка входила до обов'язкової програми фізичної підготовки солдатів. Згадки про цуцзю відносяться до II століття до н. е. ФІФА в 2004 році офіційно визнала, що саме китайський варіант футболу - найдавніший.

У 40-х роках XIX ст. у середніх навчальних закладах Англії, де заняття фізичними вправами проводилися тричі на тиждень, найпопулярнішими були ігри з м'ячем, котрі у подальшому трансформувалися у футбол і регбі.

До середини XIX ст. футбол розвивався стихійно - не було календаря змагань та єдиних правил гри. Майже кожна школа і кожен футбольний клуб мали свої власні збірки правил. Одні правила допускали ведення і передачу м'яча руками, інші - ні; десь кількість гравців у кожній команді було обмежено, десь - ні. В одних командах дозволялося штовхати, робити підсікання і бити суперника по ногах, в інших це було заборонено.

Перші спроби визначити єдині правила і регламент гри у футбол були зроблені в командах університетів Оксфорда і Кембриджа.

У 1846 р. була зроблена перша спроба уніфікувати футбольні правила. Генрі де Уїнтон і Джон Чарльз Трінг з Кембріджського університету зустрілися з представниками приватних шкіл з метою сформулювати і прийняти збірку єдиних правил. Дискусія тривала 7 годин і 55 хвилин, і в результаті виник документ, опублікований під назвою "Кембриджські правила".

У 1830-1850 рр. налічувалося більше 70 футбольних команд. Вони могли представляти окремі чоловічі клуби, паби, окремі села, іноді об'єднували молодих людей однієї професії. Подібні матчі часто залучали глядачів, які укладали парі на його результат. Правила обговорювалися перед початком матчу, а за їх дотриманням стежив ухвалений обома сторонами арбітр.

У 1857 р. в Шеффілді молоді люди з середнього класу Натаніель Кресвік і Вільям Престо, які до того створили місцевий крикетний клуб, заснували найстаріший у світі футбольний клуб "Шеффілд".

На звання найстарішого футбольного клубу світу претендували й інші, зокрема "Кембридж", але ФІФА офіційно визнало найстарішим саме "Шеффілд".

26 грудня 1860 р. між "Шеффілд" і "Хеллі" був зіграний перший у світовій історії футбольний матч між клубними командами.

У 1862 р. клуб "Шеффілд" опублікував свої правила у вигляді брошури. Його члени проводили матчі "11x11", в той час як в інших місцевих змаганнях на поле могли виходити по 14 і більше гравців з кожної сторони. Футболісти "Шеффілда" першими стали виїжджати на матчі в інші міста.

У 1863 році Ебенізер Кобб Морлі, адвокат з міста Кінгстон-апон-Халл, опублікував статтю в газеті Беллз лайф в з пропозицією створити керівний орган футболу. Ідею Морлі підтримали керівники інших футбольних клубів, в результаті чого такий керівний орган був створений. 26 жовтня 1863 р. представники 11 лондонських клубів і шкіл зібралися в таверні "Вільні каменярі" і домовилися про створення Футбольної асоціації Англії, першого офіційного футбольного органу. Саме Морлі вважають не лише батьком Футбольної Асоціації, але й батьком футболу, оскільки він був причетний до складання перших Правил гри в футбол. Морлі став першим секретарем Футбольної асоціації Англії (1863—1866) та другим її президентом (1867—1874).

Вступний внесок до Асоціації становив одну гінею (фунт і один шилінг) на рік.

За результатом першої зустрічі учасники засідання звернулися із закликом до представників інших приватних шкіл Англії приєднатися до асоціації. За винятком Аппітгема (Uppingham school), решта шкіл відмовилися. Всього було проведено 6 зустрічей Футбольної Асоціації в період між жовтнем та груднем 1863 року. Найбільш прийнятними для Асоціації виявились Кембриджські правила, які й були прийняті за основу під час п'ятого засідання 1 грудня 1863 року. Правила забороняли футболістам пересуватися по полю з м'ячем в руках а також не дозволяли блокування, поштовхи, підніжки і підсічки, нанесення ударів по ногах. Більшість делегатів підтримали цю пропозицію за винятком Френсіса Кемпбелла, представника футбольного клубу Блекхет і першого управляючого фінансами Футбольної асоціації. Під час шостого і заключного засідання 8 грудня 1863 року, Френсіс Кембелл повідомив присутнім, що хоча футбольний клуб Блекхет затвердив принципи Асоціації, він не може погодитись грати за новими правилами, які забороняють підніжки, підсічки, і оголосив про вихід з організації. За результатами зустрічі 8 грудня 1863 року Футбольна Асоціація опублікувала Правила гри у футбол з 12 пунктів, перший детальний набір правил, який пізніше став відомий під назвою футбол.

Прийняті членами Футбольної Асоціації Правила гри у футбол визначали максимальну ширину та довжину поля, процедуру початку гри з центра поля, тлумачили різні терміни, включаючи взяття воріт, вкидання м'яча в гру, положення поза грою. Торкання та передача м'яча руками дозволялась за умови, що його спіймали після першого відскоку. Незважаючи на уточнення характеристик взуття (заборонялось взуття з металевими шипами, залізні вставки та гутта перча), не було конкретних правил щодо кількості гравців, виконання пенальті, штрафних ударів, порушень гри чи розмірів футбольного м'яча. Капітанам обох команд необхідно було узгоджувати ці моменти перед початком кожного матчу. Проте календаря змагань асоціація не розробила. Ігри проводилися стихійно, переважно тоді, коли з'являлося бажання пограти у футбол і була можливість зібрати всіх гравців команд.

Встановлені Футбольною Асоціацією закони негайно вступили в дію, до яких приєдналися клуби Шеффілд та Ноттінгем, проводячи щорічні змагання по правилах Футбольної Асоціації. Протягом наступних двох років приєдналися Честерфілд і Стоук. До того часу команди визначились з кількістю футболістів по 11 в кожній команді, гра велася круглим м'ячем (на відміну від регбі). Зазначалось, що всі гравці перед м'ячем перебувають в положенні поза грою, унеможливаючи передачу м'яча вперед, так як це прийнято в регбі сьогодні. Згодом ведена заборона на гру рукою в м'яч за винятком одного гравця в кожній команді, воротаря. Червона стрічка протягалась між стійками воріт для позначення верхньої частини воріт. Втім, Футбольна Асоціація в перші 10 років свого існування була не настільки вже популярна. За цей період до неї увійшло лише 18 клубів.

У 1867 році в Шеффілді була заснована місцева футбольна асоціація, яка вступила до Футбольної асоціації Англії в 1877 р.

В 1871 р. гравець команди "Уондерерс", містер Чарльз Оллок запропонував затвердити перехідний Кубок Футбольної асоціації, котрий будуть виборювати всі команди асоціації у змаганнях з вибуванням (ці змагання досить популярні в Англії і донині). Перший фінал змагань на Кубок відбувся 16 березня 1872 р. у присутності 2 тис глядачів.

Перший міжнародний футбольний матч між командами Шотландії та Англії відбувся 30 листопада 1872 р. у Глазго і закінчився з рахунком 0:0.

Коли футбол набирал популярності в 1870-х та 1880-х, професіональні футболісти не мали права виступати в Футбольних асоціаціях Англії та Шотландії. На той час гравці були аматорами. Вони вели безкомпромісну, але справедливу боротьбу. Наприклад, у фінальному матчі Кубку Футбольної асоціації Англії 1875 р. між командами "Олд Ітонієнс" і "Роял Енджінієрс" гравець першої з них отримав травму і не зміг продовжити гру. Тоді капітан команди суперниці для відновлення рівноваги добровільно пішов з поля.

Але вже на початку 80-х років ХІХ ст. власники клубів почали таємно виплачувати окремим гравцям грошові винагороди за успішні виступи. Виникла об'єктивна необхідність легалізувати професіоналізм у футболі.

На початку 1880 рр. ходили чутки, що багато клубів з північних районів Англії платили гравцям за те, що вони виступали за їхні команди. Так, на початку 1880-х, коли футбольний клуб Вондерерс розформувався та припинив існування, на півночі Англії команди почали наймати гравців, яких називали "футбольними спеціалістами" (professors of footbal), переважна більшість яких була з Шотландії. Так футбол почав поступово переходити на професіональні рейки. Клуби з північної Англії почали виплачувати футболістам грошову винагороду і команди почали поступово переважати в класі аматорів з півдня. Блекберн Роверс став першим клубом з півночі, який дійшов до фіналу Кубка Англії в 1882 році і поступився Олд Естоніанс, який став останнім аматорським клубом, що виграв трофей..

У зв'язку з цим в 1882 р. до правил ФА додалося ще одне: "Будь-який гравець, який отримує від клубу винагороду або грошове відшкодування, що перевищує кошти, які він витратив у зв'язку з виходом на ту чи іншу гру,

автоматично усувається від участі у змаганнях на Кубок, в будь-яких змаганнях під егідою Футбольної асоціації Англії та в міжнародних турнірах. Клуб, який найняв такого гравця, автоматично виключається з Асоціації".

Однак більшість клубів зловживали цією маленькою вільністю в правилах щодо "відшкодування фактичних витрат". На початку 1884 року, після матчу четвертого раунду розіграшу Кубка Футбольної асоціації, клуб "Аптон Парк" з Лондона подав протест, стверджуючи, що за клуб "Престон Норт Енд" виступали професіонали. Вільям Саделл, президент і менеджер "Престона", публічно визнав, що його клуб платить своїм гравцям, але при цьому заявив, що може довести, що подібна практика існує майже в усіх найбільших клубах Ланкаширу і центральних графствах Англії.

Відверті заяви Саделла змусили керівництво Асоціації усвідомити нові реалії. Провідні футбольні клуби вимагали від Футбольної асоціації визнати право футболістів отримувати грошову винагороду в англійському футболі, кульмінацією чого стало засідання 20 липня 1885 року, після якого було проголошено, що "легалізація використання професіональних футболістів буде слугувати інтересам Асоціації футболу, але лише за деяких умов". Хоча і з певними обмеженнями, професіональний футбол був легалізований.

На початку 1888 р. шотландець Уільям Макгрегор запропонував створити професійну футбольну лігу з провідних клубів Англії, котрі б розігрували між собою першість за заздалегідь встановленим розкладом ігор на своєму і чужому полі. Це, на його думку, сприяло б підвищенню зацікавленості глядачів і зростанню майстерності футболістів. У березні 1888 р. на зборах представників футбольних клубів було вирішено: "Створити союз або лігу з 12 провідних клубів Англії". Переможця вирішили визначати за кількістю набраних очок - два за перемогу і одне за нічию. Так започаткувався перший у світі чемпіонат з футболу. Він відбувся у сезоні 1888/89 рр. і дав першого чемпіона - "Престон Норт Енд", який виграв усі зустрічі чемпіонату і виборов Кубок ліги. Своїм успіхом клуб значною мірою був зобов'язаний менеджеру Уільяму Саделлу, котрий запросив до команди кількох кваліфікованих гравців з Шотландії і заплатив їм за перехід до своєї команди. Фактично це був перший випадок купівлі гравців клубом у футболі.

З часу легалізації професіоналізму у футболі керівництво клубів спільними зусиллями розробило ключові положення функціонування ліги і клубів. Зокрема була введена система укладання контрактів між клубами і гравцями, згідно з якими футболіст на все життя ставав власністю клубу. Це створило певні перепони щодо переходів кращих гравців з клубу до клубу за вищу винагороду. Але зростаюча спортивна конкуренція поставила на порядок денний нову проблему - купівлі і продажу гравців клубами, оскільки багатші клуби старалися перекупити класних футболістів у менш заможних клубів. У 1894р. Асоціація постановила: "Клубам забороняється отримувати або сплачувати гроші за перехід гравців". Але це рішення залишилося лише на папері. Купівля і продаж гравців набували значного поширення. В 1905 р.

Альф Коммон був першим, за кого заплатили тисячу фунтів. В 1928 р. суперзірки англійського футболу коштували вже 10 тис. фунтів.

До контрактів включався пункт у якому визначався рівень максимальної заробітної плати футболістів.

На початку існування ліги такою "межею" була сума чотири фунти на тиждень під час сезону і три - під час перерви в сезоні (травень - липень). З часом заробітна плата футболістів зростала, але не надто бурхливо. Наприклад, легендарний Стенлі Меттьюз отримував близько 1000 фунтів стерлінгів на рік, а середня зарплата робітника в промисловості становила 400 фунтів стерлінгів [Штефны Р., 1990]. У ХХ ст. футбол став одним з найпопулярніших і найприбутковіших видів спорту не тільки в Англії, а й у всьому світі.

Потреба в створенні єдиної організації для управління всім світовим футболом стала очевидною на початку ХХ століття зі зростанням популярності та кількості міжнародних матчів. Спочатку Футбольна Асоціація Англії очолювала процес врегулювання різних дискусійних питань зі створення, але ця робота була без прогресу; і тому право створити таку організацію випало на долю семи інших європейських держав. 21 травня 1904 р. в Парижі було створено Міжнародну Федерацію футболу (ФІФА). Саме цей факт став причиною того, що в загальноприйнятих повній та скороченій формі використовується французька назва. Літературний переклад на українську — "Міжнародна федерація футболу асоціації", тобто різновиду футболу англійської Футбольної Асоціації. Всупереч поширеній думці, de football association, зовсім не означає — "футбольних асоціацій", що було б по-французьки — des associations de football.

Країнами-засновниками були Бельгія, Данія, Іспанія, Нідерланди, Франція, Швейцарія і Швеція; трохи пізніше цього ж року до ФІФА приєдналася Німеччина, а ще через рік Австрія, Англія та Італія. Першим президентом ФІФА був француз Робер Герен.

Перші змагання під егідою ФІФА були проведені в 1906 році, хоча особливих успіхів в організації змагань ФІФА не досягла. Цей факт, в комбінації з низкою економічних чинників привів до відставки Герена з поста президента і його заміни Деніелом Вулфоллом з Англії, яка на той час уже стала членом асоціації. Наступні змагання під егідою ФІФА — футбольний турнір на Олімпійських Іграх 1908 року в Лондоні були набагато успішнішими, хоча і виникли певні проблеми пов'язані з участю професійних футболістів в Олімпійських Іграх.

Членство ФІФА розширилося за межі Європи з прийняттям Південно-Африканського Союзу в 1909, Аргентини і Чилі в 1912 і Сполучених Штатів в 1913.

Під час Першої світової війни ФІФА пережила серйозні випробовування, так як багато гравців відправилися на фронт, а можливість міжнародних

переїздив для проведення турнірів була сильно обмеженою. Після війни, зі смертю Вулфолла, президентський пост обійняв голландець Карл Хіршманн. ФІФА була врятована від повного розвалу, але ціною цього був вихід з організації усіх чотирьох британських асоціацій, котрі не бажали брати участь у міжнародних змаганнях з їхніми недавніми ворогами.

ФІФА стала першою міжнародною спортивною федерацією, яка поділяє футболістів не на професіоналів та аматорів, а за рівнем їхньої спортивної майстерності та віком.

Організація регулярного чемпіонату з чітким календарем змагань сприяла зростанню інтересу глядачів до футболу. Це спонукало керівництво ліги переглянути кількісний склад команд. Була створена нижча ліга і розроблена система вибування з вищої в нижчу і, навпаки, переходу з нижчої до вищої ліги. У подальшому (1920 р.) було організовано третю групу, що поділилася на північну і південну підгрупи. Так за 32 роки з моменту заснування ліги вона розширилася до 88 клубів у яких нараховувалося понад три тисячі футболістів-професіоналів [Тейлор Ф., 1985].

ФІФА — асоціація, яка була заснована згідно з законами Швейцарії. Її штаб знаходиться в Цюріху. Головним керівним органом ФІФА є Конгрес ФІФА — збори представників від кожної з національних федерацій, які входять до складу ФІФА. Конгрес збирається на звичайні сесії один раз щороку й на позачергові сесії, які проводяться один раз на рік з 1998 р. і дотепер, а також коли виникає потреба. Лише Конгрес може здійснити зміни в статуті ФІФА. Конгрес обирає президента ФІФА, її генерального секретаря й інших членів Виконавчого Комітету ФІФА. Президент і генеральний секретар — головні посадовці ФІФА. Вони відповідають за її щоденну адміністрацію, що провадиться Генеральним Секретаріатом, штат якого налічує 207 членів.

Виконавчий Комітет ФІФА під головуванням президента є головним організаційним органом для прийняття рішень на час засідання Конгресу. Міжнародна організаційна структура ФІФА також включає декілька інших органів, якими керують Виконавчий комітет чи створені Конгресом постійні комісії. Серед них — Фінансовий Комітет, Дисциплінарний Комітет, Суддівський Комітет тощо. З 1998 року президентом ФІФА є швейцарець Йозеф "Зепп" Блаттер (Joseph "Sepp" Blatter), якого 29 травня 2015 р. було переобрано на п'ятий термін, але вже 2 червня 2015 р. він оголосив про відхід зі свого поста після звинувачень у корупції. Конгрес, на якому відбудуться вибори нового глави організації, відбудеться 26 лютого 2016 року в Цюріху.

Крім її міжнародних установ (президентство, Виконавчий Комітет, Конгрес тощо) ФІФА створила конфедерації, які наглядають за футболом на різних континентах і в регіонах світу. Членами ФІФА є національні федерації, а не континентальні Конфедерації. Континентальні Конфедерації передбачені в статуті ФІФА. Національні федерації повинні бути членами і ФІФА, й конфедерації, до якої їхня країна належить географічно, для того щоб їхні команди могли кваліфікуватися до змагань **ФІФА**.

Сьогодні під егідою ФІФА, яка налічує 209 національних асоціацій і має шість континентальних гілок, проходять всі футбольні турніри всесвітнього масштабу, в числі яких чемпіонат світу ФІФА, аналогічний турнір серед жінок, молодіжні та юнацькі турніри, Кубок конфедерацій і клубний чемпіонат світу.

В період з 1995 по 1998 р. сукупна дохідна частина бюджету ФІФА становила 519 млн., а витрати 489 млн швейцарських франків. У 1999-2002 рр. сукупна дохідна частина бюджету зросла до 2 млрд 570 млн швейцарських франків (до 2002 р. співвідношення франк-долар складало 1,5 до 1,0, а нині біля 1,3 до 1,0). Прибуток ФІФА за 2012 р. становив 89 млн.дол.

ФІФА розробила розгалужену систему різноманітних змагань (від клубних команд до національних збірних), що проходять практично безперервно і приносять величезні прибутки. Вона стала першою міжнародною спортивною федерацією, котра поділяє футболістів не на професіоналів та аматорів, а за рівнем їхньої спортивної майстерності та віком. Аналогічні підходи застосовують нині майже всі професійні та напівпрофесійні міжнародні спортивні федерації і ліги.

Першу в світі футбольну асоціацію було утворено в Англії у 1863 р. В тому ж році Англійська асоціація футболу уклала перші офіційні правила гри.

В 1888 р. було створено першу у світі професійну футбольну лігу Англії.

В 1888 р. менеджер англійської команди “Престон Норт Енд” У.Саддел вперше в історії футболу придбав кваліфікованих шотландських футболістів.

В сезоні 1888/1889 в Англії було засновано професійну футбольну лігу і проведено перший у світі національний чемпіонат з футболу.

В 90-х роках ХІХ ст. у професійній футбольній лізі Англії було запроваджено контрактну систему найму гравців.

На початку ХХ ст. в Англії було утворено другу і третю футбольні ліги і розроблено правила ротації команд між лігами.

У 1904р. засновано Міжнародну Федерацію футболу. (ФІФА).

На початку ХХІ ст. ФІФА стала однією з найприбутковіших професійних ліг світу.

14.2. Формування та розвиток індивідуальних та індивідуально-командних видів спорту

Бокс

Одним з перших професійних видів спорту у світі ймовірно був двобій на кулаках. Під назвою пугілізм, він входив до програм Давньогрецьких Олімпійських ігор уже на початку VII століття до нової ери (близько 686 р.). У двобоях атлети застосовували шкіряні обмотки для рук, а в тренуваннях – примітивні "груші" та захисні шоломи. Боротьба тривала доти, доки один з учасників був в стані продовжувати сутичку. У проміжках між Олімпійськими та іншими іграми кулачні бійці брали участь у комерційних змаганнях.

К IV ст. до н.е. обмотку для рук почали виробляти з твердішої шкіри. За часів Римської імперії, під час проведення гладіаторських боїв, на полоски шкіри одягали мідні або залізні накладки, що зазвичай приводило до смерті одного з бійців.

Перша згадка про бокс у новітній час належить до 1681р., коли англійська газета "Протестант Меркурі" опублікувала репортаж про кулачний бій (a match of boxing) між чоботарем та катом його величності Герцога Олбемарлського. Починаючи з 1698 р. в Королівському театрі Лондона проводились регулярні боксерські змагання. Провінційні чемпіони почали приїжджати в Лондон, щоб здобути славу і гроші. Це і стало поштовхом для розвитку боксу саме в Лондоні. В цих поєдинках були узгоджені грошові винагороди, а також відсоток від ставок, які робили глядачі. Вагових категорій не було, що визначало лише одного чемпіона. Зазвичай бій тривав доки один з учасників був в стані продовжувати сутичку. Не заборонялось і нападати на суперника і після його падіння на землю. Так було до середини XVI ст.

Проте датою відродження боксу, як різновиду спортивних двобоїв, історики вважають 1719 р., коли у Лондоні в районі Оксфорд-стріт оселився джентельмен на прізвище Фігг, котрий оголосив себе чемпіоном у самозахисті мечем, квортерстаффом (довга дерев'яна жердина) і на кулаках [Парновская Н., 1997]. Саме Джеймс Фігг вважається першим професіональним кулачним бійцем в Англії. Свій самопроголошений чемпіонський титул він захистив у поєдинку з Саттоном у присутності численних глядачів, серед яких були письменник Джонатан Свіфт і поет Олександр Поп. Поєдинок тривав три раунди: бій на мечях, бій на кулаках, бій на квортерстаффах. Фігг переміг у першому двобої, поранивши плече Саттона. У другому двобої він його нокаутував ударом вище серця, а в третьому - травмував йому коліно квортерстаффом. Двобої спортсмени вели, не сходячи з місця. Відступати вважалось боягузством. Окрім ударів дозволялася боротьба і слід було остерігатися кидка на підлогу. Правил проведення двобоїв не було. Раунд закінчувався тоді, коли один з суперників падав.

Джеймс Фігг був проголошений чемпіоном Англії протягом 15-ти років носив це звання.

Д.Фігг відкрив школу єдиноборств і став організатором міжнародної зустрічі між італійцем Каріні та своїм учнем Бобом Вайтекером, який і отримав

перемогу. Свідками перемоги Вайтекера стали король Георг I і принц Уельський. Вони були покровителями Д.Фігга і його школи. На завершення програми Фігг провів спаринг-поєдинок з атлетом з Брістоля Джоном Броутоном (John "Jack" Broughton), якого через шість років після перемоги Фігга над Саттоном було проголошено новим чемпіоном. В 1741 р. Д.Боутон зустрівся у поєдинку з йоркширським кучером Стівенсоном і переміг його нокаутом. Через місяць після поразки Стівенсон помер від отриманих пошкоджень. Після цього Боутон вирішив припинити свої виступи на рингу. Але у подальшому з метою запобігання нещасним випадкам у боксі він розробив правила для "всіх боїв на арені". Перші правила, розроблені Джоном Боутоном, були затверджені 16 серпня 1743 р. і діяли в Англії близько 100 років. Вони забороняли удари нижче поясу та бити суперника, який упав. Після падіння спортсмен мав 30 с щоб встати на ноги і продовжити поєдинок. При цьому піднятися він міг сам або з допомогою сторонніх. Раунд закінчувався падінням суперника і міг тривати від кількох секунд до 30 хв. Боутон надав перевагу боротьбі лише за допомогою рук. За розробку правил Боутона нарекли "батьком боксу". Боутону також належить винахід "mufflers" – попередниць сучасних боксерських рукавичок, які мали б захищати руки і обличчя боксерів.

Зростання популярності кулачних двобоїв спонукало спортивних функціонерів і самих спортсменів до нечесної боротьби з метою отримання прибутків. В 1812 р. письменник Пірс Ігон заснував хроніку Призових боїв під назвою "Боксіана" з метою боротьби з "продажем" поєдинків та іншою нечесною грою. В 1814 р. аристократичні прихильники боксу заснували "Клуб пугілістів", який протягом багатьох років виконував роль органа, що керував організацією боксерських поєдинків.

Правила Боутона стали основою нових правил лондонської призової арени 1838 р. (London Prize Ring rules), які використовувались як в Англії так і в Америці. **Новий чемпіон Англії - Бенджамен Коунт боксував за цими правилами. Чемпіонське звання він здобув в 35-раундовій боротьбі з Ніком Уордом, який відбувся в лютому 1841 р. З цього моменту в історію боксу увійшов "Чемпіонський пояс" – перехідний приз, який знаходиться у чемпіона до моменту втрати їм звання. Перший пояс був зроблений на кошти любителів боксу. Він являв собою полосу червоного оксамиту, оброблену шкірою, зі срібними щитами, на яких вигравировувались імена чемпіонів. Існує версія, що символ Лондона – годинник Біг Бен, своїм ім'ям зобов'язані боксеру Бенджамену Коунту. І хоча "London Prize Ring rules" облагородили бокс, ти не менш часті суперечки і лайки властиві кулачним бійцям, які походили з низьких прошарків населення принижували глядачів, які відносили себе до аристократії. В 1867 р. Джон Грехем Чамберс з Любительського Спортивного Клуба запропонував нові правила, в яких описувалась методика і регламент проведення сутичок. В історії боксу ці правила відомі також під назвою "правила маркіза Квінсберрі", оскільки Джон Шолто Дуглас VIII маркіз Квінсберрі дав їм свою підтримку і ім'я. Згідно з цими правилами боксувати дозволялося лише у спеціальних рукавичках. Були також введені 3-хвилинні раунди з 1-хвилинними перервами між ними, 10-секундний відлік часу після нокдауну та заборонено борцівські прийоми. Правила не обмежували тривалість поєдинку. Перемагав той, хто міг довше**

утриматися на ногах. Також згідно нових правил приймалась класифікація згідно вагової категорії спортсмена. Але нові правила довго не знаходили свого застосування. Відомі на той час боксери відмовлялися одягати рукавички.

Кулачні двобої були також дуже популярними на північно-американському континенті. Зустрічі кулачних бійців були комерційними. До 1889 р. вони проводилися без рукавичок. Останнім Чемпіоном США у двобоях без рукавичок був Джон Салліван. Саме між **Джоном Салліваном і Джейком Килрейном 8 липня 1889 р. відбувся останній бій на голих кулаках за звання чемпіонату світу. Він тривав 2 год. 16 хв. і нараховував 79 раундів.** особливістю Салівана була повільність в рухах і в той самий час величезна сила удару. Саме йому історики приписують відкриття нокаутуючого удару в щелепу і інших ударів, які дозволяють досягти перемоги достроково. У 1892 р. він зустрівся з англійцем Джеймсом Корбеттом за чемпіонський титул у поєдинку в рукавичках і програв йому нокаутом у 21-му раунді.

На початку ХХ ст. бокс стає одним з найкоротших шляхів до слави і заможності. Центр розвитку професійного боксу поступово перемістився в США. Цьому сприяла економічна ситуація США і величезна кількість емігрантів з усього світу, які в подальшому ставали професійними боксерами.

Аматорський бокс розвивався повільніше ніж професійний. Професійні боксери відкрили список Чемпіонатів світу в 1882 р. (аматорський: 1904 р. – включений в програму Олімпійських ігор; 1924 р. – Чемпіонати Європи; 1974 – перший чемпіонат світу).

Формула боя всіх аматорських змагань - 3 раунди по 3 хв.

До сьогодні у професійному боксі відсутні єдині правила. У професійних боксерів раунд також триває 3 хв. Проте бій може тривати від 4 до 12 раундів (в 1982 році, після смерті Дук Ку Кіма, організація WBC (Всесвітня боксерська рада) обмежила максимальну кількість раундів з 15 до 12. У 1987-1988 рр. її приклад наслідували дві інші впливові організації - WBA і IBF).

У різних світових версіях розміри рингу від 12 до 20 футів (4,9 - 6,1 м.), маса рукавичок становить від 6 до 8 унцій (170 - 227 г). Різні також максимальна кількість раундів, причини, з яких арбітр може зупинити поєдинок, системи підрахунку очок. Три нокдауни в одному раунді будуть рахуватися або не рахуватися технічним нокаутом в залежності від того, під егідою якої організації проходить двобій. Від цього також залежить те, чи буде продовжено рахунок боксерів, що опинився у нокдауні, після гонгу. Коли проводиться поєдинок представників різних версій, то розробляються комплексні правила, котрі враховують особливості правил цих версій.

Професійний бокс суттєво відрізняється від олімпійського.

Тривалий час у боксі не було розподілу спортсменів за ваговими категоріями. Лише в 1909 р. Лондонський національний спортивний клуб розробив правила з восьми вагових категорій. На сьогодні визнано 17 вагових категорій у професійному боксі [Бокс. Енциклопедія, 1998]:

В усіх світових і національних поєдинках вищезгадані вагові категорії повинні суворо дотримуватися. Якщо вага боксера перевищує вагу, передбачену ваговою категорією, в якій він виступає, йому надається час

привести свою вагу у відповідність з прийнятими нормами. Якщо йому це не вдається - поєдинок не проводиться. Якщо після одержання чемпіонського титулу з'ясується, що вага боксера була більша, ніж визначена ваговою категорією, він позбавляється титулу і обкладається штрафним санкціям.

Для порівняння нагадаємо, що міжнародна федерація боксу (AIBA) поділяє боксерів на 12 вагових категорій. Але як у непрофесійному, так і в професійному боксі найбільш престижною є перемога у суперважкій ваговій категорії. З 1892 р. спочатку епізодично, а у подальшому систематично проводяться поєдинки за звання чемпіона світу у суперважкій категорії.

До початку 1960-х років у світі існувала лиш одна організація, що культивувала професійний бокс - Всесвітня боксерська асоціація (World Boxing Association - WBA). Пізніше були створені ще кілька організацій – WBC в 1963, IBF в 1983, WBO в 1988 і ще десяток інших, проте чемпіонські титули по їх версіях менш престижні ніж чемпіонський титул за версією WBA.

WBA є найстарішою з основних боксерських асоціацій визнаних Міжнародним боксерським залом слави (IBHOF). Вона була створена в 1921 р. в Род-Айленде як керуюча і контролююча професійний бокс самостійна правова організація і носила назву Національна Асоціація Боксу (National Boxing Association- NBA). NBA була створена на зустрічі тринадцяти американських штатів на протипагу Нью – Йоркській державній Атлетичній Комісії (New York State Athletic Commission -NYSAC). Розподіл контролю призвів до ситуації, коли конкуруючі між собою організації іноді присуджували різним боксерам однакові титули.

Національна Боксерська Асоціація проводила популяризацію своєї структури організовуючи поєдинки найсильніших на той час боксерів: Джека Демпси, Джо Луїса та інш. Джо Луїс, важковаговик, володів чемпіонським титулом 12 років(1937-49).

23 серпня 1962 року NBA з національної організації переросла в світову і змінила назву на Всесвітню боксерську організацію (World Boxing Association) – WBA. Після обрання на пост президента WBA Жилберто Мендоси в 1982 р. штаб – квартира WBA переїхала в столицю Венесуели м.

Каракас. Також Жилберто Мендоса провів децентралізацію WBA, що призвело до появи міжнародної європейської, північноамериканської, азійської, африканської і латиноамериканської боксерських асоціацій (World Boxing Association International - WBAI, North America Boxing Association - NABA, Pan Asian Boxing Association - PABA, Pan African Boxing Association - PFBA і Latin American Boxing Federation - FEDELATIN).

Всесвітня боксерська асоціація (WBA) створила новий титул, титул суперчемпіона. Коли боксер володіє чемпіонськими званнями по двох з чотирьох найпрестижніших версій - WBA, WBC, IBF і WBO. Як тільки боксер отримує титул Суперчемпіона, два претенденти (по кожній з версій) мають право поборотися як за титул чемпіона по одній з версій, так і за титул Суперчемпіона.

WBA проводить змагання за титули чемпіонів світу в усіх вагових категоріях, а також формує рейтинги боксерів-професіоналів за своєю версією.

14 лютого 1963 р. національні федерації професійного боксу 11 країн (Аргентина, Бразилія, Великобританія, США, Мексика та ін.) створили Всесвітню боксерську раду (World **Boxing** Council-WBC) з такими ж функціями, що й WBA. Передумовою створення Всесвітньої боксерської ради стали скандали, пов'язані з підтасуванням рейтингів у Всесвітній боксерській асоціації (WBA). WBC зі штаб-квартирою у Мехіко швидко зміцніла і сьогодні об'єднує 161 національну і 10 континентальних федерацій з професійного боксу. Є другою по престижності після WBA.

В 1983 р. WBC з метою безпеки боксерів прийняла рішення про скорочення кількості раундів з 15 до 12.

В 1983 р. було створено Міжнародну боксерську федерацію (IBF) зі штаб-квартирою в Атлантик-Сіті. Ця організація також успішно пройшла організаційний період і вже наприкінці 1990-х років майже 100 провідних її боксерів були визнані WBA та WBC.

Всесвітня боксерська організація (WBO) – ще одна з основних чотирьох організацій в професійному боксі. Центральний офіс WBO знаходиться в Пуерто – Ріко город Сан – Хуан. WBO була створена в 1988 р. Вже в 1990 – х рр. здобула авторитет в Європі, але в США вважалась другорядною організацією до 2000-х рр.

Важливою особливістю професійного спорту є формування його еліти - групи видатних спортсменів, популярність яких створюється всіма доступними методами - системою змагань, засобами масової інформації, формуванням індивідуального іміджу тощо. Історія професійного спорту і, насамперед, боксу - це історія його видатних представників та створення навколо них атмосфери яскравих виступів, великих прибутків, інтриг, чуток, конфліктів тощо. Особливе місце надається суперважкій ваговій категорії, видатні представники якої є найпопулярнішими боксерами. Так, величезна популярність боксу в 1920-х роках була тісно пов'язана з іменем Джека Демпсі, 1930-40-х - Джо Луїса, 1950-х - Роккі Марчіано.

В 1921 р. Д.Демпсі став учасником першого в світі бою з призовим фондом 1 млн доларів. У четвертому раунді він переміг нокаутом відомого французького боксера Жоржа Карпантьє. Цей матч вперше транслювався на весь світ по радіо, що сприяло зростанню популярності боксу.

Джо Луїс, на прізвисько “Коричневий Бомбардир”, за 16 років кар’єри на професійному рингу провів 70 боїв, 53 з яких виграв нокаутом і лише 3 програв.

Не менш вражаюча кар’єра Р.Марчіано. З 1947 по 1956 рік він провів 49 боїв і всі виграв, у тому числі 43 – нокаутом [Левенштейн И., 2003].

Найбільш яскравою фігурою професійного боксу в 1960-70-х роках був Кассіус Клей (Мохамед Алі). Він став олімпійським чемпіоном у напівважкій ваговій категорії в 1960 р. в Римі і перейшов у професіонали, де зробив блискучу кар'єру - тричі завоював титул абсолютного чемпіона світу (в 1964 р. переміг Сонні Лістона, в 1974 р. - Джорджа Формена і в 1978 р. - Леона Спінкса).

Не менш легендарною є також постать Джорджа Формена. Він, як і Клей, розпочав професійну кар'єру після того, як у 19-річному віці переміг на Олімпіаді (1968 р., Мехіко) у важкій ваговій категорії. Чемпіоном світу серед професіоналів став у 1973 р., у 1974 р. програв титульний поєдинок за звання абсолютного чемпіона світу Клею і в 1977 р. залишив бокс. Через одинадцять років він знову повернувся на ринг. У 1994 р. у віці 45 років Д.Формен виграв бій у чемпіона світу за двома версіями (WBC і WBA) Майкла Мурера. Останній свій поєдинок на професійному рингу Формен провів у 1997 р. Судді віддали перемогу його суперникові Біггсу, хоча на думку фахівців кращим був він.

З середини 1980-х і до початку 2000-х років досить популярним був Майк Тайсон. В 1987 р. у 21-річному віці він вперше у суперважкій ваговій категорії став абсолютним чемпіоном світу за трьома провідними версіями (WBA, WBC, IBF).

Найбільш яскравим спортсменом 1990-х років був Евандер Холіфілд. В 1984 р. він став бронзовим призером Ігор XXIII Олімпіади в Лос-Анджелесі у напівважкій ваговій категорії. Через відносно малу масу тіла, на думку фахівців, у нього було мало шансів досягти високих результатів у сеперважкій ваговій категорії. Але шість років напруженої фізичної підготовки, роботи над удосконаленням технічної і тактичної майстерності та психічної підготовленості дозволили йому третім в історії професійного боксу завоювати чемпіонські пояси трьох провідних світових версій і стати абсолютним чемпіоном світу у 1990 р. Цей титул він зберігав до 1992 р., коли програв Р.Бауї у 12-раундовому поєдинку. В 1993 р. він взяв реванш у Р.Бауї, а у 1996 та 1997 рр. двічі перемагав М.Тайсона. В 1999 р. він зазнав поразки від Леннокса Льюїса. Повага Холіфілда до суперників, поведінка в житті і на рингу сприяли тому, що він отримав не типове для професійного спорту прізвисько "Лорд".

У другій половині 1990-х років та на початку 2000-х на професійному рингу домінував англійський боксер Л.Льюїс, який у 1999 р. завоював титул абсолютного чемпіона світу у суперважкій ваговій категорії і володів чемпіонськими поясами найпрестижніших версій (WBA, WBC, IBF). У 2002 р. за його та М.Тайсона участі відбувся найдорожчий у професійному боксі матч. На його організацію і проведення було витрачено 23 млн доларів. Обидва учасники отримали гонорари по 17,5 млн доларів. Загальний прибуток від матчу склав біля 150 млн доларів.

Популярність професійного боксу безперервно зростає. Лише у США кількість професіональних боксерів становить близько п'яти тисяч чоловік. Понад 500 з них є постійними учасниками боксерського бізнесу [Гуськов С.И., 1988].

Великих успіхів на професійному рингу добилися українські боксери. Першим в Україні чемпіоном Європи серед професіоналів став у 1995 р. Олександр Гуров. У 1999 р. він здобув титул інтерконтинентального

чемпіона за версією WBA. У подальшому О.Гуров двічі виборював право на проведення титульного бою за звання чемпіона світу, але здобути титул йому не вдалося. Першим чемпіоном світу серед професіоналів (версія WBO) став Андрій Сінепупов (1-ша напівсередня категорія). У найбільш престижній суперважкій ваговій категорії видатних успіхів добилися брати Володимир та Віталій Клички. Спочатку Віталій Кличко у 1999 р. завоював титул чемпіона світу за версією WBO і тричі його відстояв. Згідно статуту WBO золотий пояс чемпіона вартістю 30 тис. доларів назавжди залишився у Віталія. Щоправда, у подальшому він втратив титул, програвши через травму бій американцю Крісу Бьорду. А потім молодший брат, олімпійський чемпіон Атланти Володимир Кличко 14 жовтня 2000 р. у поєдинку з К.Бьордом також виборов чемпіонський титул за версією WBO і п'ять разів його відстояв. Але в шостому поєдинку програв титул чемпіона світу за версією WBO К.Сандерсу із Південноафриканської республіки.

Віталій Кличко почав свою кар'єру як кікбоксер. У свій час Кличко став шестиразовим чемпіоном світу з кікбоксингу, триразовим чемпіоном України з боксу, срібним призером чемпіонату світу серед любителів, неодноразовим чемпіоном Європи серед професіоналів. Після вдалої кар'єри серед аматорів (95 перемог / 80 нокаутом) одночасно з братом дебютував на професійному рингу. Віталій Кличко - чемпіон світу з боксу серед професіоналів за версіями WBO (1999—2000 рр.) та WBC (2004—2005 рр., 2008—2013 рр.). На професійному ринзі провів 44 поєдинки. У 1999 році внесений до "Книги рекордів Гіннесу" як перший чемпіон світу в надважкій ваговій категорії, який виграв 26 боїв нокаутом, для чого йому знадобилася найменша кількість раундів (тим самим, він побив рекорд Майка Тайсона). Удостоєний звання Заслуженого майстра спорту України, орденів «За Заслуги» 1,2,3 ступенів, Ордену «За мужність», звання Герой України. Лауреат престижної премії Світової академії спорту «Лауреус» в номінації «Повернення року» за бій з Семюелем Пітером в 2008 році після 4-річної перерви в кар'єрі.

Володимир Кличко - перший український чемпіон, який багато років поспіль тримає пальму першості у надважкій вазі професійного боксу, володіючи титулами в чотирьох найпрестижніших версіях - IBF, WBO, IBO і WBA, а також поясом журналу The Ring. На любительському ринзі Володимир виграв 134 поєдинки зі 140. Виборовши золоту медаль на Олімпійських іграх 1996 року в Атланті, Володимир Кличко став першим європейським олімпійським чемпіоном – важковаговиком за 36 років. Ця перемога була відзначена орденом "За мужність", якою нагородив Володимира Президент України. 1996 року Володимир разом з Віталієм розпочали професійну кар'єру.

Перемоги Володимира на професійному рингу були настільки вражаючими, що найвідоміші і найпопулярніші спортсмени відмовлялися від поєдинку з Кличком, боячись програти. А легенда німецького боксу - Аксель Шульц – після поразки від Володимира 7 років не виходив в ринг. Завойовувати і відстоювати найавторитетніші у боксерському світі титули Володимир доводилося в поєдинках з такими потужними бійцями як Кріс

Берд, Чарльз Шаффорд, Рей Мерсер, Джаміль Маклайн. 2 липня 2011 року перемогою над британцем Девідом Хеєм Володимир здійснив свою давню з братом мрію – зібрав всі найпрестижніші титули в надважкій вазі. Після цієї перемоги WBA нагородила Кличка титулом Єдиного чемпіона. З тих пір Володимир успішно захистив свою колекцію титулів в боях проти Жана-Марка Мормека (березень 2012 р.), Тоні Томпсона (липень 2012 р.), Маріуша Ваха (листопад 2012 р.), Франческо П'янети (травень 2013 р.), Олександра Поветкіна (жовтень 2013 р.) і Алекса Леапаї (квітень 2014 р.). Разом з братом Віталієм Володимир очолює благодійну організацію «Фонд братів Кличків» і керує однією з найвпливовіших промоутерських компаній Східної Європи - K2 Promotions.

Олександр Усик після вдалого виступу на Іграх Олімпіади в Лондоні - 2012 р. де здобув перемогу в фіналі над італійським боксером Клементе Руссо, разом з Василем Ломаченко офіційно завершили виступи на аматорському ринзі, підписали контракт з WSB і перейшли в напівпрофесійний бокс і почали виступати за новостворений клуб "Українські отамани".

Після завершення Третього сезону Всесвітньої серії боксу в 2013 році О. Усик прийняв рішення перейти в професіонали. Після тривалих переговорів зі світовими промоутерськими організаціями він прийняв рішення підписати контракт з компанією братів Кличків "K2Promotions".

В дебютному поєдинку на профірингу в листопада 2013 р. український важковаговик нокаутував Феліпе Ромеро в п'ятому раунді. Наступного суперника, Епіфаніу Мендозу, Усик також переміг достроково. Наприкінці квітня 2014 р. в андеркарді бою Володимир Кличко - Алекс Леапаї українець здобув переконливу перемогу над Беном Нсафоа в третьому раунді. В травні 2014 р. в Одесі, О.Усик здобув четверту перемогу на професійному ринзі, зупинивши в четвертому раунді досвідченого аргентинця Сезара Давида Кренса.

4 жовтня 2014 р. у Львові О.Усик нокаутував південноафриканця Даніеля Брюера і завоював титул Інтерконтинентального чемпіона WBO в першій важкій вазі, увійшовши до першої десятки світового рейтингу WBO.

Двобій на кулаках почав комерціалізуватися ще у Стародавній Греції.

Перша згадка про бокс у новітній час належить до 1681 р. (Англія).

Датою відродження боксу, як різновиду спортивних двобоїв, є 1719 р.

Першим професіональним кулачним бійцем вважається англієць Джеймс Фігг.

Перші правила для "всіх боїв на арені" розробив Джон Боутон.

Правила боксу в рукавичках ("Правила маркіза Квінсберрі") розробив у 1867 р. Джон Грехем Чамберс.

Між правилами різних світових боксерських версій (WBA, WBC, IBF, WBO) існують суттєві розбіжності.

З 1892 р. проводяться поєдинки за звання чемпіона світу.

В 1920р. було створено Всесвітню боксерську асоціацію (WBA), яка проводить змагання за титули чемпіонів світу і формує рейтинги боксерів-професіоналів за своєю версією. Аналогічні функції виконують створені пізніше боксерські організації (WBA – 1963р., IBF – 1983р. та ін.).

Важливою особливістю професійного боксу є формування спортивної еліти: Д.Демпсі, Д.Луїс, Р.Марчіано, М.Алі, Д.Формен, М.Тайсон, Е. Холіфілд, Л.Льюїс.

Вагомий вклад у розвиток боксу зробили українські боксери суперважкої вагової категорії Володимир та Віталій Кличко.

Теніс

Перші згадки про гру, яка нагадує теніс, історики знайшли ще в Стародавньому Єгипті і Стародавньому Римі. На розкопках стародавніх Фів вчені знайшли барельєф з зображенням юнаків, які кидають м'яч. Римляни дерев'яними битками відбивали м'яч, заповнений зернами плодів фігового дерева.

Перші згадки про подібну гру в середньовічній літературі датовані початком XIII ст. В ті часи у Франції грали маленьким м'ячем, перекидаючи його долонею через мотузку або стрічку, які з'єднували дві сторони вузької вулиці. Гра отримала назву «jeu de raime» (фр. – гра долонею). Поступово до гри в м'яч почали залучатися і жінки. В 1480 р. король Людовик XI розпорядився, щоб м'яч для цієї гри, який раніше робився з тканини або кінського волосся, почали обтягувати шкірою, а на руках гравців з'явилися шкіряні печатки. В XVI ст. у Парижі існувало 1800 тенісних кортів. В залежності від вміння вести гру гравці поділялись на новачків, партнерів і майстрів. Англійський мандрівник, відвідавши Францію тих часів, писав, що у Франції більше гравців в "же де пом", ніж пияків в Англії.

Пізніше м'яч почали відбивати не долонею, а широкою палицею. З'явилися перші ракетки, у вигляді невеликих лопаток. Тоді міська влада і монастирі почали забороняти гру, яка перешкоджала руху в місті і супроводжувалась криками і побитими вікнами.

В Англії гра отримала назву «теніс» (фр. «tenez» – «ось вам, беріть»). В 1530 р. у королівському палаці Хемптон Корт побудували перший в ситі тенісний майданчик, яка існує до сьогодні. За тенісом закріпилась слава "королівської гри". Тенісні майданчики – корти- створювались у королівських апартаментах. На початку XVI ст. були відомі ракетки, у котрих у дерев'яному ободі були натягнуті жили. Тоді ж було застосовано принцип підрахунку, що зберігся і донині (15, 30, 45, 60; число 60 означало перемогу у гри).

Перше офіційне повідомлення про тенісний матч з'явилося на сторінках англійського журналу «Спортинг мегезін»: «Гаманець в 100 гіней розігрувався в травні 1816 року між Коксом, мастером тенісного корту Лондона, і Маркезіо, мастером тенісного корта Турина, і був виграний останнім після трьох днів гри". Пізніше Філіпп Кокс довів свою перевагу над чемпіоном Франції Шарьєром в матчі, який тривав три дні, після чого 10 років не поступався нікому.

Сучасний теніс сформувався у Великобританії наприкінці XIX ст. Засновником цієї гри вважається офіцер британської армії Уолтер Уінгфілд (1874 р.). Він опублікував перші правила гри в брошурі "Сферистика, або лаун-теніс" (англ., "lawn" – «галявина, газон») і запатентував необхідний для неї інвентар і корт.

В кінці року в продажі з'явилися перші комплекти тенісного обладнання. Крім ракеток і м'ячів він включав і "переносний корт". Уінгфілд вклав в коробку не лише сітку, а ще й кілки і молоток.

Запропонований Уінгфілдом корт мав форму пісочного годинника з сіткою посередині і був коротший ніж сучасні корти.

В кінці 1870-х - на початку 1880 рр. в більшості європейських країн виникають перші тенісні клуби. Теніс знаходить своїх прихильників і в ряді країн Південної і Центральної Америки.

В 1875 р. був покладений початок офіційного літопису тенісу, коли клуб любителів крикету округу Мерлібон в Англії опублікував нові правила гри в теніс. В подальшому Міжнародна федерація тенісу (ITF) прийняла рішення вважати 1875 р. – роком заснування тенісу, і місцем заснування – трав'яні майданчики англійського клубу любителів крикету в містечку Уїмблдон, члени якого вирішили провести перший в історії тенісу чемпіонат Англії, який в подальшому отримав назву "Уїмблдонський турнір".

У 1877 році в Уїмблдоні був проведений перший турнір серед чоловіків по лаун-тенісу, організатором якого був Всеанглійський Клуб крикету і лаун-тенісу. Переможець турніру отримував перехідний срібний кубок. В турнірі взяли участь 22 тенісиста, які заплатили вступний внесок у розмірі 1 англ.фунту. Першим чемпіоном став англієць Спенсер Гор. З того часу і донині він не був проведений лише у 1915-1918 рр. та у 1940-1945 рр. у зв'язку зі світовими війнами. З 1884 р. у Вімблдонському турнірі беруть участь жінки. На сьогодні це один з найпопулярніших турнірів у світі і вважається неофіційним чемпіонатом світу на трав'яних кортах.

Наприкінці XIX – початку XX ст. теніс набув поширення у різних країнах на різних континентах. Проведення міжнародних турнірів сприяло стрімкому розвитку тенісу і в США. У 1881р. створено Національну асоціацію лаун-тенісу США. Того ж року у Ньюпорті було проведено "Національний чемпіонат США серед чоловіків" (сьогодні відомий як Відкритий чемпіонат США). В 1887 р. – відповідний жіночий турнір "Національний чемпіонат США серед жінок".

В 1899 р. чотири студенти Гарвардського університету вирішили проводити змагання, в яких візьмуть участь національні збірні команди. Дуайт Девіс розробив схему проведення турніру і на власні кошти придбав срібний кубок для переможця. Перший турнір відбувся в Брукліні в 1900 р. між збірними США і Великобританії. Відтоді турнір проводився щороку. Після смерті Девіса в 1945 р. турнір отримав назву Кубок Девіса.

В 1891 р. в Парижі започатковано національний чемпіонат Франції. Спочатку у ньому брали участь лише французи або члени французьких клубів. Проте першим чемпіоном Національного чемпіонату Франції вважається англієць. З 1924 р. Світовий чемпіонат по тенісу на ґрунтових кортах став відкритим для іноземців. Проведення турніру призупинялось в часи світових війн і відновлювались після проголошення перемир'я. Чемпіонат отримав назву на честь французького льотчика Ролана Гарроса, який загинув в часи першої світової війни.

В 1905 р. в Мельбурні було проведено "Чемпіонат Австралазії" (The Australasian Championships). В 1927 р. назву турніру було змінено на "Чемпіонат Австралії". В 1969 р. отримав існуючу сьогодні назву Відкритий чемпіонат Австралії.

У подальшому чотири названі змагання під назвою турніри "Великого шлему"(Grand Slam) стали найпопулярнішими у світі як для професіональних тенісистів, так і для аматорів.

Бурхливий розвиток тенісу вимагав створення керівного органу, який би координував діяльність національних федерацій на міжнародній арені. Так у 1912 р. в Парижі була заснована Міжнародна федерація лаун-теніса (в подальшому Міжнародна федерація тенісу - ITF). Це сприяло розширенню міжнародних зв'язків і стабілізації календаря змагань.

Починаючи з двадцятих років минулого століття, професійні гравці стали заробляти непогані гроші, виступаючи перед численною публікою в показових матчах. Люди були готові платити за право дивитися видовищну гру, тому незабаром з'явилися професійні контракти на виступи тенісних гравців перед аудиторією.

Розвиток ринкових відносин в США сприяв зародженню професійного напрямку. Вперше зустріч тенісистів-професіоналів була проведена в США в 1889 р. Але тривалий час вони мали безсистемний характер. Період з 1926-1967 рр. характеризується перетворенням тенісу в "товар", формуванням і розвитком професійного тенісу.

В 1926 р. футбольний менеджер Чарльз Пайл найняв кількох тенісистів і організував комерційне турне. Сюзанн Ленглі (чемпіонка Олімпійських ігор в Антверпені) поклала початок жіночому професійному тенісу. Внаслідок цього з 1926 р. теніс був поділений на два самостійних напрямки - аматорський і професійний. Аматорський являв собою турніри "Великого шлему", "Кубок Девіса", кубок Федерації і інші, які проводились під егідою ITF. Професійний теніс не мав чіткої структури змагань і керівного органу і був представлений турнірами, що організовували К.Пайл і С.Ленглен.

В 1927 р. створюється Професійна асоціація лаун-тенісу (PLTA), з 1971 р. Асоціація професійного тенісу США (USPTA) – національна організація, яка представляє інтереси професійних гравців і інструкторів. Тенісисти організовують професійні об'єднання на місцях. Сьогодні членами USPTA є 60 країн.

В 1948 р. тенісисти Джон Крамер (John A. 'Jack' Kramer;) і Боббі Ріггс (Robert Larimore „Bobby“ Riggs) організовують ще одне турне професіоналів з призовим фондом 353 тис.дол. Це турне сприяло утворенню Національної тенісної ліги (NTL), до якої в подальшому приєдналися інші тенісисти. Формування системи змагань в професійному тенісі сприяло виникненню контрактної системи регулювання трудових відносин між організаторами турнірів і професійними тенісистами, що гарантувало гравцям заробітну плату і гонорари за участь у турнірах, в той час як раніше тенісисти отримували лише частину прибутків від продажу квитків.

Після другої світової війни в тенісі назрів конфлікт між аматорами, які отримували за участь у турнірах нелегальні призові, і професіоналами, які заключив угоди з менеджерами, змагались на власних турнірах і не допускались до офіційних міжнародних змагань.

В 1967 р. техаський нафтовий магнат Гарольд Лафайет Хант утворює нове професійне об'єднання "Світовий тенісний чемпіонат" (WTC).

Наявність різних професійних утворень сприяло зростанню конкуренції в професійному тенісі. Розіграш великих призових в професійних турнірах призвів до того, що найкращі тенісисти – аматори почали переходити в

професіонали, що значно підвищила рівень майстерності останніх. В результаті значно знизилась престижність серед аматорських турнірів.

В грудні 1967 р. Федерація тенісу Англії на Генеральній Асамблеї прийняла рішення про перетворення на відкриті всі англійські турніри, включаючи і Уїмблдонський (з 1968 р.) і дозволила участь в них аматорів і професіоналів. Після тривалих суперечок ІТФ, яка суворо відстоювала інтереси тенісистів-аматорів, пішла на поступки і оголосила початок **ери "відкритого тенісу"**. Так, починаючи з 1968 р. Уїмблдон і інші турніри стають відкритими, а з 1973 р професіонали допускаються для розіграшу Кубка Девіса.

22 квітня 1968 р. в м.Борнмут (Великобританія) відбувся чемпіонат з тенісу, на який були допущені професіонали. Починаючи з 1968 р. відмічається тенденція створення єдиної системи змагань як для аматорів, так і професіоналів. Для того, щоб залучити професіоналів до участі в аматорських турнірах ІТФ призначає грошові призи для переможців. Проте в межах спільної системи і надалі прослідковувався чіткий розподіл на аматорів і професіоналів. Основним критерієм розподілу тенісистів на аматорів і професіоналів був факт отримання (неотримання) грошових призів на турнірах.

В відкритих турнірах професіонали нагороджувалися грошовими призами, а аматори – кубками. Так в 1968 р. Артур Еш перемагає у відкритому чемпіонаті США і отримує срібний кубок, а професіонал Том Оккер, програвши в фіналі, отримує грошовий приз у розмірі 14 тис.дол.

В кінці 1970 – х рр. розпочинаються тісна взаємодія між ІТФ і "Світовим тенісним чемпіонатом" (WTC).

У 1970-х роках відносини між ІТФ і професійним тенісом почали погіршуватися, що на початку 1990-х років призвело до організації Асоціаціями професійних тенісистів і теністок власних турів. У 1972 р. з ініціативи провідних тенісистів з різних країн було створено Асоціацію тенісистів-професіоналів (АТР), а рік по тому – 1973 р. - Жіночу асоціацію професійного тенісу (WITA), котру у 1990 р. було перейменовано у Всесвітню тенісну асоціацію (WTA), метою яких є забезпечення правового захисту інтересів гравців, і організація професійних турнірів. Новостворені організації (АТР, WTA) мають на меті розвиток професійного тенісу і зміцнення його позицій на світовій спортивній арені, вдосконалення системи змагань, захист інтересів тенісистів-професіоналів, формування "рейтинг-листів" спортсменів. АТР і WTA систематично публікують рейтингові списки спортсменів згідно з набраними ними очками у турнірах за розробленими Асоціаціями системами. Перший "рейтинг-лист" АТР опублікувала 23 серпня 1973 року. Тоді в ньому було всього 125 тенісистів із 30 країн. Нині в рейтингах АТР та WTA сотні професіоналів.

Членство в обох організаціях індивідуальне, тобто конкретна особа повинна подати заяву і сплатити членський внесок. Обидві організації тісно співпрацюють з ІТФ. Оскільки членство в АТР та WTA персональне, спеціальних керівних органів професійного тенісу в окремих країнах не існує. Розвитком як аматорського так і професійного тенісу у конкретних країнах займаються національні федерації, що входять до ІТФ.

Наприкінці 1980-х років АТР розробила "Програму з обслуговування тенісистів". Програма, або як її ще називають "Університет АТР", є

обов'язковою для всіх нових членів АТР. До програми навчання входять різноманітні курси: як поводити себе під час змагань, як спілкуватися з журналістами, як вести фінансові справи тощо. В 1998 р. розроблена навчальна програма "Зірки", яка передбачає допомогу тенісистам в спілкуванні з ЗМІ, спонсорами і вболівальниками.

ITF відреагувала створенням Комітету з проведення турнірів "Великого шлему" (AUSTRALIAN OPEN; ROLAND GARROS; WIMBLEDON; US OPEN) і заснувала Кубок "Великого шлему" з рекордним призовим фондом (з розрахунку на одного учасника). Переможцем першого турніру на Кубок "Великого шлему", що відбувся у 1990 р. став 19-річний американець Піт Сампрас, який у подальшому став однією з найяскравіших зірок світового тенісу.

Отож, як бачимо, Міжнародна федерація тенісу, Асоціація тенісистів-професіоналів і Жіноча тенісна асоціація від конфронтації перейшли до співпраці з метою подальшого спільного розвитку тенісу.

Сучасний теніс сформувався у Великобританії наприкінці XIX ст. Перший Вімблдонський турнір з тенісу серед чоловіків відбувся у 1887 р. Наприкінці XIX – початку XX ст. теніс набув популярності у різних країнах на різних континентах.

Професійний теніс почав формуватися на початку XX ст.

У 1968р. започатковано відкриті змагання в тенісі (аматори спільно з професіоналами).

У 1972 р. створено Асоціацію тенісистів-професіоналів (АТР), а у 1973 р. – Жіночу асоціацію професійного тенісу (WITA), котру у 1990 р. перейменовано у Жіночу тенісну асоціацію (WTA). Членство у обох організаціях персональне.

Найпопулярнішими змаганнями в тенісі є чотири турніри "Великого шлему" (відкриті чемпіонати Австралії, Франції, Англії та США)

Велоспорт

Тривалий час гонщики використовували велосипеди-"павуки" з великим переднім колесом і маленьким заднім. Їзда на яких була надзвичайно складною і вимагала дуже хорошої фізичної підготовки, оскільки на кожній ямці на дорозі велосипедист втрачав рівновагу.

Існує версія, що велосипед-"павук" вагою 60 кг було сконструйовано у 1800 р. кріпаком Артамоновим. Винахідник зробив успішний пробіг на своєму велосипеді з уральського села Верхотуру до Москви (близько 2 000 км). У цю подорож кріпака Артамонова відправив його господар - власник заводу, який забажав здивувати царя Олександра I «дивовижним самокатом». За винахід велосипеда Артамонову та його родині було даровано свободу.

На зміну «павукам» прийшли нові велосипеди-«кенгуру». У 1855 р. винайшли порожнисті пневматичні шини, які мали шалений успіх і стали відразу встановлюватися на велосипеди. Після їх установки їзда стала більш комфортною і швидкою. Після цього з'явився абсолютно новий електровелосипед, який дозволяв їхати зі швидкістю 20 км/год і при цьому не крутити колеса.

До кінця 70 -х років ХІХст. почали будувати велотреки для різного виду змагань. Окрім піщаного покриття, для треків використовувалася глина, шлак, асфальт, трава і цемент .

Наприкінці ХХ ст. швидкість пересування зростає до 70 км/год, що зумовило появу віражів з нахилом від 20° до 35°.

Найпершим велогонщиком був англієць на ім'я Джеймс Мур. Перша гонка дистанцією 200 м пройшла 31 квітня 1868 року в парку Парижа під назвою Сент-Клоу.

Через рік Джеймс Мур переміг в більш значній гонці - 120 км від Руана до Парижа. Його швидкість становила 11 км / год, що було справжнім рекордом для того часу. У 1872 р. такі змагання були проведені у Берліні.

Гонщики стали ділитися на аматорів, професіоналів і незалежних велосипедистів. Для гонок починають використовувати не тільки призначені для цього доріжки, а й звичайне шосе.

У Чикаго в 1893 р. був організований перший чемпіонат світу для спортсменів-аматорів на треку.

З 1895 р. проводяться чемпіонати світу для професіоналів. Перша шестиденна гонка для професіоналів була проведена в 1896 році в США.

У 1900 р. створено Міжнародний союз велосипедистів (UCI).

Професійні велоперегони почали проводити наприкінці ХІХ ст. у Франції, де велосипедний спорт був найбільш розвинутий. Великої популярності набули перегони Бордо-Париж, Париж-Рубе, Париж-Тур.

З 1902 р. упродовж 11 років велогонку Бордо-Париж організувала, фінансувала і висвітлювала популярна французька газета „Ле Вело”.

У 1903 р. з ініціативи працівника іншої газети („Л'Ото”) Лео Лефевра її власник, бувший велогонщик Анрі Деграндж запропонував своє бачення „престижної велогонки світу”: тривалість перегонів 19 діб; 6 етапів з відпочинком між ними від одного до чотирьох днів; загальна довжина перегонів близько 2500 км. 1 липня 1903 р. з передмістя Парижу до Ліона (перший етап – 467 км) стартували 60 велогонщиків у першій „Тур де Франс”. На подолання цього етапу знадобилося не менше 20 годин. До фінішу багатоденної гонки дійшли лише 20 велосипедистів. Першим переможцем „Тур де Франс” став 32-річний Моріс Гарен. Загальну дистанцію 2428 км від подолав за 94 години 33 хв.

Успіх гонки Le Tour de France став великим успіхом і для газети L'Auto, кількість передплатників якої зросла з 25 тис (до Туру) до 65 тис після Туру; у 1908 р. їх кількість становила 250 тис.

Гонка 1904р. супроводжувалася хуліганськими вчинками деяких глядачів. Після того як проїжджали їхні кумири, вболівальники заважали іншим спортсменам продовжувати гонку (зводили на шосе барикади, нападали на гонщиків, розкидали на дорозі цвяхи та інші гострі предмети). Лише втручання

Французького союзу велоспорту врятувало гонку від краху. Після вивчення подій навколо перегонів Союз дискваліфікував чотирьох велогонщиків, які фінішували першими, звинувативши їх у „сприяттї хуліганським вчинкам”. Переможцем об’явили 19-річного Анрі Карне. Окрім цього були внесені зміни до правил проведення перегонів у 1905 р.: відмінили їзду у нічний час; до маршруту перегонів вперше включили гірські перевали.

З того часу перегони „Тур де Франс” почали набувати все більшої популярності і не проводилися лише під час першої (1915 – 1918 рр.) та другої (1940 – 1946 рр.) Світових воєн.

Найбільша загальна довжина траси перегонів „Тур де Франс” (понад 5000 км.) і кожного з етапів (понад 300 км) була в період 1911–1929рр. У подальшому спостерігалась тенденція зменшення як загальної довжини траси, так і довжини етапів. З 1990 р. загальна довжина траси складала 3500 – 3900 км, що поділяються на 21 етап. Зокрема, у 2005 р. загальна довжина траси становила 3607 км. Найдовший із 21 етапів становив 239,5 км, а найкоротший – 19 км. Призовий фонд становив 3 млн євро, у т.ч. нагорода за перемогу у загальному індивідуальному заліку – 400 000 євро.

Щоб отримати більші прибутки від спонсорів та рекламодавців організатори „Тур де Франс” змінюють її маршрут, у т.ч. з заїздами до сусідніх країн. Наприклад, у 2005 р. два етапи проходили по території Німеччини. Головною особливістю гонки є те, що кожний етап проводиться на новому місці з великою кількістю безпосередніх і опосередкованих учасників:

- \approx 200 велогонщиків;
- 600 – 700 осіб забезпечують організаційне, матеріальне і медичне обслуговування;
- понад 600 акредитованих кореспондентів;
- понад 600 представників радіо і телебачення;
- біля 2000 робітників, які забезпечують рекламу на колесах;
- 15000 поліцейських;
- 35 мотоциклів ескорту;
- 1500 офіційних транспортних засобів „Тур де Франс”;
- Сотні тисяч вболівальників у стартових і фінішних містечках та уздовж трас.

Стартові і фінішні містечка облаштовуються збірними трибунами для вболівальників і офіційних осіб. Спеціальні бригади робітників встановлюють їх, розбирають, перевозять на місце наступного старту і фінішу, і знову монтують.

На обладнанні, технічному транспорті, велосипедах і комбінезонах велосипедистів розташовується реклама різноманітної продукції перш за все виробників товарів, що пов’язані з випуском і експлуатацією велосипедів.

Символами велогонки є майки різного кольору і рисунку. В 1919 р. з ініціативи А.Дегранжа лідера перегонів у загальному заліку стали одягати у жовту майку (колір паперу його газети „Л’Ото”).

З 1933 р. майкою в горошок стали виділяти лідера в подоланні гірських етапів. За подолання кожного підйому в залежності від його складності нараховують від 3 до 20 очок. Хто набирає найбільше „гірських” очок, той отримує титул „короля гірських трас”. З 1975 р. відзнакою «короля гірських

трас» стала майка в червоний горошок. Кольори майки були запропоновані тодішнім спонсором Тур де Франс, шоколадом PoulainChocolate, і відповідали кольорам популярного продукту.

У 1953 р. запроваджено зелену майку. Нею виділяють того, хто набере найбільшу суму очок. На кожному етапі залікові очки нараховуються першим 25 велогонщикам.

У 1975 р. введено білу майку – відзнаку для найкращого молодого велосипедиста, якому до 1 січня поточного року, в якому проходить гонка, не виповнилося 25 років. У 2005 р. білу майку „Тур де Франс” завоював молодий український гонщик Я.Попович, який виступав у складі американської команди „Діскавері Ченнел”.

Найбільш агресивному гонщику етапу (за кількістю атак, за час знаходження у відриві від пелетону (основна група гонщиків)) на наступний день вручають спеціальний номер – білий на червоному фоні (замість звичайного чорного на білому фоні) – з 1959 р.

Велика популярність перегонів „Тур де Франс” змусила організаторів розробити кваліфікаційні вимоги до команд-учасниць. Нині до гонки допускається 19 найкращих професійних команд по 9 велосипедистів у кожній (В 2014 р. в 101-их перегонах "Тур де Франс" взяли участь 18 команд UCI ProTeams і 4 професійні континентальні команди).

Популярність гонки забезпечують найбільш яскраві представники професійного велоспорту. Серед них – французи Ж.Анкетіль і Б.Іно, бельгієць Е.Меркс, іспанець М.Індурайн. Цих чотирьох гонщиків об’єднує те, що завдяки високій майстерності та яскравим індивідуальним особливостям кожен з них зміг п’ять разів виграти гонку „Тур де Франс”: Ж.Анкетіль – в 1957 і 1961 – 1964 рр.; Е.Меркс – у 1969 – 1972 рр. і 1974 р.; Б.Іно – у 1978, 1979, 1981, 1982, 1985 рр.; М.Індурайн – у 1991 – 1995 рр. Найбільш яскравий слід у „Тур де Франс” залишив американський велосипедист Ленс Армстронг, у якого в жовтні 1996р. лікарі виявили рак яєчка, що дав метастази в легені і, навіть, в мозок. Після операції і багатомісячного лікування Армстронг тріумфально повернувся у великий спорт, вигравши одну з найпрестижніших багатоденних велогонок серед професіоналів – „Тур де Франс”. У подальшому він підряд вигравав цю гонку ще шість разів. Після сьомої підряд перемоги у „Тур де Франс” у 2005 році Армстронг заявив про завершення кар’єри професійного велогонщика. Армстронг очолює створену ним організацію по боротьбі з раковими захворюваннями, яка отримала 52 млн доларів на потреби хворих раком лише від продажу фірмових браслетиків від Ланса.

Великою популярністю у професійному велоспорті користуються також багатоденні велоперегони по Італії („Джіро Італія” – проводяться також з 1903 р.) та Іспанії („Вуельта Іспанії” – з 1935 р.).

Джіро д'Італія – багатоденна велогонка, яка проводиться щороку (травень-червень) в Італії з 1909 р. З 1988 р. Джіро д'Італія проводиться також для жінок та для юніорів.

В умовах жорсткої боротьби за читачів, головному редактору розділу про велоспорт італійської спортивної газети Gazzetta dello Sport Армандо Куні, прийшла ідея створити велогонку для залучення передплатників до видання. 7 серпня 1908 Gazzetta dello Sport на першій смузі свого номера оголосила, що в

1909 році відбудеться перший багатоденна велогонка Джіро д'Італія. Газета виділила 3000 лір для преміювання переможця, а італійський союз велосипедного спорту ще 14000 лір.

Перша Джіро д'Італія стартувала 13 травня 1909 в 14:53 за місцевим часом в Лорето , фініш відбувся в Мілані.

Всього було проведено 8 етапів загальною довжиною 2488 км. До фінішу в Мілані з 127 гонщиків дісталися тільки 49. Першим переможцем гонки став італієць Луїджі Ганна, він отримав за це 5325 лір, а останній класифікований отримав 300 лір. Для порівняння, Армандо Куні , отримував щомісячну зарплату 150 лір.

Як і у Тур де Франс, під час проведення Джіро д'Італія спортсмени отримують лідерські майки різного кольору.

Рожева майка – найпрестижніша, вручається лідеру генеральної класифікації, аналог жовтої майки Тур де Франс. Запроваджена у 1931 р.

«Боніфікаційні» секунди – вручаються трьом спортсменам, які першими перетнули лінію фінішу кожного етапу (20 – першому, 12 – другому, 8 – третьому), і віднімаються від їхнього загального часу.

Біла майка – вручається найкращому молодому гонщику, якому станом на 1 січня поточного року не виповнилося 25 років. Запроваджена у 1976 р. (вручалася гонщикам до 24 років). У 1994 р. її було скасовано, а у 2007 р. введено знову.

Червона (малинова) майка – вручається гонщику, який отримав найбільшу кількість очок у спринтерському заліку. Запроваджена у 1967 р. Спринтерські очки нараховуються в залежності від рельєфу етапу (від 1 до 25 очок)

Зелена майка – вручається найкращому гірському гонщику. Запроваджена у 1947 р.

Блакитна майка – вручається гонщику, який отримав найбільшу кількість очок (від 1 до 8 за кожен фініш) у проміжних фінішах, які не були кінцевої точкою дистанції. Вперше з'явилася у 1989 р.

Джіро д'Італія 2013 р. 20 етапів, Час переможця: 79:23:19, Кількість учасників: на старті – 207, на фініші – 168.

Вуельта Іспанії – багатоденна велогонка, яка вважається третьою за важливістю і складністю в світі після Тур де Франс та Джіро д'Італія. Започаткована у 1945 р.

У 2011 р. від України брали участь Володимир Густов та Руслан Підгорний.

Колір майки лідера з усіх велогонок відрізнявся найбільшою нестабільністю.

У 1935 р. майка була помаранчевою, у 1941 р. – білою, у 1942 р. – знову помаранчевою, у 1945-50 рр. – білою з горизонтальною червоною смугою, у 1955-97 рр. – жовтою, у 1998 р. – золотистою, з 2010 р. – червоною.

Крім червоної майки, спортсмени можуть отримати зелену майку (лідер у генеральній класифікації за кількістю очок), майку у горошок (найкращий гірський гонщик), білу (лідер у комбінованій класифікації), жовту (команда-лідер).

Вуельта Іспанії 2013 р. 21 етап, Дистанція – 3319,1км. Переможець – Кріс Хорнер (США)

З 1927 р. проводяться чемпіонати світу серед професіоналів з шосейних велоперегонів. З того часу професійний велоспорт став зміцнювати свої позиції в світі. До 1965 р. він, як і аматорський велоспорт, розвивався під егідою Міжнародного союзу велосипедистів (UCI), який було засновано в 1900 р. В 1965 р. в структурі (UCI) було сформовано Міжнародну федерацію професійного велосипедного спорту (FIPC), що сприяло більш активному його розвитку [Все о спорте, 1978]. Позитивні зміни МОК у ставленні до професійного спорту дозволили UCI на початку 1990-х років узаконити відкриті змагання з велоспорту, а з 1996 р. прийняти рішення щодо єдиної ліцензії для велосипедистів, так званого паспорта велосипедиста.

Участь у розглянутих змаганнях можуть брати лише провідні команди, які повністю укомплектовані спортсменами-професіоналами. У залежності від категорії гонки і місця, яке посідає у ній спортсмен, йому нараховуються рейтингові очки.

Міжнародна федерація професійного велосипедного спорту складає щорічні рейтинги велогонщиків-професіоналів на основі їх участі у змаганнях, котрі поділені на класи. У 2003 р. було рейтингово понад 2000 велосипедистів, у т.ч. 27 українських гонщиків-професіоналів (Ярослав Попович – 32-й; Сергій Гончар – 64-й).

Професійні команди, або як їх називають у велоспорті спортивні групи, формуються з гонщиків, яких умовно можна поділити на чотири категорії: лідери, фінішери, гірські гонщики і грегари („чорноробочі”). Кожна команда формується навколо одного-двох спортсменів-лідерів, які здатні добитися індивідуального успіху. Вони особливо успішно виступають в гонках на час (Ж.Анкетіль, М.Індурайн, Л.Армстронг та ін.), дещо гірше на гірських етапах та у боротьбі на фінішних відрізках етапів. Наступна категорія гонщиків – фінішери або спринтери. Їх у команді також має бути один-два. Коли один з таких гонщиків приходить на фінішний відрізок етапу у загальній групі, то є висока ймовірність того, що він буде першим, або принаймні в числі призерів.

В кожній багатоденній шосейній велогонці, є від чотирьох до семи складних гірських етапів. Тому без одного-двох велогонщиків, які успішно можуть виступати в подоланні гірських етапів команда не може розраховувати на успіх.

Решту гонщиків складають так звані грегари, які повинні допомагати лідерам якнайкраще виступити у генеральній класифікації, спринтерам – підготувати умови для вирішального спурту на фініші. Вони повинні бути дуже хорошими гонщиками, оскільки їм часто приходиться працювати набагато напруженіше, ніж лідерам. Лідерів необхідно прикривати від зустрічного вітру, від блокувань суперниками, постачати їм харчування (вода, енергетичний напій, калорійні батончики тощо) навіть, віддавати при необхідності велосипед, а самим очікувати під'їзду техніки і потім наздоганяти пелетон.

Заробітна плата професійних велогонщиків залежить переважно від їхнього рейтингу у світовій класифікації. На початку 1980-х років видатний італійський гонщик Ф.Мозер першим серед велосипедистів отримав за

контрактом заробітну плату 1 млн доларів на рік. У 1996 р. п'ятиразовий переможець найпрестижнішої серед професійних велогонок „Тур де Франс” М.Індурайн отримав пропозицію від фірми ОНСЕ укласти угоду вже на суму 10 млн доларів на рік. Зрозуміло, що така заробітна плата доступна лише для окремих мегазірок професійного велоспорту. Проте, прибутки кваліфікованих професійних велогонщиків, як і в інших видах професійного спорту, мають стійку тенденцію до зростання починаючи з 1970 – 1980 рр.

У 2009 році загальний бюджет 39 професійних команд становив 235 млн. Євро. У 2012 році загальний бюджет 40 команд (18 команд UCI Pro і 22 команди UCI Professional Continental) склав вже 321 млн. Євро, згідно зі звітом аудиторської компанії Ernst & Young. Така статистика говорить про те, що спонсори і партнери продовжували збільшувати інвестиції в професійний велоспорт. У 2012 році у 40 команд був 61 великий спонсор, що забезпечив 73% доходів команд. Цей показник збільшується до 95%, якщо додати всіх інших спонсорів.

Середній річний дохід велогонщика команди UCI Pro виріс за три роки з 190 тис.євро до 264 тис. євро в 2012 році. Офіційні доходи велогонщиків протягом 10 років різко зросли: 2002 р.- 100 тис. євро; 2009 р. - 190 тис. (на 90% за 7 років); 2012 р. - 264 тис. євро (на 39% за 3 роки). Середні зарплати можуть бути не дуже хорошим показником, тому що є гонщики (Канчеллара, Кавендіш, Вігінс та інші зірки), які отримують у кілька разів більше за інші гонщиків. Швидше за все, гонщики в основному отримують 130 тис. євро на рік (UCI Pro) і 60 тис.євро (Pro-Continental). Що стосується жінок і велогонщиків рівня Continental, то там виступає багато «добровольців», які отримують дуже маленькі зарплати.

У 2009 р. тільки 15% гонщиків отримувало зарплату менше 40 000 євро на рік, а в професійних континентальних командах більше не залишилося гонщиків, які отримували б менше 27500 євро на рік. Окрім офіційної зарплати є надбавки, призові, корпоративні заходи, особиста реклама та спонсори, і так далі.

Мінімальні зарплати згідно з правилами UCI на 2012 рік:

- Команда рівня PRO: мінімальна зарплата в країні реєстрації команди або мінімум 30 тис. євро (24 тис. євро для молодого професійного велогонщика).
- Команда рівня PRO CONTINENTAL: мінімальна зарплата в країні реєстрації команди або мінімум 27 500 євро (23 тис. для молодого професійного велогонщика).
- Жінки і команди рівня Continental: мінімальна зарплата в країні реєстрації команди; сума, встановлена національною федерацією; мінімальна сума, встановлена в ході переговорів між державними властями і велосипедної федерацією цієї країни.

Професійний велоспорт найбільш розвинутий і найбільш популярний у Європі. Відповідно і найбільша кількість професійних велосипедних команд базуються у європейських країнах: Бельгія – по 9–11; Іспанія, Італія, Голландія, Португалія, Франція – по 5–7. Досить розвинутий професійний велоспорт у

США (в різні роки функціонувало від 5 – до 7 кваліфікованих професійних команд) і Колумбії.

Перші велоперегони на комерційних засадах почали проводитися наприкінці XIX ст. у Франції.

У 1903р. з ініціативи власника газети „Л’Ото”, бувшого велосипедиста Анрі Дегранжа започатковано найпопулярніші нині багатоденні шосейні велоперегони „Тур де Франс”.

До найпрестижніших багатоденних шосейних велогонів серед професіоналів належать „Джиро Італія” та „Вульета Іспанії”.

З 1927р. проводяться чемпіонати світу серед професіоналів з шосейних велогонів.

В 1900р. засновано Міжнародний союз велосипедистів (UCI).

В 1965р. в структурі UCI створено Міжнародну федерацію професійного велосипедного спорту (FIRC), котра проводить змагання серед велосипедистів-професіоналів, видає їм ліцензії та формує щорічні рейтинги спортсменів за результатами виступів у змаганнях.

На початку 1990-х років UCI узаконила проведення відкритих змагань серед велосипедистів.

В 1970–1980 роках почали бурхливо зростати прибутки від організації гонок професійних велосипедистів завдяки рекламно-спонсорській діяльності та продажу прав на телетрансляції.

Професійний велоспорт найбільш розвинутий в країнах західної Європи.

Рекомендована література

Основна:

1. Борисова О. В. Современный профессиональный спорт и пути его развития в Украине (на материале тенниса) : монография / О. В. Борисова. – Киев : Центр учебной литературы, 2011. – 310 с.
2. Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.
3. Гуськов С. И. Профессиональный спорт в США / С. И. Гуськов // Спорт за рубежом. – 1990. – № 10. – С. 10–11.
4. Гуськов С. И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Гуськов С. И. – Киев : КГИФК, 1991. – 46 с.
5. Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професійного спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези III Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.
6. Линець М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в Європі / Михайло Линець, Володимир Артюх // Фізичне виховання, спорт і

культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 24–26.

7. Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>

8. Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.

9. Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.

10. Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.

11. Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.

12. Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.

13. Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

14. Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода // Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>

15. Профессиональный спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

16. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линець М. М. // Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі) : матеріали I Всеукр. з міжнар. участю наук.-практ. інтернет-конф. (20–21 грудня 2016 р.). – Дніпро : ДДІФКіС, 2016. – С. 176–178.

Допоміжна:

1. Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

2. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1995. – 296 с.

3. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 24(193). – 13 июня.

4. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 25(194). – 20 июня.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>

2. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>

3. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>

4. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>

5. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>

Тема 15.

Організаційно-правові засади професійного спорту

1. Організаційна структура професійних ліг.
2. Організаційна структура професійного спортивного клубу (команди).
3. Основи правового регулювання у професійному спорті.
4. Трудові взаємовідносини у професійному спорті.
5. Асоціації спортсменів професійних ліг.

15.1. Організаційна структура професійних ліг

Ефективне функціонування професійного спорту як різновиду підприємницької діяльності багато в чому залежить від структури його організації та принципів управління. Найбільший позитивний досвід з цих питань накопичено у командних ігрових видах американського професійного спорту – бейсболі, американському футболі, баскетболі та хокеї. Тому питання структурної побудови та принципів управління професійним спортом доцільно розглядати саме на їхньому прикладі.

Основною структурною одиницею професійного спорту є ліга. Незалежно від назви (ліга - у футболі, бейсболі і хокеї; асоціація - в баскетболі, гольфі і тенісі; рада, асоціація, федерація - в боксі) ця структурна одиниця формує стратегію і тактику розвитку відповідного виду професійного спорту і є його найвищим законодавчим та виконавчим органом (Canes, 1970; Гуськов, 1990). Ліга об'єднує визначену кількість команд-фірм, які знаходяться в різних містах і штатах.

Ліга у професійному спорті є закритою соціальною системою, головною функцією якої є організаційна ефективність. **Організаційна ефективність реалізується** кадровою політикою професійних ліг, що пов'язана зі специфічним наймом, переміщенням та звільненням спортсменів. Для збільшення ефективності і прибутковості професійних ліг у них завжди здійснюється політика перерозподілу робочої сили (гравців). Після закінчення чергового сезону склади практично всіх команд змінюються на 30-40%. Статути професійних ліг передбачають також можливість обміну гравцями і під час регулярних чемпіонатів. Перерозподіл гравців здійснюється переважно з метою вирівнювання конкурентноздатності команд ліги, що, у свою чергу, підвищує непередбачуваність результатів спортивних поєдинків і, як наслідок, зацікавленість глядачів і засобів масової інформації. Керівники ліг вважають, що успіхи ліг (насамперед фінансові) значно важливіші за успіхи окремого клубу. Наприклад, свого часу американська професійна ліга з європейського футболу (NASL) збанкрутувала переважно тому, що одна команда (Нью-Йорський "Космос") могла дозволити собі купівлю таких

видатних гравців того часу як Пеле, Бекенбауер, Кіналя, а інші команди ледь животіли. Дивитися на гру "в одні ворота" було не цікаво.

Для підвищення конкурентоздатності ліги також надають клубам-аутсайдерам фінансову підтримку. Так, керівництво NHL розробило в середині 1990-х років спеціальну програму виживання для "клубів-бідняків". Кожний з цих клубів автоматично отримує дотацію з центральних фондів ліги у розмірі 7 млн. доларів в разі, якщо напередодні чергового чемпіонату реалізує не менше 13 тисяч сезонних абонементів на ігри своєї команди (Доспехов, 1996).

Інфраструктура ліг у професійному спорті включає шість відносно самостійних груп людей, котрі задіяні у спортивному бізнесі (Табл. 1). Це. з одного боку, власники команд, менеджери, тренери, а з іншого боку – спортсмени, агенти спортсменів та Асоціації спортсменів професійних ліг. Між ними немає та й не може бути повної злагоди і солідарності. Але у них є спільні інтереси у спортивному бізнесі, що пов'язані з максималізацією прибутків. Виходячи саме з цього і слід розглядати їхні взаємовідносини. Певною мірою до інфраструктури професійних ліг можна віднести також асоціації спортивних суддів, журналістів, радіо- і телекоментаторів, власників спортивних споруд, інформаційних мереж тощо.

Інфраструктура професійних спортивних ліг



Найвищим органом влади у професійній лізі є Рада управління, до якої входять президенти всіх команд певної ліги. Рада несе відповідальність за поточну діяльність та визначає перспективну політику ліги, вирішує питання щодо зміни правил гри, розширення кількості команд в лізі, розташування команд, умови прийому до ліги нових команд; обирає Президента або комісонера ліги (не менше 2/3 голосів - NFL). Рада Управління має право: накладати штрафи на власників, директорів, акціонерів, керівників клубів, гравців, персонал Ліги; проводити перевірку журналів фінансових і інших документів Ліги і звітувати про результати членам Ліги і Комісонеру,

робити свої висновки та надавати рекомендації в Лігу з будь-якого питання, У разі несподіваної втрати працездатності Комісіонера або його смерті Рада управління має право зібратись на позачергові збори з метою виборів нового Комісіонера.

Очолює спортивну професійну лігу президент або комісіонер, який обирається Радою управління ліги (2/ Зголосів). Комісіонер Ліги не має мати ніяких фінансових інтересів прямих чи непрямих в професійному спорті. Термін роботи і заробітна плата комісіонера встановлюється Лігою. Зокрема, у бейсболі комісіонер обирається терміном на сім років. Заробітна плата комісіонера залежить від якості його роботи, яка визначається, насамперед, за величиною прибутків ліги. Наприклад, комісіонер NBA Девід Стерн у 1989 р. рішенням Ради власників ліги отримав зарплату 3,5 млн доларів на рік за успіхи у значному покращенні фінансового стану ліги. В 1990-х роках його зарплата зросла до 8 млн. Він обіймав посаду Комісіонера NBA з 1984 по 2014 рік.

Комісіонер NFL Роджер Гуделл (2006 р.- до тепер) в 2012 році отримав від неї 44 млн. доларів виплат. Зарплата глави ліги з урахуванням бонусів склала 35,1 млн. доларів. Крім того, він отримав 5 млн. за хорошу роботу і 4,1 млн. пенсійних виплат через локаут 2011 року. На думку власників клубів, Гуделл повністю заслуговує виплачених йому грошей. За підсумками сезону 2011-2012 рр. річний дохід ліги вперше досяг позначки в 10 млрд. дол., а сумарна вартість всіх клубів склала 37 млрд. дол. Під час локауту NFL в 2011 р. Роджер Гуделл за власним бажанням зменшив свою зарплату з 10 млн.дол./рік до 1 дол. на період, доки тривали перемовини з профспілкою гравців (тривали 5 міс).

Комісіонер (президент) ліги здійснює загальне керівництво і головує на всіх засіданнях Виконавчого комітету; може обирати місце розташування офісу Ліги, який повинен бути розташований в або поруч з містом, в якому експлуатується франшиза Ліги (NFL) ; від імені Ліги може здійснювати будь-які витрати, пов'язані з функціонуванням Ліги, зокрема, оренду приміщень та найму працівників; уповноважений, за кошт Ліги, наймати юридичних консультантів або приймати рішення про правові заходи, щодо осіб або організацій, дії яких загрожують інтересам Ліги, клубам або професійному футболу; укладає контракти і проводить переговори від імені Ліги; може накладати вето на підписання контракту між клубом і гравцем, якщо це порушує Статут Ліги або загрожує інтересам Ліги; розв'язує суперечки між командами, власниками клубів, гравцями і тренерами, гравцями і керівництвом Ліги; контролює фінансові питання і відсутність махінацій; затверджує на проплату рахунки; затверджує календар змагань і стежить за дотриманням правил проведення змагань, контролює роботу Відділу по зв'язках зі спільнотою і інші відділи; ініціює створення комітетів з певних питань і є їх членом; призначає час і дату проведення щорічних зборів і позачергових зборів; схвалює призначення члена Ради Управління (представника клубу). Веде переговори стосовно продажу прав на телетрансляцію фінальних матчів (наприклад, "Супербол") і матчів регулярного чемпіонату, тощо.

Комісіонер має бути присутній на всіх зборах Ради управління і звітує на її щорічних зборах.

У випадку порушення Статуту Ліги або скоєнні дій, які можуть зашкодити інтересам Ліги, Комісіонер NFL має право накладити штраф на винуватця у розмірі не більше 500 тис. дол. У випадку несанкціонованого Лігою продажу, передачі клубу або наданні будь-яких прав у володінні клубом особам, які не є найближчими родичами, Комісіонер має право накладити штраф (не менше ніж 500 тис. дол. та 15% від вартості операції), або скасувати контракти або угоди між Лігою (її членами) і порушником.

Президенти ліг мають віце-президентів за напрямками роботи. Наприклад, у президента NHL п'ять віце-президентів: з маркетингу; оперативного керівництва та адміністративних справ; юридичних питань; телебачення; суддівства.

Подібну структуру має професійна футбольна ліга (ПФЛ) України. Керівництво діяльністю ліги здійснює Рада ПФЛ (обрано у 2004 р.) до котрої входять 16 представників клубів вищої ліги, 11 представників клубів першої і другої ліг. Раду очолює президент ПФЛ. З числа членів Ради обирається перший віце-президент і два віце-президенти. Оперативне управління лігою здійснює виконавчий комітет, очолюваний генеральним директором. Він призначається та звільнюється Радою ПФЛ за поданням її президента.

Основним документом, що регламентує діяльність ліги, є статут. В Статуті визначено мету і завдання відповідної Ліги; умови членства в Лізі (процедуру прийому до ліги нових команд), умови права команди на територію; права і обов'язки Виконавчого і інших комітетів; права і обов'язки президента, скарбника, секретаря тощо; умови і календар проведення регулярних чемпіонатів, ігор плей офф та інших змагань, що проводяться Лігою; умови регулювання ринком зайнятості гравців (визначається кількість гравців в клубах, основні положення контракту, вимоги до гравців, правила проведення драфту тощо); умови продажу прав на теле і радіотрансляції. Регулювання ринку зайнятості гравців включає п'ять аспектів, що регламентують умови їх праці: 1) формування складів команд; 2) укладання угод (контрактів) з гравцями; 3) розробку умов переходу гравців в інші команди; 4) набір гравців до команд; 5) правила перерозподілу гравців між командами ліги.

Основні управлінські функції ліги полягають: у розробці правил гри; складанні календаря змагань; зміні та визначенні кількості команд у лізі та кількості гравців у команді; прийомі до ліги нових команд; контролі за розташуванням команд на території країни та за її межами; укладанні контрактів на продаж прав радіо- і телетрансляцій ігор; встановленні для клубів ліміту на виплату зарплати гравцям, за який не можна виходити тощо. В окремих лігах навіть контракти зі спортсменами укладає адміністрація ліги. Наприклад соккер-ліга (MLS) США укладає контракти з футболістами котрі вперше в ній працюють, а потім розподіляє між клубами з метою врівноваження їхньої конкурентноздатності та збереження певної рівноваги між своїми гравцями та легіонерами. Крім цього, ліги створили систему

контролю за кар'єрою спортсменів, котра запобігає змінам, що могли б загрожувати інтересам власників команд.

Правила гри розробляє і вдосконалює спеціальний комітет з правил гри, до складу котрого входять представники керівництва ліги та Асоціації спортсменів. Останні відстоюють інтереси спортсменів. Будь-яке правило може бути переглянуте, відмінене або прийняте двома третинами голосів членів цього комітету.

На думку американських фахівців ліга не може ефективно функціонувати за умов необмеженого розширення кількості команд. Тому **кожна ліга розробляє власні правила прийому нових команд. При вступі до ліги нової команди її власник сплачує одноразовий вступний внесок, який потім порівну розподіляється між усіма командами ліги.** Наприклад, напередодні сезону 1996/97 рр. вищий орган НХЛ - Рада власників клубів - прийняла рішення щодо збільшення команд в лізі до 30 протягом 1998-2000 років. Вступний внесок становив 75 млн доларів. На чотири вакантних місця претендували дев'ять міст Канади і США. Вибір міст розташування нових команд здійснюється на конкурсній основі. Критеріїв, за якими вибираються міста-кандидати, багато, але головних два: наявність льодової арени, яка відповідає сучасним вимогам; можливість укладання великих контрактів з місцевими та загальнонаціональними телекомпаніями (Доспехов, 1996).

Міжнародна федерація автоспорту (FIA) також встановила вступний внесок для участі команди в гонках "Формула-1". З 1999 р. його сума становила 25 млн. доларів, а у 2005 р. – 40 (Смирнов, 2005). Коли навіть у подальшому команда відмовиться від своїх намірів, то гроші назад не повертаються.

Згідно з діючими статутами провідних професійних ліг США **рішення щодо прийому нового клубу (команди) або переїзду команди в інше місто приймається, як правило, за умови, що за нього проголосували не менше 75% членів Ради управління лігою.**

Залежно від кількості команд і системи проведення змагань у лігах утворюються групи або так звані конференції, що у свою чергу, поділяються на підгрупи або дивізіони.

MLB складається із 30 команд (29 – з США, 1 – з Канади) поділені на Національну і Американську Ліги. Кожна ліга розділена на три дивізіони: Східний, Західний і Центральний - по 5 команд в кожному. **NBA** складається з 30 команд, які розділені на 2 конференції – Східну (дивізіони: Атлантичний, Центральний, Південно-Східний) і Західну (дивізіони: Тихоокеанський, Південно-Західний, Північно-Західний). **NFL** складається з 32 команд , які поділені на дві конференції Американську і Національну , які в свою чергу поділяються чотири дивізіони (Східний, Західний, Південний, Північний) по 4 команд в кожному. **NHL** має наступну структуру: 30 команд поділені на дві конференції – Східна і Західна, в кожній з них по 2 дивізіона : Атлантичний і Метрополітан, Центральний і Тихоокеанський. В кожному дивізіоні Східної конференції по 8 команд; в Західному по 7.

Згідно з нормативними документами ліг кожній команді надається виключне право на користування певною територією. Виключне право команди на територію дозволяє уникати конкуренції за глядачів і здійснювати

різноманітну комерційну діяльність у своєму регіоні. Право на територію діє як важливий чинник обмеження економічної конкуренції між клубами, що є гарантією високих прибутків (Miller, 1965).

Для розташування іншої команди в межах території, де вже існує команда, необхідна згода останньої та рішення Ради управління лігою. При цьому нова команда сплачує клубові, що розташований на цій території, визначену лігою суму за територіальну поступку. Проілюструвати це можна на прикладі NHL. Ліга надає власникам команд виключне право на територію в радіусі 100 миль від місця розташування штаб-квартири кожної з команд. При розташуванні на цій території іншої команди NHL, вона повинна отримати на це дозвіл ліги і сплатити компенсацію за "поступку території". Наприклад, коли на початку 1970-х років в лізі було сформовано команду "Нью-Йорк Айлендерс", то її власники змушені були сплатити існуючій у цьому місті команді-власнику території ("Нью-Йорк Рейнджерс") 4 млн доларів за право розташуватися у Нью-Йорку.

Ліги надають кожному клубові виключне право на телетрансляцію своїх ігор на території, що обмежена зоною в радіусі 50 миль від стадіону на якому проводяться ігри відповідної команди.

З метою нівелювання різниці між багатими і бідними клубами та зниження видатків на зарплату ліги жорстко лімітують її загальну суму на конкретний сезон. Наприклад, NBA ввела ліміт витрат клубів на зарплату гравцям у сезоні 2014/2015 – 63 млн.дол.

Під тиском Асоціації баскетболістів NBA ліга збільшує суми видатків на зарплату, але виходити за їх межі клуби не можуть (Ярчук, 2004). Коли ж якийсь клуб витратить на зарплату гравцям більше ніж встановлено лігою на відповідний сезон, то суму яка дорівнює різниці між фактично виплаченою зарплатою та її лімітом клуб повинен виплатити лізі – "**податок на розкіш**". Отримані від них кошти розподіляються лігою між відносно бідними клубами.

Ліги встановлюють і ліміт на кількість гравців у команді. В NBA він становить 12-15 гравців, в NHL - 25-27. В NFL – 80 (не включаючи непідписаних вільних агентів і зарезервованих гравців). Проти зменшення кількості гравців у командах виступають Асоціації спортсменів професійних ліг, а проти збільшення - власники команд.

Всі гравці клубу мають бути занесені в один зі списків:

- Активний список (в NFL до нього можуть бути включені 65 гравців, які беруть участь у іграх сезону);
- Резервний список .
- Список на звільнення (потрапляють гравці, які з особливих причин виключені з Активного списку. Тільки Комісіонер має право вносити ім'я гравця в цей список).

Ліги, згідно їх статутів, це не прибуткові організації. Вони фінансуються за рахунок відрахування 5-7% прибутків від продажу квитків на ігри регулярних чемпіонатів та розіграшів кубків. Проте ліга за своєю сутністю є монополістом у вирішенні ключових питань спортивного бізнесу: зміна правил гри, визначення кількості команд у лізі і кількості гравців у команді, розширення ліги, контроль за місцем розташування команд, укладання контрактів на продаж прав на телетрансляції національним телекомпаніям,

контроль за ринком робочої сили, контроль за кар'єрою професійних спортсменів тощо (Гуськов, Платонов, Линец, Юшко, 2000).

Організаційна структура ліг до 1980-х років була досить простою. Штаб-квартира певної ліги вирішувала і адміністративні і комерційні питання. Активізація спортивного маркетингу в 1980-ті роки суттєво вплинула на організаційну структуру ліг. Враховуючи те, що фахівці небезпідставно вважають нині NBA взірцем спортивного бізнесу, в якості прикладу розглянемо її структуру. NBA складається із чотирьох організацій: сама NBA – вона займається адміністративними питаннями, що пов'язані з організацією та проведенням змагань, а також трьох фірм у складі NBA – “НБА Пропертайс”, “НБА Інтертейнмент” і “НБА Інтернешнл”. Сама NBA є неприбутковою організацією і фінансується за рахунок відрахувань команд від продажу квитків. Якщо наприкінці фінансового року залишається надлишок коштів, то вони порівну розподіляються між командами ліги.

Функції “НБА Пропертайс” полягають у трьох видах діяльності: створення і підтримання іміджу ліги і команд; формування зацікавленості вболівальників до баскетболу і ліги; проведення комерційної діяльності. Фірма має шість відділів: ліцензійний - співпрацює з фірмами-спонсорами; підприємницький - займається всіма видами маркетингу, окрім ліцензійної діяльності; відділ зв'язків з засобами масової інформації та видавничої діяльності; два відділи послуг, котрі відповідають за організацію ігор команд “Всіх зірок ліги”, відкритого турніру “Макдональдс чемпіонат” (неофіційний клубний чемпіонат світу) та ін., а також здійснюють координацію діяльності маркетингових служб клубів; творчий відділ – розробляє політику діяльності ліги на майбутнє.

“НБА Інтертейнмент” відповідає за роботу з глядачами, а також займається продажем відеокaset із записами ігор.

“НБА Інтернешнл” підтримує контакти з понад 80 країнами світу. Основним напрямом роботи “НБА Інтернешнл” є завоювання міжнародного баскетбольного ринку. Це, насамперед, продаж прав на телетрансляцію ігор команд NBA іноземному телебаченню (ігри NBA транслюються в 200 країнах світу), організація показових матчів і турнірів команд NBA за кордоном, видання баскетбольних журналів в країнах Європи (Італія, Іспанія, Франція) тощо. Подібну організаційну структуру мають NFL і MLB. В 1997 р. в структурі NBA створено жіночу національну баскетбольну асоціацію. Нині до її складу входять 12 команд, котрі в літній період (міжсезоння у чоловічій лізі) розігрують свій чемпіонат.

В NHL, на відміну від інших елітних ліг, три штаб-квартири – у Нью-Йорку, Монреалі і Торонто, кожна з яких виконує різні функції. Штаб-квартира у Монреалі (до 1977 р. була єдиною в NHL) займається фінансовими питаннями ліги, контрактами гравців, спортивною інформацією, статистикою. В її штабі близько 30 осіб. Штаб-квартира у Торонто (20 осіб) відповідає за організацію суддівства ігор у лізі, котре здійснюють 40 штатних арбітрів. Штаб-квартира у Нью-Йорку (20 осіб) на чолі з президентом ліги Г.Беттманом займається складанням календаря ігор, маркетинговою політикою, зв'язками з громадськістю, продажем прав на телетрансляції хокейних матчів, видавничою діяльністю.

Організаційні структури інших професійних ліг США подібні до розглянутих вище. Створена нещодавно в США вища ліга соккера (європейський футбол) ефективно розвивається завдяки тому, що взяла на озброєння основні принципи роботи NBA, NFL, MLB та NHL.

Професійні спортивні ліги (асоціації) є основною формою ефективного функціонування сучасного професійного спорту. За своєю сутністю вони є спортивними картелями, які: регулюють конкурентну рівновагу між командами, що активізує інтерес глядачів і стимулює спортсменів до підвищення рівня спортивної майстерності; регулюють прийом нових команд і їх розташування; розробляють правила змагань, умови прийому на роботу спортсменів та їх переходу з команди до команди; здійснюють фінансову діяльність.

Об'єднання клубів у професійні ліги практично усунуло їх від економічної конкуренції. Вони суперники лише на спортивних майданчиках, а у бізнесі партнери.

15. 2. Організаційна структура професійного спортивного клубу (команди)

Професійний спортивний клуб (команда) є низовою складовою ланкою ліги (асоціації). Професійні клуби – це комерційні організації (Какузін та ін., 1991). У професійному спорті юридично сформувалися три форми власності: індивідуальна, корпоративна (власником команди є фірма або компанія), акціонерна (власниками команди є власники акцій). Наприклад, лондонський футбольний клуб „Челсі” належить російському мільярдеру Р.Абрамовичу. Найтитулованіша команда NHL "Монреаль Канадієнз" належить канадській компанії "Молсон", що виробляє пиво. Акції команди "Сент-Луїс Блюз" порівну (по 5%) належать 20 компаніям Сент-Луїса. На теперішній час у Північній Америці переважає індивідуальна форма володіння командами. Згідно даних журналу "Forbes Magazine" серед 400 найбагатших людей США майже 50 осіб володіють професійними спортивними командами і понад 300 - мають відношення до професійного спорту. Але у зв'язку з тим, що у професійному спорті зростають не тільки прибутки, а й видатки, все більше активізується корпоративна форма власності стосовно професійних команд.

Для вступу в Лігу, керівництво клубу-претендента має виконати ряд вимог. Наприклад, згідно Конституції NFL, кожен претендент на членство повинен подати письмову заяву на ім'я Коміснера Ліги. В заяві має міститись наступна інформація: місто, в якому планується розміщення команди; тип організації; звіт про фінансове становище заявника (якщо акціонерне товариство, то інформація про фінансове становище всіх акціонерів); якщо заявник є корпорацією, завірена копія Статуту; якщо заявником є партнерське утворення без статусу юридичної особи, то завірена копія Угоди про партнерство; імена та адреси всіх посадових осіб і директорів. До заяви додається підтвердження, що після прийняття команди в Лігу, заявник повністю погоджується з Конституцією, Статутом, правилами і положеннями Ліги і будь-якими поправками або змінами до них.

Кожна заявка на членство повинна супроводжуватися чеком на 25 тис.доларів. Після затвердження заявки на вступ, додаткові 25 тис. дол. виплачуються Лізі. Якщо клуб отримує відмову у вступі до Ліги, Ліга зобов'язується повернути заявнику 25 тис. дол. за вирахуванням всіх витрат, пов'язаних з розглядом заявки.

При розгляді заявки на вступ до Ліги, Коміснер, у разі необхідності, має право провести розслідування, з метою перевірки отриманої інформації. Після завершення такого розслідування, Комісар повинен подати звіт на розгляд Ради Управління. За прийняття нового клубу до Ліги мають проголосувати не менш ніж $\frac{3}{4}$ членів, Ліги або 20, в залежності від того, що більше.

Кожен учасник отримує по франчайзингове Свідоцтво про членство, підписане комісаром і секретарем Ліги, який засвідчує членство клубу у Лізі і право клубу представляти Лігу в обраному місті. Даний Сертифікат не підлягає передачі.

Членство клубу в Лізі не може бути продано, привласнено або передане повністю або частково без дотримання певних вимог і погодження з керівництвом Ліги. Продаж або передача членства в Лізі набирають чинності

тільки, якщо таке рішення буде підтримане не менш ніж $\frac{3}{4}$ членів Ліги або 20, в залежності від того, що більше.

Клуб може добровільно вийти з Ліги, подавши письмову заяву Комісару. Клуб повертає Свідоцтво про членство в Лізі і має оплатити всі збори і відрахування в Лігу, погасити заборгованості по контрактах гравців і за аренду ігрового поля.

Примусове припинення членства в Лізі відбувається у випадку припинення ведення підприємницької діяльності; банкрутства; розпуску власником команди під час регулярного сезону.

У випадку нестачі коштів на покриття витрат Ліги, кожен клуб, на вимогу Комісіонера, зобов'язаний у рівній надати необхідні кошти.

Основним документом, що регламентує діяльність професійного спортивного клубу є його статут. Але реальна діяльність професійних клубів юридично досить жорстко обмежується угодами з лігами, до яких вони входять. Так, члени Ліги зобов'язуються дотримуватись рішень Комісіонера, Ради управління або членів клубів Ліги в кожній справі в межах їх юрисдикції; дотримуватись Статуту Ліги; брати участь в кожному засіданні Ліги та Ради управління (Виконавчого комітету).

Клуб, на свій розсуд, може прийняти окремі правила клубу, які не суперечать Конституції (Статуту) Ліги та / або нормами і правилами Ліги. Клуб має проінформувати гравців про всі правила, прийняті в клубі.

Тому з одного боку клуби є рівноправними партнерами, котрі здійснюють вклад у спільну працю і мають свою частку у загальному бізнесі. Але з іншого боку, вони мають підкорятися законодавству ліги, котре не виключає можливості суворих дисциплінарних санкцій в разі його порушення. Наприклад, в сезоні 2002-2003 рр. адміністрація NBA усунула тренера клубу „Даллас Маверікс” і його асистента від керівництва командою у двох матчах регулярного чемпіонату і оштрафувала клуб на 150 тис. доларів за контакти з гравцями, які не могли бути обраними у драфті. В сезоні 2003-2004 рр. клуб „Детройт Пістонс” було оштрафовано на 200 тис. доларів за участь у грі з „Міннесотою” двох баскетболістів, котрі щойно перейшли до команди з інших клубів, але ліга ще офіційно не затвердила трейд. В обох випадках було порушено статут NBA.

На відміну від інших сфер підприємництва, де для різних структур існує можливість пошуку власного ринку збуту, члени спортивних професійних ліг (клуби) не можуть вийти з ліги і займатися власним бізнесом. Необхідною умовою їхнього існування є наявність конкурентоспроможних суперників, з якими можна було б змагатися. Завдяки об'єднанню у ліги клуби стали партнерами у бізнесі. Суперниками вони залишаються лише на спортивних майданчиках. Економічні взаємовідносини, що сформувалися на основі картельної структури професійного спорту, полягають у монополізації “ринку готової продукції” і “ринку робочої сили”. У першому випадку це ринок з одним продавцем (певна ліга), а в іншому - з одним покупцем (та ж сама ліга).

Очолює клуб президент. Залежно від форми власності функції президента виконує сам власник або особа, яка обрана Радою правління клубу. Правління клубу на чолі з президентом вирішує всі питання

функціонування і розвитку клубу в межах компетенції, котру надають клубам професійні ліги (асоціації).

Організаційна структура професійних спортивних клубів подібна у всіх командних ігрових видах спорту. Команду очолює генеральний (головний) менеджер (спортивний директор). Тренувальним процесом керує головний тренер. Йому допомагають кілька тренерів. Їх кількість залежить від виду спорту. Так, бейсбольну команду з 25 гравців тренують 6-10 тренерів.

Таблиця 2

Організаційна структура управління
бейсбольною командою MLB



1. Керівництво командою – 15 осіб
2. Службовці – 20 осіб
3. Тренери – 6-10 осіб
4. Гравці – 25 осіб

Чисельний склад команд також залежить від виду спорту: 12–15 гравців у баскетболі, 25–27 – у хокеї, 47–50 – у американському футболі. Загальний чисельний склад деяких футбольних команд разом з адміністративним та обслуговуючим персоналом становить близько 100 осіб. Кожна професійна команда протягом ігрового сезону має постійний основний склад гравців. Окрім них кожний клуб може утримувати певну кількість гравців у

"факультативних списках" в нижчих лігах ("фарм-клуби"). Наприклад, у бейсболі статут дозволяє додатково до основного складу мати у "факультативних списках" 15-16 гравців. Цих гравців команди залучають до окремих ігор сезону. Разом з цим клуби можуть також на певний час відряджати гравців основного складу до нижчих ліг. Керівництво клубу може відряджати гравця основного складу до фарм-клубу з різних причин: для набуття ігрової практики після тривалої перерви в змаганнях у зв'язку з травмою чи хворобою; в разі невідповідності рівня спортивної форми гравця рівню гри команди; з метою покарання за порушення певних пунктів контракту чи інші провини. Клуби також мають право здавати на певний термін своїх гравців в оренду іншим клубам. Аналогічні положення діють і у професійній футбольній лізі України. Так, футбольний клуб "Динамо-Київ" має команду "Динамо-2", котра виступає в першій лізі. У цій команді періодично виступають гравці елітної команди, які з тих чи інших причин втратили ігрові кондиції. У свою чергу деякі гравці другої команди періодично залучаються до виступів за першу команду. Досить широко в українському професійному футболі практикується також надання гравців в оренду іншим командам. Подібна система діє і в інших ігрових видах спорту.

На діяльність професійних спортивних клубів, окрім ліг, суттєвий вплив мають фактори зовнішнього середовища: політика урядів відповідних країн; соціально-культурні характеристики певної країни; рівень економічного розвитку конкретної країни (Какузін та ін., 1991).

Аналіз існуючої організаційної структури управління в ігрових видах професійного спорту свідчить, що вона має характерні риси картеля. Об'єднання клубів (команд) у професійні ліги (асоціації) практично усунуло їх від економічного змагання. Вони суперники лише на спортивних майданчиках, а у бізнесі вони партнери.

Професійний спортивний клуб є низовою складовою ланкою професійної ліги. У професійному спорті існує три форми власності: індивідуальна, корпоративна та акціонерна. Основним документом, що регламентує діяльність професійного клубу, є його статут. Юридично професійний клуб є незалежною самостійною організацією, але його реальна діяльність суттєво обмежується угодою, яку він укладає з відповідною лігою. Керівним органом професійного клубу є його Рада управління на чолі з президентом. Поточною діяльністю професійного клубу керує генеральний менеджер. Тренувальним процесом керує головний тренер. Йому допомагають тренери-асистенти.

15.3. Основи правового регулювання у професійному спорті

Суб'єктами права у професійному спорті є: ліги (асоціації, союзи, федерації) в особі їхніх керівників-президентів та інших адміністративних працівників; команди з ігрових видів спорту (футбол, бейсбол, баскетбол, хокей тощо) в особі їхніх власників і керівників-президентів клубів, головних менеджерів і тренерів; з індивідуальних видів спорту (авто- і мотогонки, боротьба, бокс, гольф, боулінг, теніс та інші) - менеджери, імпресаріо; самі спортсмени і агенти, які допомагають їм вести фінансові і юридичні справи; Асоціації спортсменів професійних ліг; власники спортивних споруд, де тренуються і змагаються професійні спортсмени.

Правові основи функціонування професійного спорту створювалися самим спортивним життям. Щоб запобігти переходам спортсменів з одного клубу до іншого та надмірному зростанню їхньої зарплати професійні спортивні ліги і асоціації розробляли відповідні положення і вносили їх до своїх статутів. Так, ще наприкінці ХІХ ст. організатори Нової національної професійної ліги бейсболу розробили низку положень, що лягли в основу бейсбольного бізнесу, в тому числі виключне право на свою територію та правила найму гравців. Жодній команді не дозволялося наймати бейсболіста, котрий був з тих чи інших причин звільнений з іншої команди. Так з'явився "чорний список", що діє і донині у професійному спорті. Поняття „чорний список” має віртуальний характер. Юридично таких списків не існує. Але виходячи з корпоративних інтересів клуби, як правило, не укладають угоди з гравцями, з якими розірвали контракти інші клуби відповідної ліги.

З 1880 р. у бейсболі було введено систему укладання контрактів з гравцями. Це стало одним із перших і безумовних правил американського професійного спорту, яке у подальшому стало юридичною основою трудових взаємовідносин між спортсменами і роботодавцями не тільки в США, а й у всьому світі.

У свою чергу, невдоволені чимось спортсмени подавали позови до суду на власників клубів, їхнє керівництво, або керівництво ліг. Ті чи інші рішення суду з часом набували статусу чинного законодавства у цій сфері діяльності.

Юридичні основи розвитку професійного спорту почали складатися на початку ХХ ст., коли були прийняті поправки до антитрестівського закону Шермана 1890 р. У 1-й і 2-й статтях цього закону говориться, що будь-який контракт, об'єднання у вигляді тресту або змова з метою організації торгівлі чи комерції між окремими штатами чи іноземними країнами є незаконним. Підкреслюється, що будь-яку особу, котра монополізує або об'єднується з іншою особою чи особами, щоб монополізувати будь-яку частину торгівлі чи комерції між окремими штатами або зарубіжними країнами, слід вважати винною. Ліга чи асоціація того чи іншого виду професійного спорту об'єднує команди з різних міст і країн саме на монопольній (картельній) основі. Наприклад, команда з Монреалю не може найняти гравця з команди Чікаго, який хотів би перейти до неї, якщо на це не дасть згоди власник команди Чікаго. Таке положення є незаконним в інших галузях підприємництва, оскільки воно порушує закон Шермана і Конституцію США. Проте дія цього закону у кожному конкретному випадку визначається рішенням судових

інстанцій, а в складних ситуаціях - сенатом і конгресом США (Доспехов, 1996).

У 1914 році Федеральна Ліга оголосила себе третьою вищою бейсбольною лігою, намагаючись конкурувати з Національною та Американською лігами. Конкуруючи за гравців і глядачів, Федеральна ліга неодноразово подавала позови проти існуючих ліг про порушення антимонопольного законодавства. У відповідь Національна та Американська Ліги відповіли серією зустрічних судових позовів, метою яких, принаймні частково, було збільшення видатків Федеральної Ліги. Федеральна ліга подала позов в Північному окрузі штату Іллінойс. Справу вів суддя Kenesaw Landis, добре відомий своїми сильними антимонопольними переконаннями. Але, суддя Landis, крім того був і великим шанувальником бейсболу, тому він не поспішав закривати справу, переконаний в тому, що сторони на в кінцевому підсумку будуть змушені сісти за стіл переговорів.

Як з'ясувалось, рішення судді Landis було правильним: Федеральна Ліга не змогла досягнути рентабельності, і після сезону 1915 р. більшість власників клубів, що входили до Федеральної Ліги вирішили піти на примирення з вищими лігами. Лише власники команди з м. Балтімора [Baltimore Terrapins](#) не були згідні з таким рішенням. Вони подали позов не лише проти Національної і Американської Ліг, а і проти власників клубів колишньої Федеральної Ліги, стверджуючи, що вони вступили в змову, щоб сформувати монополію на бейсбол, знищивши Федеральний Лігу. Внаслідок цього порушення клуб з Балтімора збанкрутував. В районному суді рішення було прийняте на користь [Baltimore Terrapins](#) з компенсацією у розмірі 80 тис. дол., які згідно положень Закону Клейтона була збільшена до 240 тис. дол. При розгляді апеляції, Апеляційний суд скасував вирок, і постановив, що бейсбол не попадає під дію закону Шермана, оскільки бейсбол - це розвага, гра, котра не є товаром або предметом торгівлі між штатами.

В 1922 р. команда звернулася до Верховного суду США. Верховний суд одноголосно підтримав рішення апеляційного суду. Суддя О.Холмс (Oliver Wendell Holmes, Jr) прийняв рішення, у якому заперечував порушення антитрестівського закону Шермана: "бізнес з організації бейсбольних матчів відноситься до юрисдикції штату, і оскільки бейсбол не є товаром або предметом торгівлі між штатами, Конгрес не має повноважень для його регулювання". Згідно з логікою Верховного суду, переїзди гравців і вболівальників між штатами швидше є супутнім ("випадковим") явищем для бейсбольного бізнесу, ніж його основою.

Це відіграло вирішальну роль у розвитку не тільки бейсбольного бізнесу, але й інших професійних видів спорту, котрі у своїй подальшій діяльності посилалися на це рішення суду.

Судове право мало суттєвий вплив на розвиток правових основ професійного спорту і в Європі. Широко відома у світі професійного футболу "Справа Босмана" (див. підрозділ „Правові основи професійного спорту у Європі”).

Оскільки нині не існує єдиних законів (як національних так і міжнародних) щодо професійного спорту, то значна роль у регулюванні правових взаємовідносин у ньому належить судовому праву. Рішення суду стосовно певного питання в одному з видів професійного спорту набуває

статусу прецедента і застосовується у подальшому в інших видах професійного спорту.

З розвитком професійного спорту зростали його прибутки. І вже в 1950-х роках Верховний суд США відмовився поширити виняток щодо антитрестівського закону Шермана для бейсболу на інші види професійного спорту. Таким чином, професійний спорт було офіційно віднесено до підприємницької діяльності, а отже він попадав у правове поле підприємництва. Це дозволило Асоціаціям професіональних спортсменів отримати офіційний статус галузевих профспілок і повести боротьбу за ліквідацію одностороннього контролю над лігами з боку власників команд та адміністрації ліг, а також добитися укладання колективних угод між лігами і Асоціаціями гравців. **Колективна угода надала гравцям можливість брати більш активну участь у розподілі прибутків.**

Діяльність у сфері американського професійного спорту вступає також у протиріччя з трудовим законодавством, зокрема зі статтями 6 і 20 закону Клейтона стосовно найму робочої сили, а також статтями 2,7,8,9 і 14 Закону США про трудові взаємовідносини та з Конституцією США. Наприклад, 5-та і 14-та поправки до Конституції США гарантують громадянам країни свободу укладання трудових угод. У професійному спорті особливо у командних ігрових видах, цього конституційного положення не дотримуються (Гуськов, 1990). **Отже одним із чинників бурхливого розвитку професійного спорту в США слід вважати пільгове застосування до нього трудового законодавства країни.**

Інтенсивному розвитку професійного спорту в США сприяє і податкове законодавство. Федеральний прибутковий податок у США виплачується з чистого прибутку. Стосовно професійного спорту це означає, що із загального прибутку вираховуються видатки на утримання команд і податок нараховується на чистий прибуток. До видатків на утримання команд відносять і вартість контрактів з гравцями, як амортизацію протягом терміну контракту. Справа у тому, що у виробничій сфері зношування устаткування та інвентаря і їх заміна є звичайними і необхідними витратами. Встановлюється термін зношування конкретної одиниці устаткування і згідно закону знижка повинна вираховуватися щорічно, а не одноразово. Тобто, коли якийсь прилад зношується за 10 років, то частка від загальної вартості зношування повинна вираховуватися щорічно протягом усього цього часу із загальної суми, що обкладається податком.

Виходячи з цього професійні спортивні клуби мали б щороку вираховувати із загальної суми вартості того чи іншого контракту терміном понад один рік саме ту її частку, що припадає на поточний рік. Але професійні ліги тривалий час обходили це законодавство. Наприклад, в 1930-х роках команди MLB вираховували з прибутку, що обкладався податком, повну вартість контракту гравця у тому ж році, в якому він був підписаний. Коли у подальшому до закінчення терміну контракту гравця перепродавали іншій команді вона також вираховувала вартість його купівлі зі своїх прибутків. Таким чином у професійному спорті були певні лазівки для ухилення від сплати податків. Лише в 1967 р. податкове управління прийняло рішення, згідно якого вартість контракту амортизується протягом всього часу

експлуатації спортсмена. Закон щодо реформи оподаткування (1976 р.) класифікував професійний спорт як прикриття від сплати податків і застосував до нього спеціальний податковий режим з більш жорсткими функціями обмеження (Гуськов, 1992). Проте і тепер **податкова політика стосовно професійного спорту дозволяє власникам команд знаходити можливості ухилятися від сплати певної частки податків, а отже збільшувати прибутки.**

Важливе значення для розвитку професійного спорту мають законодавчі акти, що регламентують взаємовідносини ліг та команд з телекомпаніями.

Останнім часом набула актуальності проблема правового регулювання взаємовідносин між спортсменами та агентами, які допомагають їм укласти контракти. З одного боку, юридично обізнані агенти допомагають спортсменам укласти вигідні контракти і вигідно вкласти зароблені кошти, а з іншого – користуючись необізнаністю спортсменів (чи їхніх батьків) можуть укласти кабальний для спортсмена контракт. Наприклад, футбольний скаут О.Жуніор надуривши батьків 17-річного бразильця Роберто Карлоса (нині гравець мадридського „Реалу”) уклав з ним контракт, згідно якого брався просувати його по сходинках визнання, але за це агент мав право в односторонньому порядку продовжувати контракт футболіста і отримувати за це 10% від суми кожного наступного контракту. Більше десяти років він в односторонньому порядку розпоряджався футбольною долею видатного гравця і лише через суд Р.Карлоса вдалося позбутися залежності від цього агента.

Відсутня також чітка правова регламентація переїзду команди з одного міста до іншого. Вирішення цього питання майже повністю залежить від власника команди. Враховуючи те, що наявність професійної команди з того чи іншого виду професійного спорту приносить місту значні прибутки, її розташування стає предметом торгівлі і закулісних махінацій.

Названі та деякі інші аспекти функціонування професійного спорту до цього часу не знайшли свого юридичного обґрунтування у північно-американському професійному спорті.

Уже наприкінці XIX ст. функціонери професійного бейсболу розробили і запровадили в життя основи законодавства спортивного бізнесу, що були відображені у статуті нової Національної професійної ліги та статутах її клубів. Провідними положеннями цих статутів, що обмежували права спортсменів, стали чорний список і система укладання контрактів з гравцями.

Важливе значення у формуванні законодавства у професійному спорті відіграло судове право. Рішення судів стосовно окремих спортсменів, команд чи ліг набували чинності прецедента і застосовувалися в інших видах професійного спорту.

Бурхливому розвитку професійного спорту в США сприяло трудове і податкове законодавство.

Зміни в національному та міжнародному законодавстві стали юридичною підставою для створення Асоціацій спортсменів професійних ліг.

Разом з цим деякі аспекти функціонування професійного спорту до цього часу не знайшли свого юридичного обґрунтування.

15.4 Правові основи професійного спорту в Європі

Правові основи професійного спорту викладені у статутах відповідних ліг і клубів. Вони зумовлені специфікою того чи іншого виду спорту та державним законодавством країни, де функціонує конкретна ліга. Окрім цього **суттєвий вплив на формування правових основ європейського професійного спорту мали процеси міжнародної інтеграції в Європі.** Після створення Європейського Економічного Союзу (ЄЕС) міжнародні спортивні організації Європи, зокрема Європейський союз футбольних асоціацій (УЄФА), розпочали з ним співпрацю щодо правового регулювання спорту. У 1970 р. було утворено комісію, котра займалася питаннями професійного футболу і впливом на нього загальноєвропейського законодавства, а також розробкою типового контракту футболіста та системи переходів футболістів до іноземних команд у межах ЄЕС. У 1978 р. комісію реорганізували і утворили три підкомісії: 1) експерти УЄФА; 2) комісія з нормативного регулювання переходів спортсменів-аматорів у професіонали; 3) дисциплінарна комісія, котра здійснює нагляд за дотриманням принципів співпраці між клубами.

У ЄЕС також утворено Комісію у справах освіти, культури і спорту, контра суттєво впливає на формування спортивного законодавства.

Згідно проголошених 14 липня 1976 р. у Люксембургському суді європейських принципів свободи пересування громадян, товарів і капіталів футбольні федерації європейських країн збільшили квоту іноземних гравців у командах, а після рішення Євросуду у "Справі Босмана" взагалі змушені були зняти будь-які обмеження.

До 1980-х років ХХ ст. спортивний світ європейських країн жив переважно за своїми законами, котрі були викладені у Статутах професійних ліг і клубів. Цивільні суди не брали до розгляду позови, пов'язані з суперечками у спорті. Усі суперечки вирішувалися, як правило, спортивними інстанціями. У 1980-х роках стали виникати конфліктні ситуації між юристами, котрі представляли інтереси спортсменів, та спортивними організаціями. Однією з перших набула широкого розголосу так звана "Справа Гассер". На чемпіонаті світу з легкої атлетики у Римі було виявлено позитивну реакцію на допінг у швейцарської спортсменки Сандри Гассер. Федерація легкої атлетики Швейцарії та Міжнародна асоціація атлетичних федерацій (ІААФ) дискваліфікували спортсменку на два роки. Будучи переконаною у тому, що вона невинна, С.Гассер подала судові позови у Берні і Лондоні на ІААФ та національну федерацію легкої атлетики. Адвокати С.Гассер виграли процес у Берні, але Лондонський Верховний суд визнав її винною і підтвердив рішення стосовно дискваліфікації.

У 1991 р. представники голандського футбольного клубу "Ден Босх" після поразки від роттердамського клубу "Фейєнорд" у фінальному кубковому матчі оскаржили результат зустрічі у суді. Оскільки звернення до цивільного суду стосовно результатів спортивних поєдинків було заборонене Статутом УЄФА, то вона на три роки відлучила "Ден Босх" від участі в

Єврокубках. Подібних випадків було немало. Але з часом ситуація суттєво змінилася. У європейських країнах посилилася тенденція щодо вирішення суперечок у сфері спорту в судах. Зокрема, Верховний суд Німеччини виправдав дворазову чемпіонку світу з бігу на короткі дистанції К.Краббс, яку ІААФ дискваліфікувала на два роки за вживання кленбутерону, мотивуючи своє рішення тим, що на момент отримання позитивної проби допінг-контролю цей препарат не входив до числа заборонених. На підставі цього рішення спортсменка подала позов до земельного суду Мюнхена щодо відшкодування моральних і матеріальних збитків. Суд виніс рішення, згідно якого ІААФ мала виплатити К.Краббс 1,2 млн марок компенсації та чотири відсотки річних з цієї суми за час вимушеного відлучення від участі у змаганнях.

Отже, з боку судів зростає готовність розглядати "спортивні суперечки" і брати на себе відповідальність за їхнє вирішення. Так, у 1990 р. Жан-Марк Босман по закінченні контракту з бельгійським клубом "Льєж" не дійшов згоди з його керівництвом щодо суми нового контракту та суми трансферу (ринкова ціна футболіста). Клуб запропонував футболістові, який свого часу був капітаном молодіжної збірної Бельгії, продовжити контракт зі зниженням зарплати на 75%. Зарплата футболіста у доларовому еквіваленті стала б менше 1 тис. Босмана ця пропозиція не влаштувала і він спробував перейти до французького клубу „Дюнкерк”. Проте керівництво клубу „Льєж” у відповідності з законодавством УЄФА і ФІФА розрахувало трансферну вартість футболіста близько 1 млн доларів, що не влаштувало ні „Дюнкерк” ні інші клуби де б міг працювати Босман. Отже з одного боку „Льєж” пропонував йому занижену зарплату, а з іншого – виставляв надмірно високу трансферну ціну на футболіста. Оскільки згідно тодішнього законодавства УЄФА і ФІФА футболіст по закінченні чинного контракту ще упродовж 18 місяців належав клубові з яким у нього був контракт, то Босман фактично потрапив до „чорного списку” і став безробітним. Тому він подав позов на клуб до бельгійського суду стосовно порушення прав на працювання. Справа розглядалася понад два роки і у 1993 р. Апеляційний суд Льєжа звернувся до Судової європейської палати, щоб вона розглянула законність пунктів правил УЄФА щодо кількості іноземців у професійних футбольних командах та відшкодування трансферу по закінченні терміну контракту. Головний адвокат Європейського суду в 1995 р. заявив, що дії УЄФА порушують Римську угоду, зокрема ст.48, стосовно вільного пересування робочої сили. Наприкінці 1995 р. Європейський суд наклав "вето" на обмеження клубами кількості гравців, котрі походять з країн Європейського Союзу і відмінив правило, згідно якого гравець ще протягом 18 місяців після закінчення контракту належав клубові. На початку 1996 р. УЄФА, підкорився рішенням Європейського Суду і вніс зміни до діючих правил переходу футболістів з клубу до клубу. Проте і УЄФА, і ФІФА не вважають це рішення вірним. На їхню думку, воно має негативний вплив на розвиток програм виховання молодих футболістів. Це стосується насамперед економічно недостатньо розвинених країн та малих клубів, котрі не отримують віддачі від капіталовкладень, оскільки найбільш талановитих молодих гравців скуповують багаті клуби. Нині УЄФА робить спробу відвоювати хоч частку втрачених позицій. У квітні 2005 року всі 52 члени УЄФА підтримали проект правила

щодо часткового обмеження легіонерів в клубах і стимулювання їх до виховання молодих футболістів. З наступного сезону у єврокубках до заявки із 25 гравців в обов'язковому порядку слід включати не менше чотирьох вихованців національної асоціації футболу. При цьому не менше чим два з яких повинні бути вихованцями конкретного клубу. У подальшому їхня кількість має зростати.

Слід наголосити, що "Справа Босмана" не єдине рішення судових інстанцій, що вплинуло на формування законодавства у спорті. Польська баскетболістка Лілія Малая, котра часто не попадала до складу команди „Страсбург” із-за ліміту на легіонерів, добилася у суді права не вважатися легіонером. На той час між Польщею і Євросоюзом існувала угода, згідно якої польські громадяни, котрі легально працевлаштувалися в країнах Євросоюзу, мали такі ж права як і місцеві жителі. У подальшому аналогічного судового рішення добилися в Іспанії російські футболісти В.Карпін та І.Семутенков. Загалом у 1990-ті роки було внесено досить багато змін до діючих статутів професійних ліг. Вони базуються на юридичних основах, котрі, як правило, розроблені досвідченими юристами. Проте це не позбавило європейський професійний спорт від правових проблем. Зокрема у футболі у 2000 р. створено організацію (Group 14), засновниками якої стали 14 провідних футбольних клубів західноєвропейських країн. Організацію створено з метою захисту інтересів клубів перед УЄФА і ФІФА. Штаб-квартира G-14 знаходиться у Брюсселі. Керівним органом є генеральна асамблея. Поточні питання вирішує комітет менеджменту. Нині до G-14 входить 18 футбольних і ще вісім є кандидатами на вступ.

Отже можна констатувати, що формування правових основ професійного спорту у Європейських країнах відбувається згідно чинного національного трудового законодавства, правових документів спортивних організацій та документів міжнародної інтеграції. Останнім часом суттєвий вплив на їх формування мають рішення судових інстанцій (Линець, 1999).

Виходячи з того, що футбол у Європі є одним з найпопулярніших і найбільш комерціалізованих видів спорту доречно розглянути деякі аспекти його правових основ. Зробимо це на прикладі професійної ліги Франції, оскільки футболісти саме цієї країни останніми серед національних збірних Європейських країн стали чемпіонами світу і успішно виступають у провідних професійних лігах Європи (Англія, Італія, Іспанія, Німеччина).

Керівництво розвитком футболу здійснюють дві організації: Федерація футболу Франції (ФФФ) та національна футбольна ліга (НФЛ). Провідна роль належить ФФФ. Це дозволяє ефективно розвивати професійний футбол і враховувати інтереси національних збірних команд різних вікових категорій. У європейському спорті, на відміну від північно-американського, найбільш престижними залишаються виступи національних збірних в офіційних міжнародних змаганнях (чемпіонати континенту, світу та Олімпійські ігри). На другому місці йдуть міжнародні клубні змагання (Ліга чемпіонів, Кубок УЄФА) і лише на третьому - національні чемпіонати і кубки професійних ліг. В американському професійному спорті все навпаки - чемпіонати і кубки професійних ліг є головними змаганнями. Наприклад, у

чемпіонатах світу з хокею виступають за національні збірні лише хокеїсти команд NHL, які не попали до розіграшу Кубка Стенлі, або вибули з нього.

Основним правовим документом, що регулює розвиток професійного футболу у Франції, є Хартія (Конвенція) ліги. Вона складається з п'яти частин і дев'яти додатків. Серед загальних питань чітко визначена сфера застосування Хартії, умови її перегляду, положення про профспілки гравців і тренерів та про Національну паритетну комісію з апеляцій, а також процедурні питання (компетенція юридичної комісії, її склад, порядок подачі апеляцій, положення технічних комісій регіональних ліг тощо).

Значну роль у правовому регулюванні професійного футболу Франції відіграє юридична комісія, до складу якої входять 10-ть незалежних членів НФЛ і по два представники від клубів, старших тренерів і федерації. Її компетенцією є: затвердження контрактів, контроль за дотриманням всіх положень Хартії; вирішення конфліктних питань, покарання за порушення Хартії тощо. Рішення юридичної комісії можуть бути оскаржені у Національних паритетних комісіях з апеляцій, які діють окремо для гравців і для тренерів.

Провідне місце в Хартії належить третій частині - "Гравці". В ній детально описується статус 1) гравця-учня, 2) кандидата у гравці, 3) футболіста-стажера, 4) напівпрофесійного та 5) професійного футболістів, а також наводиться положення стосовно іноземних футболістів.

В положенні про статус гравця-учня вказується: "Гравець-учень" - це молодий футболіст, котрий закінчив школу і отримав загальну освіту, що дозволяє йому готувати себе до кар'єри професійного футболіста. Підготовка учнів здійснюється за контрактом, термін якого два роки. Згідно з контрактом учень має право на зарплату від клубу, оплачувану відпустку та інші пільги. Гравець-учень вважається аматором. Але якщо після закінчення терміну учнівства гравець-учень відмовиться укласти з цим клубом контракт гравця-кандидата, то протягом семи років він вже не зможе укласти будь-який контракт з будь-яким іншим клубом НФЛ без письмової згоди клубу, у якому він був учнем.

У статусі "гравця-кандидата" відмічається, що це молодий футболіст, який готується виключно до кар'єри професійного футболіста в спеціальному центрі підготовки за програмою, що схвалена Національною паритетною комісією професійної ліги. Тривалість підготовки кандидата становить два сезони. Будь-який контракт гравця-кандидата закінчується до 30-го червня другого сезону. Після його закінчення як гравець, так і клуб має право вимагати від іншої сторони підписання контракту "гравця-стажера". Згідно з контрактом "гравця-стажера" клуб зобов'язується забезпечити спеціальну підготовку, котра дозволить гравцеві стати напівпрофесіоналом чи професіоналом. Термін стажування триває один рік. До неповнолітніх гравців-стажерів клуб має ставитися по-батьківськи, стежити за їхньою поведінкою і моральністю як у клубі, так і поза його межами.

У Хартії чітко регламентовано перехід гравця з аматорського до професійного клубу. Зокрема, жорстко визначено, що це можна зробити лише в період з 15-го червня до 15-го липня і контракт слід надіслати до НФЛ не пізніше 16-го липня.

Особливої уваги у Хартії надається статусу гравця-професіонала. Перший контракт укладається терміном на чотири роки. Хартія передбачає досить жорсткі вимоги до виплати зарплати. Якщо гравці в кінці місяця не отримали зарплати, то протягом восьми днів вони зобов'язані письмово звернутися до клубу з вимогою про виплату, а копію вимоги подати до НФЛ. Коли клуб протягом п'яти днів з моменту подачі вимоги не виплатить зарплату, то питання виноситься на розгляд юридичної комісії ліги.

В статті про соціальне страхування вказується, що після підписання контракту гравця-професіонала футболіст автоматично вступає до системи соціального страхування, внески до якої складають 6,36% від чистої зарплати. Якщо гравець отримує професійну травму або захворює, він до трьох місяців від дня припинення трудової діяльності буде отримувати допомогу з каси соціального страхування. Аналогічні пільги мають і тренери професійних футбольних клубів Франції.

Декілька статей Хартії обумовлюють стосунки з іноземними гравцями. Зокрема підкреслюється, що будь-який іноземний футболіст укладає з професійним клубом контракт гравця-стажера якщо його вік досягнув 18-ти років на перше серпня поточного року, або гравця-професіонала - якщо його вік визначається межами 21 – 30 років. При цьому обумовлюється, що цей гравець повинен мати не менше шести місяців стажу роботи професіонального футболіста у своїй країні.

Низку пунктів Хартії присвячені дисципліні, заохоченням та покаранням гравців, правилам переходів до інших команд. На відміну від американського професійного спорту, де міру покарання за певні порушення призначає сам клуб, в Хартії французької професійної ліги це законодавчо встановлено. Наприклад, за немотивоване запізнення з відпустки вираховується 1/30 частка місячної зарплати за кожний день запізнення. Таке ж покарання передбачено і за один день пропуску тренувальних занять. За відмову від участі в матчі вираховується 4/30 частки місячної зарплати.

У Хартії також чітко визначено статус футбольних тренерів. Працювати у професійних клубах можуть тільки тренери, які мають відповідну освіту і ліцензію. Кожні шість років тренер повинен проходити стажування, організовані регіональними технічними комісіями ліги. **Клуби укладають з тренерами контракт. Він набуває чинності лише за умови виконання низки вимог:**

- 1) наявність тренерського диплома і ліцензії;**
- 2) помешкання тренера знаходиться не далі ніж 50 км від клубу;**
- 3) зобов'язання поважати статус тренера;**
- 4) зобов'язання надавати щотижневий план роботи, а також два звіти на сезон про виконану роботу.**

Звіти про виконану роботу двічі на рік подаються до Центральної комісії тренерів ліги та до регіональної комісії керівників і адміністраторів футболу до 31-го грудня і 31-го травня. У випадку невиконання цієї вимоги на тренера накладається штраф і він не має права укласти контракт з іншим клубом, доки не сплатить штраф і не подасть звіт. Суперечки між тренерами і клубами спочатку вирішуються регіональними комісіями, а у подальшому - Національною паритетною комісією НФЛ.

Додатки до Хартії стосуються роботи громадської комісії НФЛ, страхування футболістів, правил внутрішнього розпорядку клубів, форм оплати гравців і тренерів тощо.

Враховуючи те, що кар'єра футболіста-професіонала відносно короткочасна всі зацікавлені організації (ФФФ, НФЛ, Союз професійних футболістів, Спілка тренерів та Профспілка адміністративних службовців футболу) створили фонд страхування навчання. Ресурси фонду використовуються для соціальної адаптації гравців після закінчення футбольної кар'єри: отримання нової професії, адаптації до неї, вдосконалення знань і вмінь.

Один з додатків Хартії регламентує створення при клубах навчальних центрів підготовки гравців. Щоб мати центр підготовки клуб повинен виконати такі вимоги:

17. мати дозвіл на використання професійних гравців;
18. брати участь у чемпіонатах Франції серед професіоналів першої ліги, або не менше чотирьох років у другій лізі;
19. мати дозвіл Національної паритетної комісії на відкриття і функціонування центру.

Центри підготовки гравців поділяються на три категорії залежно від умов та ефективності роботи. Діяльність і поведінка футболістів у центрах підготовки досить жорстко лімітується. Наприклад, одна з статей додатку "Навчальні бази (центри) професійних клубів" має такий зміст: "Гравець, котрий підписав контракт, не має права без згоди клубу займатися будь-якою іншою професійною діяльністю, котра заважає його спортивній підготовці чи є конкуруючою стосовно його власної спортивної діяльності". Наводяться також спеціальні положення щодо гравців, котрі проживають у спортивних інтернатах.

До початку 1980-х років правове регулювання у професійному спорті Європи здійснювалося переважно на основі статутів ліг і клубів, котрі враховували особливості національного трудового законодавства відповідних країн та специфіку конкретного виду спорту. Процеси міжнародної інтеграції у Європі також мають суттєвий вплив на формування правових засад професійного спорту, особливо футболу. У 1980-1990 рр. зріс вплив судового права на формування законодавчої бази європейського професійного спорту. Найбільш вагомий вплив на формування європейського спортивного законодавства мала судова справа „Босмана”.

Розвитком професійного спорту у європейських країнах, на відміну від США і Канади, керують національні аматорські федерації та професійні ліги. При цьому провідна роль належить національним федераціям. Це дозволяє враховувати інтереси національних збірних команд і забезпечувати їхню участь у міжнародних змаганнях.

15.5 Трудові взаємовідносини у професійному спорті

До кінця 60-х років ХХ ст. основними документами, що регулювали правові взаємовідносини суб'єктів професійних ліг були їхні статuti, статuti професійних клубів та індивідуальні контракти спортсменів. Передумовою до суттєвої зміни трудових взаємовідносин між роботодавцями (адміністрації ліг і власники команд) та найманими працівниками (спортсмени) стало рішення Верховного суду США стосовно відмови розповсюдити виняток із антитрестівського закону Шермана для бейсболу на інші види професійного спорту. Цим рішенням професійний спорт юридично було віднесено до підприємницької діяльності. Отже, професійний спорт попадав у правове поле підприємництва. Як і наймані працівники в інших видах діяльності, спортсмени отримали юридичне право об'єднуватися у своєрідні профспілки (асоціації спортсменів), котрі повели боротьбу за ліквідацію одностороннього контролю над лігами з боку власників команд та адміністрацій ліг і **добилися права на укладання колективних угод між лігами та асоціаціями гравців**. Колективна угода надала можливість гравцям брати більш активну участь у спортивному бізнесі і розподілі прибутків. В якості прикладу наведемо Асоціацію гравців NHL, що була створена в 1967 р. В 1986 р. вона уклала п'ятирічну колективну угоду з лігою. Угода включала 25 статей, які визначали зарплату і преміювання гравців, права керівництва клубів, пенсійну програму, порядок страхування, витрати на медичне обслуговування, умови продажу гравців тощо. Угода також передбачала участь хокеїстів у міжнародних змаганнях, суми добових під час ігор на виїзді і на тренувальних зборах. У колективній угоді був також пункт, що забороняв хокеїстам сприяти організації чи брати участь у будь-яких страйках, а також інших акціях, котрі можуть завдати збитків лізі або клубові. Отже, нині зміст колективної угоди є правовою основою для укладання індивідуальних контрактів між клубами та конкретними спортсменами. **Індивідуальний контракт - документ, згідно з яким безпосередньо регулюються трудові взаємовідносини спортсмена-професіонала і роботодавця** (див. додаток 2).

За основними параметрами типові контракти мало відрізняються один від одного (Переверзин, Суслов, 2002). Розглянемо основні їх статті на прикладі контрактів NHL та NBA, які мають майже однакову кількість пунктів – відповідно 21 і 23 (Гуськов, Платонов, Линец, Юшко, 2000).

Пункт 1 контракту підтверджує згоду гравця бути найнятим командою на певний термін з вказаною сумою зарплати. В контракті NHL в цьому пункті обумовлюються послуги, які гравець надає клубові. В ньому, зокрема, говориться, що гравець погоджується надавати послуги і грати в хокей у всіх іграх чемпіонату ліги, іграх команд зірок, міжнародних зустрічах, показових іграх, в матчах на Кубок Стенлі у своїй найкращій спортивній формі.

Гравець також погоджується:

- 1) прибувати до тренувального табору клубу у термін, встановлений клубом;
- 2) підтримувати себе в добрій фізичній формі протягом всього сезону;
- 3) надавати послуги клубові і грати у хокей тільки за клуб до тих пір, доки його контракт не буде проданий, обмінений або розірваний клубом;

4) співпрацювати з клубом і брати участь у будь-якій рекламній діяльності клубу, котра, на думку клубу, сприяє зростанню його добробуту, а також співпрацювати в рекламі ліги і професійного хокею;

5) поводитися на майданчику і за його межами відповідно до найвищих стандартів честі, моралі, чесної гри, спортивної майстерності; не допускати поведінки, котра завдає шкоди інтересам клубу, ліги і професійного хокею в цілому. Один з перших і найбільш успішних українських легіонерів в NHL О.Житник розповідає, що хокеїстам забороняється носити потерті джинси, кепки, бейсболки, заходити до бару готелю де живе команда і вживати там навіть пиво. Коли летиш з командою в літаку повинен бути в костюмі і краватці. Забув перший раз – штраф 100 доларів, другий – 200. Хокеїст є представником відповідного клубу та міста і повинен створювати позитивний імідж.

В контракті NBA визначено кількість показових ігор, яка не повинна перевищувати восьми - перед початком сезону і трьох - під час ігрового сезону.

Далі детально обумовлюється оплата послуг гравця. Вказуються видатки, які клуб компенсує гравцеві під час гри на виїзді.

Пункт 4 в обох контрактах передбачає систему покарань гравця за будь-яке порушення, котре навіть не зумовлене в контракті. Клуб має право час від часу упродовж терміну дії контракту встановлювати правила, що регулюють поведінку і стан гравця, і ці додаткові положення повинні складати частину цього контракту так, наче вони в ньому записані. Підписуючи контракт спортсмен добровільно погоджується на всі штрафи і покарання, що тренери команд називають особливою “системою виховання”. На їхню думку така система потрібна для підтримання дисципліни. Гравця можуть оштрафувати за запізнення на тренування, порушення режиму дня на тренувальному зборі або в іграх на виїздах, надмірну масу тіла тощо. Цей перелік часто залежить від настрою власника і керівників команди. Кожний клуб має свій “кодекс поведінки”. Але найчастіше застосовуються такі покарання-штрафи: за запізнення на заняття або збори команди - у розмірі тижневої зарплати; за видалення з поля - до 500 доларів; за надлишкову масу тіла гравця - 50 доларів за 1 кг за день; за несвоєчасне повідомлення лікаря або тренера про отриману травму - до 100 доларів; за втрату екіпіровки або клубного інвентаря - 100 доларів і відшкодування їх вартості; за запізнення на літак на гру в іншому місті - 500 доларів і проїзд за свій кошт; за порушення розпорядку дня - до 100 доларів і таке інше.

Проте, коли гравець покинув лаву відпочинку і приєднався до бійки, що виникла на хокейному майданчику, штраф сплачує клуб. Це прямо свідчить про те, що власники команд NHL заохочують спортсменів до грубощів. Бійка є складовим елементом спортивного шоу. Вона пробуджує у глядачів нездорові пристрасті і є додатковим засобом залучення їх на змагання.

Кожний клуб тримає в секреті свою “систему виховання”. Спортсменам під загрозою покарання забороняється розповідати про порядки в команді.

Практика штрафів існує не тільки в командах. Її активно використовує керівництво ліг переважно за грубість і бійки спортсменів на спортивних майданчиках та за нетактовну поведінку керівництва клубів і тренерів. Наприклад, NBA, на рекордну в історії ліги суму 500 тис. доларів,

оштрафувала власника баскетбольного клубу “Даллас Маверікс” М.Кьюбана за нецензурну лайку на адресу суддів та керівництва ліги.

В індивідуальних контрактах фіксуються також пункти заохочень спортсменів. Так у контрактах чітко визначаються суми додаткових винагород за індивідуальні і командні успіхи у змаганнях.

Слід також відзначити, що у контрактах окремих гравців бувають певні пільги, як-то: видача займу, оплата навчання дітей в коледжі, преміальні гроші за збільшення відвідуваності матчів команди тощо (Гуськов, 1988).

Кілька пунктів контракту присвячені питанню підтримання спортсменом високої спортивної форми, визначаються умови оплати у випадку отримання травми або нездатності виконувати свої обов’язки за контрактом у повному обсязі.

Згідно контракту суперечки в самій команді вирішує власник, а між ним і гравцями - керівник ліги.

Типовий контракт у всіх лігах має також пункт, що категорично забороняє спортсменові укладати парі на гроші, на результати ігор своєї та інших команд ліги.

У пункті 11 контракту NHL зумовлюється право клубу продати, обміняти, передати цей контракт, а також надавати послуги гравця іншому професійному клубові (здавати в оренду). Гравець мусить погоджуватися на свій продаж, обмін, перехід, передачу у тимчасове користування і зобов’язується чесно виконувати контракт. В контракті NBA на цей випадок передбачається, що всі розумні витрати гравця у зв’язку з переїздом його сім’ї в інше місто мають бути оплаченими клубом того міста. Купівля і продаж гравців та їх обмін дуже поширені у командних ігрових видах професійного спорту. Наприклад, колишній менеджер хокейної команди NHL “Нью-Йорк Рейнджерс” Філ Еспозіто за два з половиною роки здійснив 40 операцій, що пов’язані з продажем гравців. У 1987 р. він уперше в історії NHL купив тренера М.Вержерона із команди “Квебек Нордікс” за право на “драфт” (див. розділ 7) у 1988 р. і 100 тис доларів.

Ставлення американського суспільства і фахівців до продажу гравців не однозначне. З моральної точки зору і дотримання елементарних громадянських прав людини – це неприпустимо. Однак для тих, хто розуміється на тому, чому це відбувається у професійному спорті, мова може йти лише про правові основи операції. Інколи власники команд продають чи обмінюють гравців навіть без відома генеральних менеджерів і тренерів, щоб не ускладнювати їх взаємовідносини з гравцями.

Згідно пункту 20 типового контракту NHL спортсмен може його розірвати за письмовою заявою, якщо клуб не виконує взяті на себе зобов’язання. Контракт також може бути припиненим клубом у разі нездатності гравця виконувати свої обов’язки через травму, отриману в іграх клубу, але при обов’язковій умові, що заяву про отримання травми було подано гравцем відповідно до правил ліги; про добровільний розрив контракту не може бути й мови. **У свою чергу клуб може розірвати контракт, якщо гравець:**

1) не може або відмовляється поводити себе відповідно до загально прийнятих норм, не зможе підтримувати себе в добрій фізичній формі або порушить графік тренувань і правила клубу;

2) не може демонструвати необхідний професіоналізм і здібності, що притаманні кваліфікованому гравцеві;

3) не здатний, відмовляється або ігнорує виконання своїх обов'язків або порушує інші пункти контракту.

Індивідуальний контракт гравця набуває чинності після його підписання спортсменом і власником клубу та затвердження керівництвом ліги. Ліги ретельно контролюють, щоб індивідуальні контракти гравців не вступали у протиріччя зі статутами ліг та колективними угодами. За порушення правових норм ліги жорстко карають клуби. Наприклад, NBA у жовтні 2000 р. оштрафувала на 3,5 млн доларів власників клубу "Міннесота" за укладення таємної угоди з форвардом Джо Смітом.

Правове регулювання трудових взаємовідносин у професійному спорті України здійснюється переважно згідно з чинним трудовим законодавством. Так у статті 23 Закону України „Про фізичну культуру і спорт” зазначається, що професійна діяльність спортсменів, суддів, тренерів та інших фахівців пов'язана з підготовкою та участю у спортивних змаганнях, є основним джерелом їхніх прибутків і здійснюється згідно трудового законодавства.

Згідно Постанови Кабінету Міністрів України за №63 „Про упорядкування фінансування і матеріального забезпечення в галузі спорту” від 06.02.1992 р. та Указу Президента України за № 1573 „Про зміну у структурі центральних органів виконавчої влади” від 15.12.1999 р. в Україні розроблено Положення про штатні національні збірні команди яке фактично узаконює державний професіоналізм у спорті. Штатна команда створюється і ліквідується центральним органом виконавчої влади (Міністерство у справах молоді, сім'ї та спорту), котрий щорічно затверджує штатний розклад і фонд оплати праці команд за поданням національних федерацій України з видів спорту. До складу штатних команд входять провідні спортсмени і тренери, які уклали з центральним органом виконавчої влади з фізичного виховання і спорту трудові угоди. Вони складаються згідно чинного трудового законодавства України, Статутів та інших регламентуючих документів відповідних національних і міжнародних спортивних організацій. На спортсменів штатних команд заводяться трудові книжки. Їм надається щорічна оплачувана відпустка, матеріальна допомога на оздоровлення, пільги з пенсійного забезпечення за робочий стаж.

У трудових угодах спортсменів штатних команд чітко визначені їхні обов'язки, зокрема: систематично підтримувати високий рівень спеціальної підготовленості, сприяти зростанню спортивного іміджу України на міжнародній спортивній арені; виконувати вказівки тренерів під час навчально-тренувальних зборів і змагань; дотримуватися режиму навчально-тренувальної роботи; бездоганно виконувати умови трудової угоди тощо.

Останнім часом у світі практикується укладання трудових угод з підлітками і навіть з дітьми. Так іспанський футбольний клуб „Барселона” уклав угоду з 12-річним нападником однієї з юнацьких команд клубу „Рівер Флейт” Еріком Ламела, згідно якого хлопчик буде отримувати 120 тис євро на

рік. Згідно статті 188 Кодексу законів України про працю вказано, що забороняється прийом на роботу осіб, котрим не виповнилося 16 років. Проте у порядку винятку за згодою одного з батьків, або особи яка замінює їх 14-річні підлітки можуть бути прийняті на роботу, яка не шкодить здоров'ю і не заважатиме продовженню навчання у загальноосвітній школі чи середньому спеціальному навчальному закладі. Отже у юних кваліфікованих спортсменів є можливість уже з 14-ти років офіційно працювати у спортивних організаціях, отримувати зарплату, мати трудовий стаж і бути охопленим обов'язковим державним соціальним страхуванням (Ходаковський, 2005).

Трудові взаємовідносини у професійному спорті базуються на чинному законодавстві країни, Статутах ліг (асоціацій) та Асоціацій спортсменів професійних ліг.

Між керівництвом ліг (асоціацій) та керівництвом Асоціацій спортсменів-професіоналів укладаються колективні угоди.

На основі колективної угоди та зазначених правових документів укладаються індивідуальні контракти між спортсменом і роботодавцем.

До індивідуальних контрактів заносяться статті, що передбачають обмеження прав спортсменів та статті їх заохочення і покарання.

Окремі статті індивідуальних контрактів вступають у протиріччя з чинним трудовим законодавством демократичних країн.

Трудові взаємовідносини у професійному спорті України регламентуються чинним трудовим законодавством, Постановою Кабінету Міністрів України № 63 від 06.02.1992 р. „Про упорядкування фінансування і матеріального забезпечення в галузі спорту” та Законом України „Про фізичну культуру і спорт”.

15.6 Система заходів обмеження прав спортсменів

Система заходів обмеження прав спортсменів-професіоналів є одним з ключових елементів монополістичної політики професійних ліг у сфері трудових взаємовідносин спортсмен–клуб–ліга. Це один з яскравих прикладів ринкової економіки, коли монополізація галузі є головною умовою її ефективного функціонування. Західні фахівці вважають, що монополна політика контролю спортсменів-професіоналів є необхідною гарантією стабільності професійного спорту. Система заходів обмеження прав спортсменів дозволяє власникам клубів занижувати вартість гравців і отримувати більші прибутки (Ross, 1974).

Структура спортивного бізнесу в командних ігрових видах професійного спорту регулюється системою заходів обмеження, що отримала назву "резерв систем". Вона складається з п'яти елементів (Гуськов, 1990):

- 1) відбір гравців до команд ("система драфт");
- 2) закріплення гравців за командами (резервування);
- 3) контроль за гравцями;
- 4) вирішення спірних питань між власниками команд та гравцями;
- 5) правила купівлі та продажу гравців.

Подібні елементи обмеження прав спортсменів-професіоналів існують у структурі діяльності професійних ліг в різних видах спорту і в різних країнах. Наприклад, згідно умов Міжнародної федерації автомобільного спорту (ФІА) гонщики змушені підписувати зобов'язання не ставити до організаторів гонок та власників автомобільних фірм, за котрі вони виступають, жодних претензій стосовно можливих аварій, не можуть вимагати оплати лікування в разі поранення чи каліцтва (Кулешов, 1984).

Якщо взяти до уваги те, що ліги у своєму виді спорту діють як монополії, то спортсменам залишається або приймати цю систему, щоб стати професіоналами, або назавжди відмовитися від цієї роботи.

Набір гравців до команд суворо регламентовано. Не спортсмен обирає собі команду, а **система ("драфт") визначає для нього команду і власника**, від якого у подальшому спортсмен знаходиться практично у повній залежності. Система "драфт" вперше була застосована в американському професійному футболі (NFL). Загальна її сутність полягає у тому, що команда, котра посіла останнє місце у попередньому чемпіонаті, має право першою вибирати собі найкращого гравця зі списку новобранців, який складений лігою. Потім таке право надається передостанній команді і т.д. Команда-чемпіон робить це останньою. "Драфт" дає можливість слабшим командам поповнити свої склади більш кваліфікованими спортсменами. Розом з цим у кожному виді спорту є свої особливості системи "драфт" (див. 8.2.). Стати професіоналом неймовірно складно. До команд, як правило, набирають по кілька нових гравців, а претендентів дуже багато. Прийнятий до команди новобранець укладає з нею стандартну угоду (контракт), згідно з якою він фактично перетворюється на власність відповідного клубу. Команда може викупити або виміняти собі право першою в лізі вибирати новобранця. Так в 1981 р. генеральний менеджер команди "Нью-Йорк Айлендерс" (NHL) Б.Торрі здійснив далекоглядний обмін. Він без узгодження зі старшим тренером команди Е.Арбуром віддав нападаючого Д.Камерона і захисника Б.Лорімера до команди "Колорадо Рокіс" за право у 1983 р. першим в лізі вибрати до своєї команди новобранця. Ним став П.Лафонтейн, який давно був на замітці у селекціонерів "Айлендерс". В сезоні 1983р. виступаючи в юніорській лізі Квебека він забив 104 шайби, зробив 130 результативних передач і побив попередні рекорди таких уславлених гравців як Г.Лефлер та М.Боссі. В подальшому П.Лафонтен став провідним гравцем NHL.

Система "драфт" має важливе значення для розвитку професійного спорту. Її застосування переслідує подвійну мету. По-перше, драфт дозволяє деякою мірою врівноважити сили всіх команд і підвищити конкуренцію у змаганнях. Тому на підтримку "драфту" виступають власники команд. По-друге, набір спортсменів за системою "драфт" стримує зростання зарплати спортсменів. Це також влаштовує власників команд і керівництво ліг. Але проти цього виступають Асоціації спортсменів. Не випадково Асоціації гравців провідних ліг професійного спорту (MBL, NBA, NFL та NHL) в процесі укладання колективних угод з ними постійно вимагають збільшення мінімального рівня зарплати новобранців. Як бачимо, в цій системі відбору закладене штучне заниження рівня зарплати новобранців. При вільному наймі багато хто з молодих гравців зміг би отримати вищу оплату своєї праці.

Система "драфт" порушує також права громадянина на вільний найм. Щоправда, з боку гравців-новобранців досить рідко поступають позови до суду з цього питання.

Одним з ключових елементів системи обмежень прав спортсменів є угода клубів не переманювати гравців. Статути ліг забороняють переговори зі спортсменами, котрі мають контракти з іншими клубами ліги. Проте ситуація кардинально змінюється в разі появи на ринку конкуруючої ліги з цього ж виду спорту. Система обмежень перестає ефективно діяти і власники команд втрачають контроль над спортсменами, оскільки вони можуть перейти до іншої ліги. Але історія північно-американського професійного спорту свідчить, що існування кількох конкретних ліг у одному виді спорту зберігається недовго. Згідно законів ринку слабкіші ліги або банкрутують, як це було у бейсболі на початку ХХ ст. та в хокеї у 1970-х роках, або об'єднуються - як це було в баскетболі у 1948-1949 рр., коли Баскетбольна асоціація Америки злилася з Національною баскетбольною лігою і утворилася Національна баскетбольна асоціація (NBA).

Для обмеження можливості покинути команду після закінчення терміну контракту в лігах існує система резервування спортсменів. Вона полягає в тому, що власник команди має право резервувати гравця протягом кількох років. Так у бейсболі нині діє система резервування гравця на шість років. Лише після того, як гравець відпрацює у лізі шість років, він може самостійно піти до будь-якої іншої команди, ставши, як кажуть спеціалісти, "фрі еджент" ("вільним гравцем"). До цього часу, в разі закінчення терміну дії контракту, власник команди має право запропонувати гравцеві умови продовження контракту до 20-го грудня поточного року. Потім до 1-го лютого наступного року проводяться переговори з гравцем. Якщо сторони не приходять до згоди, справа передається на розгляд журі з 15 незалежних арбітрів, які заздалегідь обираються керівництвом ліги та Асоціації гравців. Між 10-м і 20-м лютого арбітр заслуховує обидві сторони. Після цього журі протягом трьох днів вибирає останню пропозицію, що надійшла або від гравця, або від власника команди. Наприклад, власник команди запропонував гравцеві зарплату на наступний сезон в сумі 1 млн доларів. У свою чергу гравець запропонував 2 млн. Потім в процесі переговорів власник команди збільшив суму зарплати до 1,3 млн доларів, а гравець зменшив свої вимоги до суми 1,7 млн. Якщо до 1-го лютого вони не дійшли остаточної згоди, справа автоматично надходить до арбітражного суду, котрий має остаточно визначити одну із останніх сум - або 1,3, або 1,7 млн доларів, але в жодному разі не якусь іншу. В NBA термін резервування гравців коротший - чотири роки. Але статус "вільного гравця" баскетболіст може отримати лише тоді, коли він за цей час відпрацює два повних контракти.

До 1974 р. подібна система резервування гравців існувала і в NHL. У 1974 р. NHL прийняла статтю згідно з якою клуб мав право продовжити контракт гравця, після його закінчення, лише на один рік. Після цього хокеїст ставав "вільним гравцем" і міг вести переговори з будь-якою командою NHL. Але слід відмітити, що в NHL існує шість категорій "вільного гравця". Лише вільні гравці шостої категорії мають повну свободу працевлаштування у лізі. Статус абсолютно вільного агента можна отримати або у 31 рік, або після 10

сезонів роботи. Вільні гравці першої–п'ятої категорій підпадають під статтю, що отримала у юристів назву "опціон". Вона зобов'язує нову команду, з якою укладає контракт "вільний гравець" першої–п'ятої категорій, відшкодувати компенсацію попередній команді. Її розмір встановлюють обидві зацікавлені сторони (команди), або нейтральний арбітр.

Друга особливість цієї статті полягає у такому: якщо будь-який клуб ліги запропонував "вільному гравцеві" більш вигідні умови контракту, то попередній клуб може залишити цього гравця у складі своєї команди в разі згоди у визначений термін надати йому аналогічні умови контракту. Наприклад, в 1997 р. центрфорвард "Колорадо" Джо Сакік отримав пропозицію перейти до команди "Нью-Йорк Рейнджерс", який запропонував йому контракт на три роки на суму 21 млн доларів. Але протягом тижня клуб "Колорадо" зробив йому контрпропозицію на тих же умовах і Д.Сакік залишився в команді, отримавши середньорічну зарплату 7 млн доларів.

Таку ж статтю щодо "опціону" мала у своєму статуті і NBA. Проте під тиском Асоціації гравців право на "опціон" було ліквідоване з 1980 р. З того часу після чотирьох сезонів роботи і закінчення як мінімум другого контракту баскетболіст може вести переговори щодо подальшого працевлаштування з будь-якою командою. Попередня команда немає на нього жодних прав. Це сприяло значному зростанню зарплати, особливо у суперзірок. Так склалося, що у 1996 р. більшість баскетболістів екстракласу стали "вільними гравцями". "Аукціон зірок" приніс їм надзвичайно вигідні контракти. Так, Майкл Джордан підписав найдорожчий на той час в NBA річний контракт - 30 млн дол. (попередній контракт становив лише 4 млн доларів на рік). І, як свідчить преса, переговори тривали всього 20 хв. Не менш сенсаційний контракт підписав Шакіл О'Ніл - 123 млн доларів на 7 років (до цього його зарплата становила 5,7 млн доларів на рік).

В резервні списки клубів NFL включаються наступні категорії гравців: пенсіонери; травмовані; ті, що проходять військову службу; гравці, що отримали травму або хворобу не пов'язану з футбольною діяльністю; гравців, обрані на драфті, але з якими не підписаний контракт. Гравців, які перебувають в резервному списку в категорії "пенсіонери" і "військовослужбовці" мають право звернутися до Комісіонера з проханням про їх повернення до участі в матчах. Гравці категорії "Травмовані" не мають права тренуватись або брати участь в іграх до кінця регулярного сезону.

Коли гравець заноситься в резервний список клубу з будь-яких причин, клуб повинен негайно надати письмовий звіт Комісіонеру, вказавши причину таких дій. Комісіонер може провести розслідування доцільності внесення гравця до резервного списку. Якщо буде з'ясовано, що гравець занесений до резервного списку необґрунтовано, Комісіонер може видалити гравця зі списку. Витрати, понесені Комісіонером під час розслідування, стягуються з клубу.

Система резервування спортсменів дозволяє власникам відшкодувати кошти, що вкладені в їхній набір і підготовку, а також підтримувати змагальну рівновагу між командами. Інакше багаті клуби могли б скупити всіх провідних гравців, а чемпіонати втратили б спортивну інтригу і не викликали б зацікавленості глядачів, оскільки результат був би заздалегідь відомим.

Після закінчення терміну дії контракту з гравцем власник команди має право наприкінці кожного чергового сезону (до отримання спортсменом статусу "вільного гравця") занести ім'я цього гравця до свого резервного списку на наступний сезон і подати його до ліги. Це означає, що гравець не має права піти з команди і навіть вести переговори про перехід до іншого клубу, якщо тільки власник команди не погодиться переуступити його іншому клубові.

Третій елемент системи - організація контролю за гравцями. Йдеться про зумовлені, а досить часто і не зумовлені, у контракті штрафи за різні порушення дисципліни або встановленого у командах порядку. Так за погану поведінку, систематичні порушення правил, суперечки з суддями тощо гравець "Чікаго Булз" Деніс Родмен в сезоні 1996/97 рр. був оштрафований майже на 1,5 млн доларів і дискваліфікований на 27 матчів регулярного чемпіонату NBA. Незважаючи на те, що Д.Родмен у шосте поспіль виграв титул кращого в NBA у підборах м'яча, його зарплата на наступний рік стала меншою більше ніж вдвоє - 4 млн доларів проти 9 млн попереднього року. На думку тренерів професійних команд система штрафів є одним з ключових важелів підтримання дисципліни. Колишній професійний футболіст Дж. Шоу в книзі "Живе м'ясо" відмічав, що загроза покарання зміцнює нашу загальну самовідданість і змушує не сумніватися у владі тренерів. Робота гравця полягає у виконанні наказів, а не у їх обговоренні. Як неодноразово підкреслювали спортсмени-професіонали навіть армійська дисципліна не йде у порівняння з дисципліною у професійних командах.

Незважаючи на те, що засоби масової інформації подають практику штрафів як покарання за пустощі, саме ця поширена форма покарання у професійному спорті чітко показує, що спортсмен, який підписав контракт, немов би втрачає значну кількість своїх громадянських прав. Тому з кожним роком все наполегливіше Асоціації гравців різних ліг виступають проти системи штрафів і неможливості покинути команду навіть після закінчення терміну контракту. Але власники і тренери команд вперто захищають ці положення.

Четвертий елемент "резерв систем" - механізм вирішення суперечок між керівництвом клубів (команд) та гравцями. Згідно статутів ліг суперечки в самій команді вирішує її власник, а між ним і гравцями - керівник ліги. Проте спочатку бейсболісти, а у подальшому й спортсмени інших ліг добилися права передачі до арбітражу (у разі необхідності) суперечки стосовно рівня заробітної плати.

П'ятим елементом "резерв систем" є правила переходу спортсменів з команди до команди, а точніше їх купівлі та продажу. Ці правила вважають основою ефективного функціонування ліг у командних ігрових видах професійного спорту. Завдяки чітко розробленим правилам перерозподілу гравців можна зрівноважувати конкурентноспроможність команд ліг і підтримувати високу зацікавленість до змагань глядачів та засобів масової інформації, а отже отримувати вищі прибутки. При переміщенні з команди до команди гравців, котрі мають діючі контракти, не враховуються, як правило, їхні побажання. Наприклад, Алекс Стівірінс в сезоні 1992/93 рр. змінив кольори чотирьох команд NBA. Розпочав регулярний чемпіонат в

команді "Фінікс", потім був переданий до "Атланти", далі - до "Кліпперс", від неї - до "Міннесоти". Два останні матчі сезону провів знову за команду "Фінікс". Власник може продати навіть всю команду. Так, у 2003 р. клуб „Оттава Сенаторс” (NHL) збанкрутував і був проданий його власником Р.Брайденом разом зі своєю домашньою ареною на 18500 глядачів канадському мільярдеру Ю.Мельнику. У тому ж 2003 р. російський бізнесмен Р.Абрамович за 98,6 млн доларів викупив контрольний пакет акцій відомого футбольного клубу „Челсі” у його попереднього власника К.Бейтса.

Для монополізації галузі та підвищення її економічної ефективності ліги розробили систему заходів обмеження прав спортсменів.

В командних ігрових видах північно-американського професійного спорту система обмежень включає п'ять чітко сформованих елементів: "драфт", резервування гравців, контроль за гравцями, вирішення спірних питань між власниками команд та гравцями, правила купівлі та продажу гравців.

Подібні елементи обмеження прав спортсменів існують у структурі діяльності професійних ліг з різних видів спорту в різних країнах та міжнародних професійних організаціях.

Поява монополій-картелів у професійному спорті, незважаючи на антитрестівське законодавство, пов'язана з самою природою змагань в командних ігрових видах спорту, де мають брати участь принаймні дві команди.

15.7 Асоціації спортсменів професійних ліг

З перших кроків професійного спорту, відколи біля його керма з'явилися власники команд і менеджери, спортсмени-професіонали стали об'єднуватися у різні союзи та асоціації. Перші спроби створення таких союзів були зроблені в бейсболі.

"Братство Професійних бейсболістів"- це перша спроба організувати профспілку, яка б складалася з гравців. Ініціатором створення "Братства" став бейсболіст Джон Монтгомері Вард (John Montgomery Ward), який окрім того був юристом, і ще вісім гравців в 1885 р. Оскільки зі зростанням популярності професійного бейсболу почали зростати і доходи від матчів, "Братство" виступало проти фіксованого для команд ліміту зарплати та за підвищення зарплати гравців. Також "Братство" спрямувало свою діяльність на боротьбу з "чорним списком" і положенням про резервування гравців, яке обмежувало перехід гравців з однієї команди в іншу дозволяло власникам команд заощаджувати на зарплатах гравців. Організація отримала офіційне визнання, коли власники команд Національної ліги вперше зустрілися з представниками "Братства" 17 листопада 1887 р., проте, відносини між ними незабаром стали напруженими, оскільки власники не збиралися йти на значні поступки. В 1891 р. разом з Лігою Гравців припинило своє існування і Братство професійних бейсболістів.

В подальшому були зроблені ще декілька спроб створити об'єднання гравців: Асоціація захисту гравців в 1900 р (Players' Protective Association); Братство професійних бейсболістів. Америки в 1912 р. (Fraternity of Professional Baseball Players of America), Американська бейсбольна гільдія (American Baseball Guild) в 1946 р. Об'єднання спортсменів-професіоналів робили спроби відстоювати їхні інтереси. Але до 1960-х років ці спроби мали епізодичний характер і стосувалися окремих питань. Проте і вони, як правило, вирішувались переважно на користь власників команд. Наприклад, жодна з цих організацій не змогла покласти кінець положенню про резервування.

З часом спортсмени-професіонали зрозуміли, що у боротьбі за свої права потрібні не просто об'єднання, а профспілки, які були б здатні захищати їхні інтереси. **Такі галузеві профспілки під назвою "Асоціації професіональних гравців" почали створювати у 1960-х роках.** Юридичною передумовою до їх створення була постанова Верховного суду США щодо позбавлення професійного спорту винятку у застосуванні до нього антитрестівського закону Шермана, який було надано професійному бейсболу цим же судом у 1922 р. Юридично професійний спорт став одним із різновидів підприємницької діяльності, а отже наймані працівники (спортсмени) отримували законне право об'єднуватися у галузеві профспілки, які б захищали їхні права і свободи перед роботодавцями (власники клубів та керівники ліг). З часу створення у сфері трудових взаємовідносин відбулися зміни щодо розширення прав спортсменів-професіоналів. Крок за кроком Асоціації добивалися підвищення мінімального розміру заробітної платні спортсменам-новачкам ліг, збільшення ліміту на зарплату гравцям, страхування, медичного та пенсійного забезпечення тощо.

Як уже відзначалося, було узаконено право переходу спортсмена з команди до команди після закінчення терміну чергового контракту, але за умови грошової компенсації з боку тієї команди, до якої переходить гравець. Але ці "перемоги" добувалися у напруженій боротьбі Асоціацій спортсменів-професіоналів з адміністрацією ліг.

У 1968 р. футболісти NFL, що були об'єднані в Асоціацію гравців, оголосили страйк. Нічого подібного американський професійний спорт практично не знав. Лише в 1890 р. майже 80% бейсболістів Національної ліги вийшли з її складу і утворили власну лігу. Футболісти-професіонали висунули до власників клубів 21 вимогу. Головні з них полягали у: створенні пенсійного фонду за рахунок відрахувань від ігор; сплаті додаткової компенсації гравцям, які були звільнені; наданні права на юридичну консультацію при укладанні контрактів; наданні представникам Асоціації гравців права участі в обговоренні питань діяльності ліги; створенні профспілок професіональних футболістів; збільшенні суми добових на харчування на виїздах тощо. **Внаслідок переговорів між представниками гравців та власниками клубів було укладено угоду, згідно з якою гарантувалася щомісячна пенсія у розмірі 1600 доларів гравцям, котрі виступали у лізі не менше 10 років і досягли 65-річного віку.** Багато вимог було відхилено власниками клубів, в тому числі вимога щодо встановлення мінімальної річної зарплати в розмірі 15 тис. доларів.

Боротьба професіональних спортсменів за поліпшення умов своєї праці показала, що вони можуть відстояти окремі вимоги, але вирішити долю всієї кампанії на свою користь ще не в змозі. Однак було підірвано міф про те, що професійний спорт – це винятковий світ, який розвивається за своїми законами. Насправді ж він розвивається за економічними законами суспільства. Про це ж свідчать і рішення Верховного суду США стосовно того, що професійний бокс та футбол є комерційними підприємствами, що підпадають під дію антитрестівського закону Шермана.

В 1972 р. уже Асоціація професіональних бейсболістів відстоювала свої вимоги шляхом 14-денного страйку. Внаслідок страйку не відбулося 86 матчів регулярного чемпіонату. Власники клубів погодилися з вимогою профспілки бейсболістів укласти нову колективну угоду, виплатити гравцям зарплату за час страйку та збільшити пенсійний фонд на 500 тис доларів (Еганов, Розумий, 2004).

У 1982 р. страйк тривав 50 днів, а у сезоні 1994/1995 рр. локаут (lockout – в перекладі з англійської означає заперти двері, об'явити заборону на вхід) об'явила адміністрація MLB, яка не дійшла згоди з Асоціацією професіональних бейсболістів стосовно рівня зарплат гравців. Локаут тривав 8 місяців. Вперше не було зіграно матчі Світової бейсбольної серії. Справа вирішувалася в суді. Згідно його рішення сезон 1995/96 рр. провели за попередньою колективною угодою, а нову уклали лише у 1997 р. Ліга понесла збитки близько мільярда доларів. Після поновлення ігор відвідуваність стадіонів впала на 20 відсотків і вийшла на попередній рівень тільки у 2004 р.

В 1986 р. передстрайкова ситуація виникла в NHL, коли закінчився термін дії Колективної угоди. Тоді вдалося уникнути страйку. Але в 1992 р. страйк не обійшов і NHL (Гуськов, 1993). Керівники Асоціації професіональних

хокеїстів висунули низку вимог щодо підвищення соціального захисту гравців. Це сприяло суттєвому поліпшенню умов праці професіональних хокеїстів. Так, серед інших професійних видів спорту гравці NHL мають найкращі умови оплати у випадках отримання травм. За весь період лікування вони дістають середню за контрактом зарплату. **Під тиском Асоціації професіональних хокеїстів адміністрація ліги розглянула питання щодо надання гравцям статусу "вільного агента".** Слід наголосити, що статус "вільного гравця" в NHL поняття досить неоднозначне. Справа у тому, що ліга за згоди Асоціації професіональних хокеїстів встановила шість категорій вільного агента. Права хокеїстів розширюються поступово. Лише вільний агент шостої категорії має право на працевлаштування у будь-якій команді ліги. Агенти ж першої–п'ятої категорій мають різноманітні обмеження. Наприклад, український легіонер Д. Христич (вільний агент п'ятої категорії) після закінчення у 1999 р. контракту з клубом "Бостон Брюїнз" не погодився з сумою зарплати, яку йому запропонував клуб на наступний сезон (1 950 000 доларів) і подав до арбітражного суду погоджений з Асоціацією гравців позов, у якому вимагав зарплату 3,5 млн доларів на рік. Клуб подав зустрічний позов, у якому доводив об'єктивність своєї позиції. Арбітражний суд заслухав обидві сторони і виніс рішення, що "ринкова вартість" Д.Христича становить 2,8 млн доларів на рік. Протягом 72 годин клуб мав погодитися з рішенням суду і укласти з гравцем трудову угоду. Але "Бостон" уперше в історії NHL не зробив цього. Тому Д. Христич отримав статус "Unrestricted" (остання шоста категорія вільного агента). Це означає, що він може працевлаштовуватися у будь-якому клубі NHL і цей клуб не повинен сплачувати "Бостону" жодних компенсацій. Проте навіть у цьому випадку є певні обмеження. Якщо контракт з новим клубом буде на суму 80% або нижче від ціни, що встановлена арбітражним судом, то "Бостон" має право за цю ж ціну укласти контракт з Д.Христичем. Коли б сталося так, що жоден клуб ліги не запропонував би Христичу навіть 80% від його ринкової вартості, що встановлена арбітражним судом, то "Бостон" мав би право "підписати" його за суму, що була запропонована до суду (1 950 000 доларів). Але цього не сталося. На початку регулярного чемпіонату сезону 1999/2000 рр. Д. Христич уклав трирічний контракт з клубом "Торонто" на суму 8,4 млн доларів.

Хокеїсти NHL добилися також від ліги створення пенсійного фонду, основним джерелом фінансування якого є хокейні клуби - близько 75% від загальної суми внесків. Решту коштів (25%) вносить Асоціація професіональних хокеїстів. До пенсійного фонду також ідуть відрахування від міжнародних зустрічей команд NHL. Пенсійний вік гравців NHL становить 45 років. Для отримання пенсії гравець повинен виступати в лізі не менше трьох сезонів і зіграти по 70 матчів з 82-х. Якщо він не зіграв 210 матчів за три сезони, то для отримання права на пенсію він повинен відпрацювати ще один сезон. Пенсія нараховується у сумі 1 тис. доларів на рік за кожний зіграний сезон. Тобто мінімальна пенсія складає 3 тис. доларів на рік. Чим більшу кількість сезонів відпрацює спортсмен, тим, відповідно, буде більша пенсія (Гуськов, 1988).

В NBA пенсія нараховується із розрахунку 120 доларів на місяць за кожний рік, проведений в команді. Мінімальний стаж для отримання пенсії, як і

в NHL, становить три сезони. Максимальний рівень пенсії не обумовлюється. Пенсійний вік також з 45 років. Але з 45 до 50 виплачується лише 60% від заробленої місячної суми. Повну пенсію баскетболіст отримує лише після досягнення 50-річного віку.

В NFL розмір пенсії визначається з розрахунку 150 доларів на місяць за кожний відпрацьований сезон. Виплата пенсії у розмірі 45% від фактично заробленої розпочинається з 45 років, а повна, як і в NBA, з 50 років. Мінімальний стаж для нарахування пенсії становить чотири сезони.

В сезоні 1994/95 рр. в NHL виникла чергова криза. Не дивлячись на те, що упродовж чотирьох років середня зарплата хокеїстів зросла більше ніж у три рази профспілка вимагала її подальшого підвищення. Адміністрація ліги відмовилася це зробити і оголосила локаут, що тривав понад три місяці (103 дні). Клуби закрили тренувальні табори і хокеїсти змушені були самотужки шукати умови для тренувань, грати за команди нижчих ліг за низьку зарплату. Побоюючись втрати глядачів адміністрація ліги в решті решт погодилася на укладання нової Колективної угоди згідно з якою відбулося подальше зростання видатків на хокеїстів. Цією ж угодою було обмежено зарплату новачків ліги – 1 млн доларів на рік.

Під час вимушеного безробіття хокеїсти започаткували практику підписання тимчасових контрактів з клубами європейських країн, які було розірвано відразу ж після початку регулярного чемпіонату NHL. В ньому команди зіграли лише по 48 матчів замість 82. Не проводився також матч „Всіх зірок”.

Влітку 2004 р. закінчився термін дії попередньої Колективної угоди. Адміністрація NHL на чолі з Г.Беттменом і профспілка хокеїстів на чолі з Б.Гуденау не змогли домовитися щодо змісту нової Колективної угоди. 15 вересня 2004 р. комісіонер ліги Г.Беттмен від імені власників 30 клубів оголосив про початок локаута. На час дії локаута хокеїсти стають вільними агентами і можуть шукати собі нові місця працевлаштування.

Каменем спотикання у переговорах були надмірні видатки на хокеїстів, які в сезоні 2003/2004 рр. склали 75% від річних прибутків ліги (Бойко, 2004). Для порівняння один з найбагатших і найприбутковіших футбольних клубів світу „Манчестер Юнайтед” у сезоні 1999/2000 рр. на зарплату футболістів витратив 39% від реального річного прибутку. За час дії попередньої колективної угоди середня зарплата хокеїстів по лізі зросла з 572 тис. до 1,8 млн доларів на рік. Більше чим 400 з 730 хокеїстів NHL отримували зарплату понад 1 млн доларів на рік, в тому числі 653 з них – понад 4 млн. Не регульоване зростання зарплат призвело до того, що такі відомі клуби як „Оттава”, „Бафало” та „Піттсбург” опинилися на межі банкрутства.

З метою заохочення хокеїстів до протистояння з лігою Асоціація гравців NHL оголошує, що на час локауту кожен з них буде отримувати від неї матеріальну підтримку у розмірі 10 тис доларів на місяць.

Основні протиріччя між лігою і асоціацією хокеїстів NHL зводилися до чотирьох пунктів:

- вік у якому хокеїсти стають необмежено вільними агентами – власники клубів хотіли зберегти 31 рік, а гравці наполягали на його зниженні до 30 років;

- ціни на квитки повинні залежати від зарплат хокеїстів, котрі категорично проти цього;

- командні витрати на зарплату хокеїстам не повинні перевищувати 35-40 млн доларів (в сезоні 2003/2004 р. у клубу „Нью-Йорк Рейнджерс” вони становили понад 77 млн), а профспілка наполягала на їх збільшенні;

- видатки на хокеїстів повинні зменшитися з 75 до 54% від загального прибутку ліги, а профспілка не погоджувала з цим.

Протистояння власників клубів та профспілки хокеїстів призвело до того, що 16.02.2005 р. комісіонер NHL Г.Беттмен об'явив від імені ліги про відміну сезону 2004/05 рр. Вперше з 1917 р. в історії північно-американського хокею не відбувся регулярний чемпіонат NHL.

Рішучі дії адміністрації NHL змусили Асоціацію хокеїстів піти на суттєві поступки у формуванні трудових взаємовідносин. Головні з них:

1. суми всіх діючих контрактів хокеїстів автоматично знижуються на 24 %;

- встановлюється ліміт командної відомості на зарплату хокеїстам в сумі 39 млн доларів;

- зарплата будь-якого хокеїста не може перевищувати 20% суми загальнокомандної відомості (отже найвища зарплата гравця згідно нової угоди не може бути більшою за 7,8 млн доларів на рік);

- за перевищення ліміту зарплати на команду клуб повинен сплачувати до центрального фонду ліги стільки ж коштів на скільки вийшов за встановлену суму.

Відносно гладко склалися трудові взаємовідносини між керівництвом NBA та її гравцями. Але й цю лігу охопила глибока криза влітку 1998 р. Згідно Колективної угоди укладеної NBA з Асоціацією професіональних баскетболістів NBA у 1995 р., сума зарплати всіх гравців ліги не могла перевищувати 51,8% загального річного прибутку NBA, який у 1997 р. становив 1,7 млрд доларів. За даними власників команд, у сезоні 1997/98 рр. зарплата баскетболістів разом з іншими соціальними виплатами склала 57%. Це суттєво знизило рентабельність ліги. Власники клубів стали наполягати на тому, щоб гравці дотримувалися Угоди від 1995 р. Голова профспілки баскетболістів Б.Хантер заявив, що вони не погодяться з жодними обмеженнями зарплати. Тому 1 липня 1998 р. комісіонер NBA Д.Стерн від імені власників клубів оголосив локаут. Завдяки переговорному процесу між адміністрацією ліги та Асоціацією баскетболістів у січні 1999 р. було укладено нову шестирічну Колективну угоду, до якої увійшли такі положення:

верхня межа загальнокомандної зарплати: 30 млн доларів – у сезоні 1997/98 рр.; 32 млн - у сезоні 1998/99 рр.; 34 млн – у сезоні 1999/2000 рр.; 35,5 млн – у сезоні 2000/01 рр. При цьому зберігає свою силу “правило Ларрі Бьорда” - зарплата вільних агентів не входить до ліміту загальнокомандної зарплати;

– сумарні виплати гравцям не повинні бути більшими за 55% загального річного прибутку NBA, але це правило вступить в силу тільки за три роки перед закінченням терміну дії 6-річної колективної угоди;

мінімальна зарплата для спортсменів-новачків становить 287 тис. доларів, а для ветеранів (понад 11 сезонів у лізі) - 1 млн доларів на рік;

уперше в історії американського спорту встановлено верхню межу зарплати для спортсменів: не більше 11 млн доларів протягом трьох наступних сезонів і не більше 14 млн доларів для гравців зі стажем понад 10 сезонів;

до списку заборонених до вживання речовин внесено маріхуану.

Окрім зазначених пунктів, введено більш жорсткі покарання за різні порушення (запізнення, пропуски тренувань тощо).

Досить напружена ситуація виникла у стосунках між NBA та профспілкою баскетболістів по закінченні терміну дії Колективної угоди у 2005 р. Але навчені своїм досвідом (1998 р.) та досвідом NHL (2004 р.) сторони ще до закінчення розіграшу Кубка NBA уклали нову шестирічну колективну угоду у якій пішли на взаємні поступки. Основні спірні її пункти прийняті у такій редакції:

5. видатки на гравців складатимуть 57% від всіх прибутків ліги;

- максимальну тривалість контракту скорочено на 1 рік (до 6 років при переукладенні контракту зі своїм клубом, до 5 років – для вільних агентів і до 2 років – для новачків);

1. на драфт зараховуються лише ті баскетболісти, яким на день драфту виповниться 19 років (було 18);

- зменшується річний приріст зарплати (за старою Угодою гравець, що переукладав контракт зі своєю командою отримував до 12,5%, вільний агент 10%, а тепер відповідно 10 і 8%;

- кожний баскетболіст повинен проходити чотири випадкових допінг-тестування на сезон (за першу позитивну пробу – дискваліфікація на 5-10 матчів, другу – 25 матчів, третю – на рік, четверту – пожиттєво).

Приклад гравців північно-американських професійних ліг надихнув до захисту своїх прав футболістів. У 1967 р. в Парижі було засновано Міжнародну профспілкову асоціацію Федерації футболістів-професіоналів (ФІФПро). Вона ставить на меті захист інтересів гравців перед міжнародними футбольними інстанціями. Зокрема Асоціація передбачає встановлення діалогу між футбольними функціонерами та гравцями, щоб останні не страждали від рішень, котрі приймаються без їхнього відома.

В Україні профспілку „Футбол України” створено у 2000 р. За статутом вона захищає соціальні права не тільки футболістів, а й інших працівників клубів. До неї входять понад 1250 гравців із 67 професійних футбольних клубів. Профспілка „Футбол України” вступила до „Федерації профспілок України”, що підвищило її незалежність від Федерації футболу України та ПФЛУ. Ведеться робота щодо інтеграції профспілки „Футбол України” до Міжнародної профспілкової асоціації Федерації футболістів-професіоналів.

Незважаючи на помітні успіхи, яких досягли асоціації гравців професійних ліг у захисті добробуту і соціальних прав спортсменів, у функціонуванні Асоціацій виникають серйозні труднощі. Річ у тому, що

робочий стаж більшості спортсменів становить близько п'яти років, а конкуренція за місце в команді наймовірно висока. Тому багато хто з гравців не вбачає сенсу у вступі до Асоціації та в активній діяльності у ній. Окрім цього, професійний спорт дуже індивідуалізований. Кожний спортсмен намагається відстоювати свої інтереси і не дуже прагне до об'єднання. В решті решт не всі спортсмени знаходяться в однакових умовах. Новачки рідко беруть участь у роботі Асоціацій, оскільки бояться, що це може зашкодити їхній кар'єрі. Ветерани також не прагнуть до значної активності в Асоціації, оскільки після закінчення кар'єри гравця можуть розраховувати на місце в Раді клубу або суддівську роботу і не хочуть псувати стосунки з керівництвом клубу та ліги. До Асоціації переважно вступають професіонали середнього рівня зі стажем роботи в лізі у межах 3-5 років.

Створення Асоціацій спортсменів професійних ліг сприяло значному підвищенню соціальної захищеності спортсменів.

Асоціації спортсменів професійних ліг укладають з керівництвом ліг колективні угоди, де обумовлюються окремі статті індивідуальних контрактів, що спрямовані на захист соціальних прав спортсменів.

Для захисту своїх соціальних прав спортсмени-професіонали, які об'єднані у Асоціації гравців, застосовують страйки, позови до арбітражу та суду.

В Україні функціонує профспілка „Футбол України”, яка захищає соціальні права футболістів та інших працівників футбольних клубів.

Рекомендована література

Основна:

1. Борисова О. В. Современный профессиональный спорт и пути его развития в Украине (на материале тенниса) : монографія / О. В. Борисова. – Киев : Центр учебной литературы, 2011. – 310 с.

2. Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.

3. Гуськов С. И. Профессиональный спорт в США / С. И. Гуськов // Спорт за рубежом. – 1990. – № 10. – С. 10–11.

4. Гуськов С. И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Гуськов С. И. – Киев : КГИФК, 1991. – 46 с.

5. Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професійного спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези ІІІ Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.

6. Линець М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в Європі / Михайло Линець, Володимир Артюх // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 24–26.

7. Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>

8. Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.

9. Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.

10. Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.

11. Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті / Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.

12. Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.

13. Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

14. Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода // Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>

15. Професіональний спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

16. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линець М. М. // Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі) : матеріали I Всеукр. з міжнар. участю наук.-практ. інтернет-конф. (20–21 грудня 2016 р.). – Дніпро : ДДІФКіС, 2016. – С. 176–178.

Допоміжна:

1. Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура,

спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

2. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1995. – 296 с.

3. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 24(193). – 13 июня.

4. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 25(194). – 20 июня.

Інформаційні ресурси інтернет:

а. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>

б. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>

с. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>

д. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>

е. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ
ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

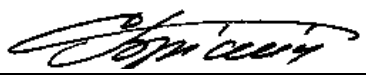
Кафедра теорії спорту та фізичної культури

Линець М. М.

Економічні засади розвитку професійного спорту

Лекція
з дисципліни „**Теорія і методика фізичної культури і спорту**”
(аспіранти)

“ЗАТВЕРДЖЕНО”
на засіданні кафедри теорії спорту
і фізичної культури
протокол № 1 від 29.08.2019

Зав. каф  Бріскін Ю. А.

Львів, 2019

Тема 16. Економічні засади розвитку професійного спорту

1. Монополія і конкуренція у спортивному бізнесі.
2. Джерела прибутків у професійному спорті.
3. Статті видатків у професійному спорті.

16.1. Монополія і конкуренція у спортивному бізнесі

За класифікацією ООН спортивні заходи відносяться до сфери послуг. У зв'язку з тим, що спортсмен-професіонал своєю діяльністю в межах спорту виробляє специфічний товар (видовище), час, який він витрачає на спорт, за своєю сутністю є робочим часом. Про це зокрема свідчать: режими тренувань; виїзди на тренувальні збори; порівняння енерговитрат спортсменів з енерговитратами представників інших професій; календарі змагань, що передбачають у деяких видах спорту безперервну участь у змаганнях протягом 6-8 місяців на рік; характер матеріальної винагороди спортсменів тощо. В умовах розвинених товарно-грошових відносин спортивна послуга стає товаром (Фомін, 1989; Гуськов, 1992; Мічуда, 2005 та ін.). Американські фахівці називають професійний спорт "індустрією". Вони вважають, що професійний спорт - це насамперед бізнес, кінцевим результатом котрого є не рахунок у матчі чи результат поєдинку, а прибуток.

Але бізнес у спорті не є бізнесом у повному розумінні цього слова. Йому притаманні особливості, що закладені у самій природі спорту.

Зазвичай бізнесмени намагаються продати якомога більше своїх товарів і позбавитися конкурентів у цьому виді бізнесу. У спортивному ж бізнесі суперництво між окремими спортсменами чи командами точиться тільки на спортивних майданчиках у процесі змагань. Бізнес вони ведуть спільно об'єднавшись у клуби, ліги, асоціації (Гуськов, 1990; Линець, 2001). **Клуби, що об'єдналися в лігу, ведуть між собою безкомпромісну спортивну боротьбу, а у бізнесі вони партнери, співучасники одного підприємства.** Професійний спорт, - як відмічав комісіонер NBA Д.Стерн, - являє собою дивовижну аномалію. Бізнес в ньому залежить від виживання конкурентів. У звичайному ж бізнесі навпаки. Виходить, на перший погляд, парадоксальна для бізнесу ситуація: власники провідних команд не зацікавлені в тому, щоб їх конкуренти були слабкими, бо глядачі перестануть ходити на матчі або дивитися їх по телебаченню, оскільки боротьба буде не надто цікавою, а результат заздалегідь відомим (Grydiel, 1976).

Наприклад, на початку 1980-х років відвідуваність ігор команд NBA значно знизилась і становила в середньому 9,5 тис. глядачів на одну гру. У більшості команд асоціації заповнюваність залів складала 40-50% при середній вартості квитків 8 доларів. Фахівці стверджували, що головна причина цього явища криється у нерівнозначності складів команд. І це мабуть було насправді так. Організаційні зміни дозволили NBA досягти наприкінці 1980-х років майже вдвічі більшої відвідуваності при дворазовому збільшенні цін на квитки (16 доларів середня вартість одного квитка). Команда-новачок ліги "Шарлотт Хорнетс" мала середню відвідуваність 23172 глядача. Команда "Сакраменто Кінгз", що грала в залі на 16517 місць, мала 100-відсоткову його заповненість на всіх іграх. Навіть остання, за показником відвідуваності, команда NBA "Вашінгтон Буллєтс" мала на трибунах свого залу в середньому

9,8 тис. глядачів, що більше, ніж була середня відвідуваність ігор усіх команд NBA на початку 1980-х років (9,5 тис. глядачів). Про велику залежність відвідуваності змагань від напруженості спортивної боротьби красномовно свідчить фінал плей-офф Кубка NBA 2005 р. між командами „Сан-Антоніо” і „Детройт”, де переможець визначився лише в останній сьомій зустрічі. На кожному з семи матчів побувало в середньому 20202 глядача, що стала абсолютним рекордом фіналів плей-офф NBA.

Таким чином, з одного боку - прибутки команди (спортсмена) зростають коли вона успішно виступає у змаганнях, а з іншого – чим нижча конкуренція з боку інших команд, тим менш цікаві змагання і тим нижчі прибутки усіх команд (спортсменів). У цьому і полягає специфіка і своєрідність спортивного бізнесу на відміну від інших видів шоу-бізнесу і бізнесу взагалі.

Окрім того, у північно-американському професійному спорті застосовується специфічна система найму робочої сили (“драфт”) і укладання контрактів, що має низку обмежувальних положень (“резерв систем”), котрі у деяких пунктах навіть вступають у протиріччя з трудовим законодавством і Конституцією США. Не випадково сенатор С.Ервін на одному з засідань сенатського комітету заявив, що професійні спортсмени у США це раби, яким добре платять. Завдяки великим заробіткам вони і не виступають проти свого безправного положення в цілому, а лише борються за поліпшення окремих пунктів контракту, що стосуються переважно фінансового та пенсійного забезпечення. Аналогічні системи обмежень прав спортсменів функціонують, як у національних професійних спортивних лігах інших країн, так і в міжнародних лігах (Кузин, Кутепов, 1996). Мабуть не випадково власники команд виступають проти пропозицій гравців щодо вільного ринку працевлаштування у професійному спорті бо це, на їх думку, зруйнує спортивний бізнес.

Отже система обмежень соціальних прав і свобод спортсменів (“резерв систем”) є другим специфічним чинником бізнесу у професійному спорті.

Третім специфічним аспектом здійснення спортивного бізнесу в ігрових видах північно-американського професійного спорту є **виключне право команди на визначену для неї територію.** Це означає, що будь-яка інша команда цієї ж ліги може бути розташована тільки на строго визначеній відстані від уже діючої. Наприклад, у Національній лізі MLB ця відстань обмежується 20-мильною зоною від межі міста у якому вже знаходиться команда цієї ліги. На відміну, в Американській лізі тієї ж MLB ця відстань обмежується уже 100-мильною зоною. Коли ж на території будь-якої команди ліга дозволяє розташування ще однієї команди, то остання повинна сплатити клубові, що вже розташований на цій території, певну суму за поступку території. Розмір суми компенсації за територію встановлює ліга. Проте слід наголосити, що в елітних лігах північно –американського професійного спорту вкрай рідко в одному місті базуються дві команди однієї і тієї ж ліги і тільки в таких мегаполісах як Лос-Анжелес і Нью-Йорк.

У європейській моделі професійного спорту такі обмеження не практикується. Як це позначається на відвідуванні, наприклад, футбольних

матчів київських і донецьких команд досить переконливо видно на рис. 1. На домашніх матчах „Арсенала” побувало у 2,5 рази менше глядачів чим на матчах „Динамо”, а на матчах „Металурга” у 6,4 разів менше чим на матчах „Шахтаря”.

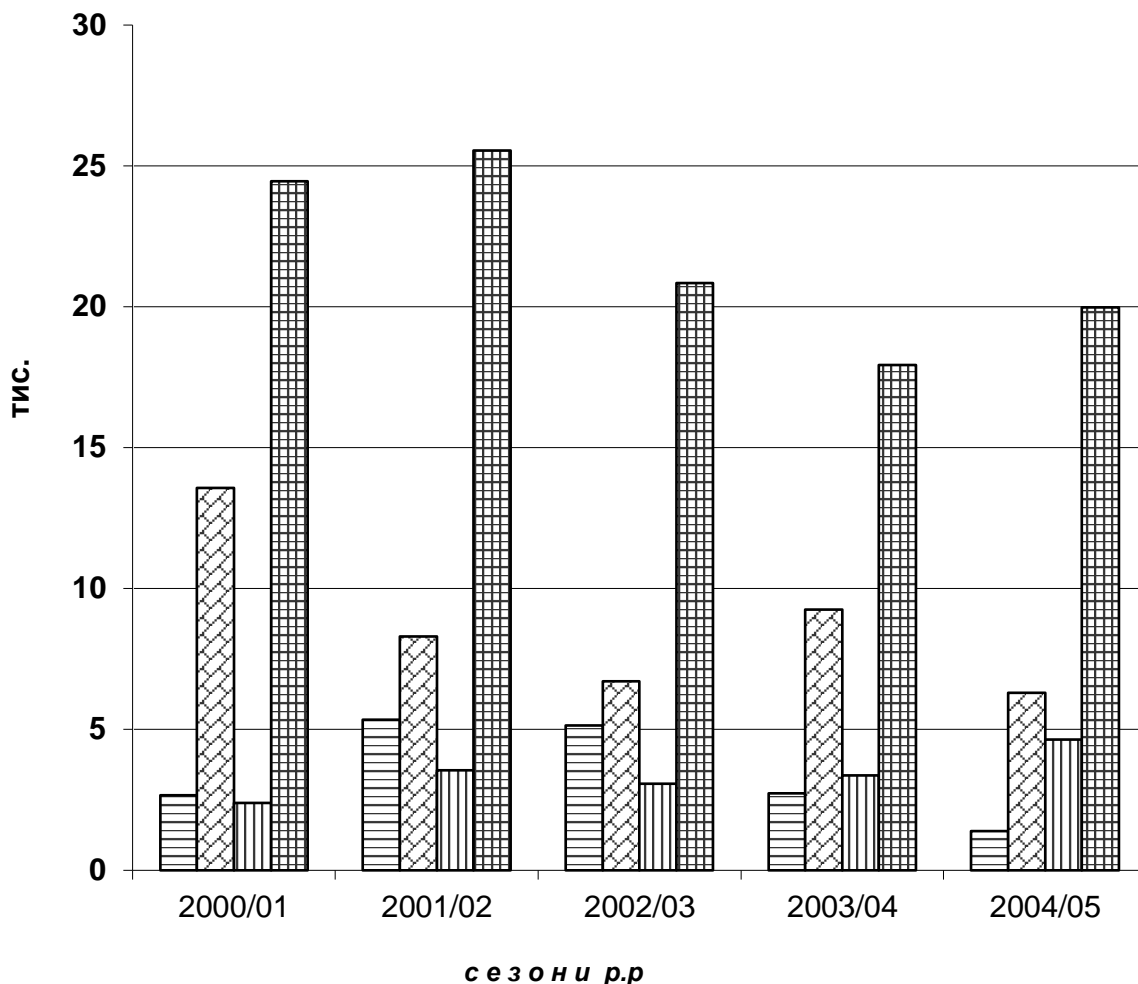


Рис. 1. Динаміка середньої домашньої відвідуваності глядачами ігор команд

▨ "Арсенал" ▩ "Динамо" ▮ "Металург" ▧ "Шахтар"

Наступним специфічним компонентом спортивного бізнесу є виключне право ліги на прийом нових команд. Розширення ліг відбувається на конкурсній основі. Право створення нової команди надається тій особі чи фінансовій групі, котра має найкращі комерційні передумови для отримання високих прибутків (кількість населення у місті, популярність виду спорту, наявність потужного телеринку тощо). Власник, котрий отримав на конкурсній основі право на створення нової команди, має сплатити до ліги одноразовий вступний внесок, який потім порівну розподіляється між всіма командами ліги. Суму вступного внеску визначає ліга. Наприклад, наприкінці ХХ ст. NHL розширилася на чотири команди, власники кожної з яких сплатили лізі по 75 млн доларів вступних внесків, а вступ до NBA на початку 2000-х років коштував 100 млн.

Окрім цих витрат власники нових команд повинні придбати собі гравців належного класу (драфт - розширення), що також приносить клубам певні прибутки.

Питання розширення ліг досить складне і не позбавлене протиріч. Навіщо це робити, коли відпрацьовано стабільний календар ігор, вболівальники і телеглядачі звикли до нього, прибутки зростають? Причини є як внутрішні, так і зовнішні. Перші – це загальне бажання для будь-якого бізнесу збільшити випуск товару на ринок і отримати більші прибутки. Другі – пов'язані зі зростанням попиту і загрозою появи нової ліги. Подібна система контролю ринку також не має аналогів в інших видах бізнесу.

До специфіки спортивного бізнесу в командних ігрових видах професійного спорту слід віднести і принципи розподілу прибутків між командами від продажу квитків та прав на трансляції ігор національним, регіональним і місцевим телекомпаніям.

Практика розподілу прибутків від продажу квитків в елітних лігах суттєво відрізняється. Так, в NFL команда-господар залишає в себе 60% надходжень від продажу квитків, а 40% перераховує команді-суперниці. В MLB це співвідношення складає 90 і 10%. В NBA та NHL всі вилучені кошти залишаються у команди-господаря, за винятком 6%, які відраховуються до бюджетів ліг. В іграх плей-офф (NBA) команда-господар отримує 55% надходжень від продажу квитків, а решта 45% - сама NBA.

До 1961 р. кожний клуб самостійно продавав телекомпаніям права на телетрансляції матчів своєї команди. В 1961 р. ліги добилися від Конгресу США прийняття закону, згідно з яким продаж прав на телетрансляції національним телекомпаніям став їх виключним правом. Прибутки, що отримані від цих контрактів, в NFL, MLB, NBA та NHL розподіляються порівно між всіма командами відповідної ліги. Права на телетрансляції матчів, що не увійшли до національного телеконтракту, клуби самостійно продають регіональним і місцевим телекомпаніям. Ці прибутки повністю залишаються в клубах (Гуськов, Платонов, Линец, Юшко, 2000).

Специфіка спортивного бізнесу тісно пов'язана зі спортивними спорудами, на котрих проводять ігри професійні команди. Команди елітних ліг професійного спорту США, зазвичай, проводять змагання на муніципальних спортивних спорудах, котрі вони орендують на пільгових умовах.

Штат Флорида, керівництво котрого було зацікавлене у розташуванні сильної професійної команди на своїй території, наприкінці 1980-х років став першим штатом, що надав субсидії професійним клубам. У 1991 р. губернатор Флориди затвердив проект, згідно з яким штат гарантує щорічну 2-мільйонну субсидію протягом 30 років всім новоствореним професійним клубам елітних ліг, що розташовані на його території. Цим правом скористалися нові команди MLB та NHL. Слід наголосити, що це не просто добродійність влади штату стосовно професійного спорту, а виважена акція, котра сприяє значному пожвавленню економіки відповідного регіону.

Специфічною особливістю американського спортивного бізнесу є також пільгове застосування до нього антимонопольного законодавства. Контрактна система найму робочої сили, що обмежує соціальні права гравців,

надання лігам виключних прав на прийом команд до ліги або їх переїзд до іншого міста, виключне право команди на територію, особливості продажу, прав на телетрансляції тощо вступає у протиріччя з діючим антимонопольним законодавством. Проте комісії Конгресу США та суди, що неодноразово розглядали ці питання, визнали, що професійні спортивні ліги - це специфічні суб'єкти підприємницької діяльності. Тому зазначені принципи їх функціонування не можуть бути обмеженнями підприємництва в класичному його розумінні, оскільки, на відміну від промислових фірм і корпорацій, команда з будь-якого виду спорту не може "виробити продукцію" без кооперації з усіма іншими командами-суперницями. Пільгове застосування антимонопольного законодавства характерне і для європейської та азіатської моделей професійного спорту.

Специфічною особливістю спортивного бізнесу слід вважати і високий рівень зарплати професіональних спортсменів, тренерів і суддів щодо інших професій. Провідні професіональні спортсмени отримують надзвичайно високі прибутки і вони мають тенденцію до значного зростання.

Американський телекоментатор Д.Мрайнер відмічав, що середній футболіст або бейсболіст мав у 1987 р. зарплату в 20 разів більшу ніж учитель у школі. Так, у середині 1980-х років лише 100 спортсменів провідних північно-американських ліг мали зарплату понад 1 млн доларів на рік, а на початку 1990-х років їх стало уже близько 500, а в сезоні 2003/2004 рр. середня зарплата всіх баскетболістів NBA становила 4 917 000 доларів.

Згідно з дослідженням Forbes, станом на 2013-2014 рр. хокеїсти NHL в середньому отримують менше, ніж гравці NBA і MLB, але більше, ніж футболісти в NFL. Середня зарплата в NBA становить 4,9 мільйона доларів. Найбільш високооплачуваний баскетболіст - Кобе Брайант ("Лос-Анджелес Лейкерс") - 30,45 млн. дол. Мінімальна зарплата - 490,180 тис. дол. У MLB середня зарплата бейсболіста становить 3,82 млн. дол., мінімальна - 500 тис. дол., а найбільш високооплачуваний спортсмен ліги - Кліфф Лі ("Філадельфія") - 25 млн.дол. Середня зарплата хокеїста в NHL дорівнює 2,58 млн. дол., мінімальна - 550 тис. дол. Найбільш високооплачуваний гравець Ліги - Ши Вебер ("Нешвілл") - 14млн.дол. У NFL середня зарплата становить 2 млн. дол., мінімальна - 405 тис.дол, а найбільш високооплачуваний футболіст ліги - Метт Райан ("Атланта Фалконс") - 24,5 млн. дол.разом з бонусами.

Ціни на футболістів на трансферному ринку також кожні п'ять років майже подвоюються. У 1982 р. Д.Марадона коштував 5 млн доларів, Роналдо в 1997 р. - 32 млн доларів, З.Зідан у 2001 р. - 73,5 млн. євро; а **Л. Суарес в 2014 р.- 94 млн.євро.**

За даними американського журналу „Forbes Magazine” 100 найбільш високооплачуваних спортсменів планети заробили за період - з червня 2014 по червень 2015 року - \$ 3,2 млрд, що на 17% більше, ніж роком раніше. Оцінка включала доходи атлетів від професійної діяльності та участі у спонсорських турнірах, рекламних контрактів і власних бізнес-починань. Учасники представляли 10 видів спорту. Найбільша "діаспора" в списку - бейсболісти - налічувала 27 чоловік (табл.1).

Таблиця 1

Заробітки провідних професійних спортсменів світу у 2014-2015 р. (\$ млн.)

№ з/п	С п р т с м е н и	Вид спорту	Заробіт ки
1	Флойд Мейвезер	Бокс	300
2	Менні Пак`ято	Бокс	160
3	Криштіану Роналду	Футбол	79,6
4	Ліонель Мессі	Футбол	73,8
5	Роджер Федерер	Теніс	67
6	Леброн Джеймс	Баскетбол	64,8
7	Кевін Дюрант	Баскетбол	54,1
8	Філ Мікелсон	Гольф	50,8
9	Тайгер Вудс	Гольф	50,6
10	Кобі Брайант	Баскетбол	49,5
63	Володимир Кличко	Бокс	22,5

Високі зарплати спортсменів зумовлені тим, що саме вони є головними дійовими особами професійного спорту і мають право на свою справедливую частку у цьому бізнесі. Окрім того слід враховувати відносну короткочасність спортивної кар'єри професійних спортсменів. У середньому вона триває 5-7 років, а в американському футболі – ще менше, що спонукає спортсменів до боротьби за підвищення зарплати з метою забезпечення свого майбутнього. Зростання зарплат спортсменів зумовлене і специфікою трудових взаємовідносин у професійному спорті. Незважаючи на заходи ліг щодо регулювання ринку робочої сили попит на “зірок” і “мегазірок” зростає, а з ним і зарплата провідних спортсменів.

Останнім часом високі, щодо інших професій, заробітки мають і тренери та спортивні судді.

Зарплата тренера NBA від 5-12 млн.дол/рік. Так Л. Браун у 2005 р. уклав чотирьохрічний контракт з клубом „Нью-Йорк Нікс” (NBA) на суму 32 млн доларів.

Подібні тенденції спостерігаються і в європейському футболі. За даними тижневика France Football середня річна зарплата десяти найбільш високооплачуваних тренерів європейських футбольних клубів у 2005 р. становила 4,11 млн євро. Станом на 2015 р. , португалець Жозе Моурінью - тренер лондонського "Челсі" - найбільш високооплачуваний тренер . Його річний оклад дорівнює 18 мільйонам євро. Щодо українського футболу, то в 2015 р. найбільш високооплачуваним залишається тренер "Шахтаря" Мірча Луческу. Його заробіток оцінено в розмірі близько \$ 5 млн на рік. Ще в 2014 р. номінально найдорожчим тренером в Україні вважався іспанський наставник "Дніпра" Хуанде Рамос з зарплатою \$ 4 млн. У Луческу чистий заробіток тоді був на мільйон менше, але в нього була ще система бонусів, практично порівнювати його з Рамосом.

Суддя-новачок NBA отримує 91 тис.дол/рік, згодом його зарплата зростає до 550 тис.дол/рік.

Найвищу оплату праці серед європейських спортивних суддів мають іспанські рефері. Вони отримують річний оклад 18 000 євро. Окрім цього за обслуговування кожного матчу додатково ще 2 100 євро. На загал суддя вищої категорії заробляє за рік 60-70 тис євро. При цьому переважна більшість іспанських футбольних рефері мають основну професію, а суддівством займаються за сумісництвом.

Зарплата спортсменів-професіоналів залежить не тільки від виду спорту і рівня їхньої майстерності, а й від того, за яку команду вони виступають і яке в них ігрове амплуа. Так, навіть висококласний спортсмен у фінансово малоспроможній команді може заробляти менше, ніж гравець середнього класу, що виступає за багатий клуб, а одного і того ж рівня майстерності хокеїст-форвард буде отримувати більшу зарплату, ніж захисник. Розмір зарплати буде також залежати від іміджу спортсмена в засобах масової інформації та його стосунків з власником команди і тренером.

Отже диференційований підхід до оплати послуг професіональних спортсменів є безумовним законом спортивного бізнесу.

Специфічними особливостями бізнесу у професійному спорті є такі:

- 1. Клуби, команди, спортсмени вступають у конкурентні стосунки лише у процесі змагань. У бізнесі вони не конкуренти, а партнери.**
- 2. Система найму робочої сили "драфт" та контрактна система, що має низку обмежень прав спортсменів ("резерв систем") і навіть вступає у протиріччя з чинним трудовим законодавством і Конституцією США та інших країн.**
- 3. Виключне право клубу (команди) на визначену для нього територію.**
- 4. Правила вступу до ліги (асоціації) нових клубів (команд).**
- 5. Принципи розподілу прибутків між клубами (командами) від продажу прав на телетрансляції ігор та продажу квитків на ігри.**
- 6. Надання в оренду муніципальних спортивних споруд за символічну оплату.**
- 7. Пільгове застосування до професійного спорту антимонопольного законодавства.**
- 8. Високий рівень зарплати професіональних спортсменів, тренерів і суддів щодо представників інших професій.**
- 9. Диференційований підхід до оплати праці професіональних спортсменів.**

16.2. Джерела прибутків у професійному спорті

Професійний спорт - це гігантська галузь індустрії розваг. Найбільш видовищними і прибутковими видами спорту є автоперегони, американський футбол, бейсбол, баскетбол, бокс, боротьба, гольф, кінні скачки, теніс, хокей та ін. Річний обіг коштів в гонках Формула – 1 становить понад 2 млрд доларів. У 2001 р. 11 етапів Гран-прі у європейських країнах відвідали понад 2 млн вболівальників і витратили біля 600 млн. доларів на квитки, проживання, харчування, обслуговування автомобілів тощо. Гран-прі Малайзії у 2001 і 2002 рр. давав місту 120-130 млн. доларів прибутку (Лебедко, 2002).

Одним із основних джерел прибутків, протягом всього періоду існування професійного спорту, є реалізація квитків на змагання. Наприклад, один з найбагатших футбольних клубів світу „Манчестер Юнайтед” у 2003 р. отримав прибуток 251,4 млн євро, у тому числі від продажу квитків і абонементів 101 млн, що 40,2%. Навіть бурхливий розвиток телебачення не позначився негативно на відвідуванні спортивних змагань. Зокрема, в NBA у 1980-х роках середня відвідуваність ігор безперервно зростала. В сезоні 1987/88 рр. ігри команди "Детройт Пістонз" вперше в історії NBA відвідало понад мільйон глядачів. Незважаючи на зростання цін на квитки у 1980-х роках в середньому у 2,5 рази, відвідуваність ігор команд NHL зросла з 10,7 до 13,7; NFL - з 14 до 17,3; NBA - з 9,4 до 18,6; MLB - з 43 до 55 млн чоловік.

Взірцем організації роботи з глядачами можна вважати MLB. Лише в одній з команд ліги відвідуваність змагань у 1990 р. становила менше 2 млн глядачів. У двох команд ліги відвідуваність становила 6,9 млн чоловік. Для порівняння відзначимо, що в сезоні 2004/2005 рр. матчі всіх команд вищої ліги національного чемпіонату футболу відвідали тільки 1,7 млн глядачів.

Досить висока середня відвідуваність характерна для провідних національних чемпіонатів з футболу європейських країн (Рис. 2). Високий рівень відвідуваності Бундеслиги (Німеччина) та позитивна динаміка упродовж останніх трьох сезонів зумовлена як значною конкуренцією між командами, так і зростанням інтересу до футболу внаслідок проведення в Німеччині Кубку світу у 2006 р. Негативна динаміка відвідуваності у Прем'єр-лізі (Англія) пояснюється зниженням конкуренції у боротьбі за звання чемпіона упродовж останніх двох сезонів (незаперечним лідером є „Челсі”) та відносно високою ціною на квитки. Негативну динаміку відвідуваності ігор Серії А президент італійської ПФЛ А.Галліані вбачає у низькій якості сервісу, що надається на стадіонах оскільки більшість з них застарілі і потребують реконструкції. Останнім часом на італійських стадіонах знизився також рівень безпеки не тільки глядачів, а й футболістів та футбольних рефері, що також негативно впливає на відвідуваність матчів.

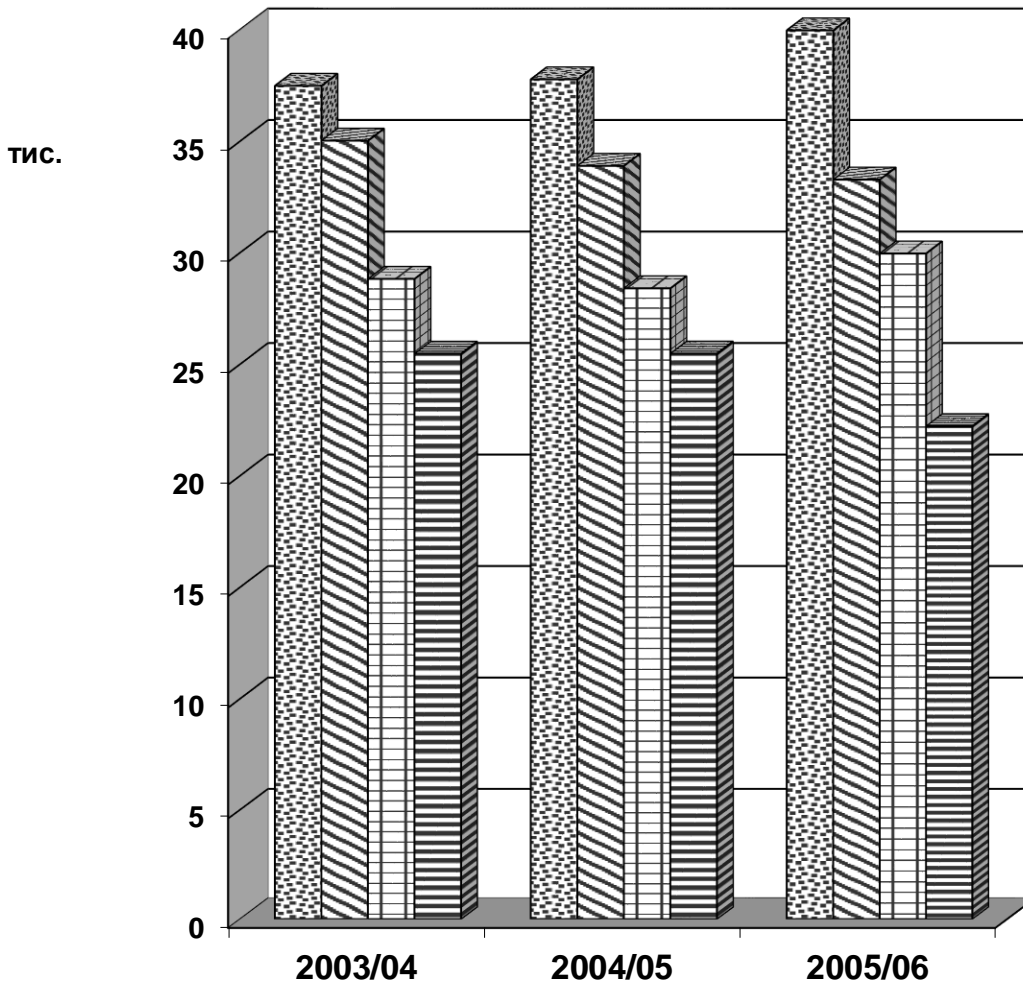


Рис.2. Динаміка середньої відвідуваності матчів національних чемпіонатів з футболу
 ■ Німеччини ▨ Англії ▩ Іспанії ▤ Італії

Відвідуваність змагань обумовлюється багатьма чинниками: кількістю і демографічним складом населення у місті, де розташована команда; популярністю виду спорту; рівнем прибутків переважної більшості населення та цінами на квитки; наявністю в команді зірок та суперзірок; зручністю і комфортністю місць на спортивних аренах; рівнем безпеки для глядачів; додатковими послугами на спортивних аренах тощо. За розрахунками економістів у містах з населенням 900 тис. чоловік середня відвідуваність, наприклад, хокейних матчів може становити близько 8,4 тис. вболівальників на гру. Кожний наступний мільйон жителів (понад 900 тис.) збільшуватиме відвідуваність змагань у середньому на 2 тис. глядачів. Звичайно ж відвідуваність матчів конкретної команди залежатиме переважно від її успіхів у змаганнях.

Проте деякі фахівці вважають, що необов'язково мати добре зіграну і збалансовану команду, яка буде стабільно виступати в чемпіонаті. Потрібно насамперед мати гравця, на якого йдуть глядачі, а телекомпанії показують матчі за його участю. Так за підрахунками фахівців чотирирічне перебування П.Івінга у команді Джорджтаунського університету, у подальшому одного з провідних гравців NBA, принесло навчальному закладові

близько 12 млн доларів, а видатки на нього за цей же час склали лише 50 тис. доларів.

В 1984 р. клуб NHL "Пітсбург Пінгвінз" уклав контракт з М.Лемьйо, котрий став у попередньому сезоні "Найціннішим гравцем" і "Хокеїстом року" юніорської ліги провінції Квебек. Його поява в команді сприяла різкому зростанню проданих сезонних абонементів з двох до п'яти тисяч і загальної відвідуваності домашніх матчів. До появи М.Лемьйо в клубі на матчі приходило в середньому 6839 глядачів, а в сезоні 1984/85 рр. відвідуваність зросла до 15 234 чоловік.

Формування ("розкрутка") майбутніх зірок розпочинається уже під час „драфту”. Активну участь у цьому беруть засоби масової інформації. Так, випускник середньої загальноосвітньої школи, зірка шкільного баскетболу Л.Джеймс завдяки „розкрутці” у засобах масової інформації ще не ставши професійним баскетболістом уклав з компанією „Найк” семирічну рекламну угоду на суму 90 млн доларів.

Найпочеснішим рівнем популярності спортсмена у професійному спорті вважається наречення його прізвищем. Наприклад, в NHL: Моріс Рішар - "Ракета", Бобі Халл - "Винищувач", Шульц - "Кувалда", Уейн Гретцкі - "Великий", Маріо Лемьйо - "Чаклун", Павло Буре - "Російська ракета". Коли суперзірка покидає команду, чи спорт взагалі, це відразу ж негативно позначається не тільки на відвідуваності матчів, а й в цілому на її фінансовому стані. Так, заява кумира вболівальників популярного англійського футбольного клубу "Манчестер Юнайтед" Еріка Кантона про те, що він покидає великий футбол призвела до падіння курсу акцій клубу на Лондонській біржі на 12,5 пенса, що призвело до падіння їх загальної вартості на 8,7 млн фунтів стерлінгів.

На думку фахівців відвідуваність спортивних змагань залежить також від рівня безпеки на спортивних аренах. Наприклад, на арені хокейного клубу „Вашингтон Кепіталс” є навіть своя в'язниця, якою керує поліція округу Колумбія. У кожному проході між глядацькими рядами стоять службовці у фірмовій одежі з написом на куртці „Персонал”, які підказують глядачам як знайти своє місце і слідкують за порядком. Варто комусь порушити громадський порядок як його силоміць виведуть за межі арени. Коли ж хтось сильно сп'яніє або розпочне бійку, його відправлять до в'язниці.

Ціни на квитки коливаються у дуже широкому діапазоні і залежать від популярності команди та рівня комфорту тієї чи іншої арени і місця. Наприклад, ціни квитків на матчі команд NBA на початку 1990-х років коливалися від 2 до 350 доларів. У Філадельфії вони становили 8–30, в Чикаго - 12–175, а в Лос-Анджелесі - 2–50 доларів. Вартість сезонних абонементів на ігри Чикаго Булз в сезоні 2012-2013 рр. становила 1710 - 8100 дол., на одну гру 38-180 дол.

Основою квиткового бізнесу в командних ігрових видах професійного спорту є продаж сезонних абонементів. Так, усі 27 палаців спорту, де виступали команди NBA наприкінці 1980-х років, могли вмістити 463 081 глядача. В сезоні 1989/90 рр. на ці місця було продано 294 400 сезонних абонементів, що становило 63% загальної кількості місць у залах. Це означає, що у вільний продаж перед іграми надійшло лише 37% квитків. В сезоні

2002/2003 рр. клуби „Детройт” і „Лейкерс” реалізували 80% місць на своїх майданчиках через абонементи.

Ще ефективніше організовано продаж абонементів в NHL, де доходи від реалізації квитків складали 60% загальної суми доходів. Тут у вільний продаж надходило тільки 15-20% квитків. В сезоні 2001/2002 рр. 5 клубів NHL („Колорадо”, „Коламбус”, „Даллас”, „Детройт”, „Мінне сота”) реалізували всі квитки на всі домашні матчі. При цьому ціни на квитки у порівнянні з попереднім сезоном зросли в середньому на 1,3%. Високу ефективність роботи з глядачами демонструє англійська Прем’єрліга. В сезоні 2002/2003 рр. матчі її команд відвідували в середньому по 35 570 глядачів, що становило 93,8% від середньої кількості місць на стадіонах де проводилися ігри. Слід відзначити, що понад 75% абонементів на ігри купують різні фірми і корпорації за рахунок статті "ділові зустрічі", а не з власних прибутків їхніх керівників. Ці абонементи потім роздаються безкоштовно постійним клієнтам фірм або їх гостям. Наприклад, відома у США корпорація "Меньюфекчерс ганновер траст" щорічно купувала понад 2000 абонементів на різні спортивні змагання у Нью-Йорку. Окрім цього корпорація орендувала за рахунок статті "ділові зустрічі" розкішні ложі на бейсбольному стадіоні "Дисайент" і в палаці спорту "Медісон сквер гарден", де виступали хокейна команда "Нью-Йорк Рейнджерс" та баскетбольна команда "Нью-Йорк Нікс". На домашній арені хокейного клубу NHL „Вашингтон Кепіталс” по всьому її периметру розташовано біля 200 лож-люксів. За рівнем комфорту вони відповідають висококласному ресторану і номеру у п’ятизірковому готелі. Оренда однієї такої ложі від 100 до 150 тис. доларів за сезон. В середині 1980-х років ця "квиткова афера", як її охрестили журналісти, стала відома податковому управлінню США. Воно відразу ж запропонувало обкласти податком суми, що витрачають корпорації на придбання квитків. Такий захід міг призвести до різкого зменшення прибутків від продажу абонементних квитків. Але адміністрація Р. Рейгана не пішла на загострення конфлікту і залишила все так як і було.

Ще більш вражаючі ціни на оренду приватних лож у європейському футболі. Наприклад, відомий англійський співак Роббі Уільямс у 2003 р. орендував одну з чотирьох приватних лож на стадіоні футбольного клубу „Челсі” на 10 років за 10 млн фунтів стерлінгів. Слід зауважити, що приватні ложі на стадіоні клубу „Челсі” оздоблені панелями з горіхового дерева, централізовано опалюються в холодну пору року, оснащені кондиціонерами та двома великими плазмовими екранами для перегляду телепередач. В ложах встановлено сучасні комп’ютери з виходом в Інтернет і факси. Угода щодо оренди лож передбачає їх використання в якості тимчасових офісів. Окрім цього адміністрація стадіону надає можливість заздалегідь обговорити меню і карту напоїв.

Ціни на квитки у професійному боксі ще вищі. Так їх вартість на поєдинок між чемпіоном світу у важкій ваговій категорії за версією WBA Е.Холіфілдом та чемпіоном світу у цій же ваговій категорії за версією IBF М. Мурером коливалася від 100 до 1000 доларів.

В 2015 р. в Лас-Вегасі відбувся "бій століття" між американцем Флойдом Мейвезером і філіппінцем Менні Пакьяо. За можливість спостерігати за найдорожчим боксерським поєдинком в історії людства глядачі в перших рядах заплатили по 150 тис. доларів. Безпрецедентний випадок - квитки в цей раз продавалися не тільки на поєдинок, але навіть на церемонію зважування боксерів. Вхід був по 10 доларів. Зазвичай він безкоштовний. Але наплив уболівальників теж небувалий. Майже 200 000 людей прийшли подивитися на бій у Лас-Вегасі, ще мільйони глядачів спостерігали телетрансляцію. Вперше з 2009 року її вело відразу два канали - NBO і Showtime. Разом їм вдалося зібрати 300 млн. доларів на підписці.

На відвідуваність змагань впливає низка чинників: престижність виду спорту, реклама та організація змагань, ритуали і церемонії, додаткові послуги перед, під час і після закінчення змагання, комфортність спортивних споруд, ціни на квитки тощо. В США широко розповсюджена думка про престижність спорту. Численні ділові розмови розпочинаються з обміну думками щодо футбольних або баскетбольних матчів. Модним стало обговорення та вирішення ділових питань у басейнах, на тенісних кортах, за грою у гольф та у ложах стадіонів і палаців спорту.

Важливу роль у залученні глядачів на змагання відіграє якісна реклама та організація і проведення самих змагань. Особливо важливу роль відіграє реклама у видах спорту, де змагання проводяться періодично в різних містах (бокс, теніс, легка атлетика тощо). Професійні командні ігрові види спорту мають стабільні календарі і більшість вболівальників заздалегідь знають, коли і де відбудуться ігри їхніх улюблених команд. Тому основна частка рекламних витрат у цих видах спорту припадає на виготовлення кольорових програм, фотографій команд та окремих гравців, які згідно контрактів також зобов'язані проводити рекламну роботу.

Спортивні змагання у професійному спорті супроводжуються численними ритуалами і церемоніями, котрі приваблюють глядачів своєю барвистістю і є своєрідними засобами ідейно-психологічного впливу. Продемонструємо це на прикладі хокейного клубу NHL „Вашингтон Кепіталс” коли він проводить матчі на власній арені „Ем-Сі-Ай-Центр”. Кожний матч це своєрідне шоу і над його постановкою окрім хокейних команд працює спеціальний підрозділ клубу. Важливого значення надається музичному оформленню матчу. Музику для „підзаводки” глядачів відбирають два звукооператори на основі інформації про її популярність фахівців однієї з радіостанцій міста. Головна вимога – пізнаваність, захоплюючий ритм, потужний драйв і привабливість для різних категорій слухачів.

У кожного матча-шоу свій сценарій, своя інтрига. Наприклад, в один з вечорів хокеїсти гостьової команди виходять на ковзанку у повній темряві, а світло вмикається лише коли на арену починають виїжджати хокеїсти „Кепіталс”. Інколи замість прожекторів можуть бути спалахи феєрверка. Іншим разом повне освітлення до початку матчу і проведення якихось урочистих церемоній.

Перед кожною грою виконується державний гімн з солістом, хором, або навіть військовим оркестром. Глядачі підспівують стоячи і приклавши праву руку до серця.

Коли шайбу закидають хокеїсти „Кепіталс”, звукооператори вмикають сирену, а потім бравурний роковий програш. Коли ж господарі пропускають шайбу наступає гробова тиша.

Важливого значення у професійному спорті надається роботі з глядачами. Власники спортивних споруд поділяють їх на такі категорії: ті, що не відвідують змагань; відвідують випадково; відвідують декілька разів на рік; часто відвідують; постійні вболівальники (мають абонементи). Особливої уваги надають першим трьом категоріям. Для підвищення зацікавленості глядачів застосовують різноманітну рекламу і концерти популярних виконавців перед грою; проводять зустрічі спортсменів з мешканцями мікрорайонів; надають право ввести м'яч або шайбу в гру власникові квитка, на який випав виграш у лотереї, розігрують цінні призи в лотереї квитків тощо.

Багато уваги надається створенню комфортних умов на спортивних аренах: зручні місця, чистота, різноманітні і якісні додаткові послуги (продаж продуктів харчування, напоїв, сувенірів тощо), доброзичливе ставлення обслуговуючого персоналу та інше.

Важливе місце у боротьбі за глядача має політика цін на квитки. Враховуються як ціни на квитки в інших командах ліги, так і можливості конкуренції за глядача з альтернативними засобами заповнення дозвілля людей, у тому числі й з іншими видами професійного спорту. Власники команд і спортивних споруд розуміють, що надто великі ціни на квитки відштовхнуть численних глядачів, так само як і надто дешеві квитки не принесуть значних прибутків. Порівняно з театрами ціни на спортивні видовища у 2-3 рази нижчі, що значною мірою сприяє підтриманню високого рівня відвідуваності змагань професійних спортсменів.

В 1934 р. MLB вперше продала права на радіотрансляцію матчів "Світової серії" компанії "Форд" за 100 тис. доларів. Слід відзначити, що окрім бейсболу в 1930-ті роки транслювалися по радіо і поєдинки боксерів. Телебачення вперше показало на своїх екранах спорт у 1939 р., коли телекомпанія Ен-бі-сі здійснила трансляцію матчу з американського футболу між командами "Бруклін доджерс" та "Філадельфія іглс". В 1940 р. телекомпанія Ен-бі-сі платила по 2500 доларів за право трансляції футбольного матчу. Але трансляції змагань по телебаченню на той час носили епізодичний характер.

Лише після другої Світової війни в бюджетах футбольних та бейсбольних команд з'являється нова перспективна стаття прибутків, що відіграє значну роль у розквіті футбольного та бейсбольного, а врешті і всього спортивного бізнесу - продаж прав телекомпаніям на телетрансляції спортивних змагань. У 1952 р. кожна команда NHL отримувала 52 тис., в 1960 р. - 200 тис., в 1972 р. - 1,6 млн, а наприкінці 1980-х рр. - близько 17 млн доларів тільки від національних телекомпаній. Тут не враховані грошові надходження від місцевих і регіональних телекомпаній. Англійська Прем'єр-ліга у 2001-2003 рр. щорічно отримувала по 367 млн фунтів стерлінгів від компанії BS-ку-В за право телетрансляцій футбольних матчів її клубів.

Французька перша футбольна ліга отримувала на початку 2000-х рр. від продажу прав на телетрансляції ігор 51% її загального річного прибутку.

Спочатку телетрансляції негативно позначилися на відвідуваності змагань, а отже й на прибутках від продажу квитків. Тому власники команд не були зацікавлені у розширенні обсягів телетрансляцій аж до початку 1960-х років. В 1961 р. Конгрес США прийняв закон, який дозволяв професійним лігам продаж прав на трансляцію не окремих ігор, як було раніше, а більшості ігор в пакеті. Це значно зміцнило позиції ліг у стосунках з телебаченням і сприяло суттєвому зростанню прибутків від нього. Прибутки, що отримують ліги і команди від телекомпаній, значною мірою гарантовані, оскільки контракти укладаються на досить тривалий час (в середньому 3-5 років). Важливо і те, що прибутки від продажу прав на телетрансляції матчів мають тенденцію до значного зростання, тоді як ціни на квитки на ті ж змагання зростають значно повільніше. Наприклад, за період з 1971 до 1998 рр. середня вартість квитка на футбол зросла в 5 разів, а вартість прав на телетрансляції матчів команд NHL зросла більше ніж у 20 разів.

В NBA з 1970 по 1985 р. вартість прав на телетрансляції ігор також зросла більше ніж у 20 разів. Широкий прорив NBA на телебачення сприяв значному зростанню популярності професійного баскетболу в США та далеко за їх межами. Наприклад, матч "Всіх зірок" 1997 р., котрий проводився на честь 50-річчя NBA, дивилися 600 млн глядачів. Трансляція велась у 172 країнах світу на 41 мові. Зростання популярності у свою чергу сприяло зростанню відвідуваності матчів та зростанню у подальшому цін на право їх трансляції по телебаченню. В середині 1990-х років частка прибутків від продажу прав на телетрансляції в NFL зросла до 65%, в MLB - до 55%, в NBA - до 40% і тільки в NHL вона не перевищила 20% від загальної суми прибутків.

На відміну від NBA, MLB та NFL хокейна ліга має відносно невеликі прибутки від продажу прав на телетрансляції матчів. Для цього є об'єктивні причини. Справа у тому, що хокей залишається в США поки що регіональною грою, яка більш популярна у північно-східних штатах країни. У зв'язку з цим хокей транслює переважно кабельне телебачення, а отже глядацька аудиторія значно менша. Очевидно, що саме потребами телеринку зумовлена останнім часом політика NHL щодо розташування команд у південно-західних штатах.

Професійний спорт має від телебачення не тільки безпосередні, а й опосередковані прибутки. Так трансляція матчів англійського, італійського, іспанського чемпіонатів та Ліги чемпіонів УЄФА на азійський континент сприяли тому, що європейський футбол знайшов своїх споживачів. В багатьох країнах Азії відкриті мережі магазинів „Реал”, „Ліверпуль”, „Манчестер Юнайтед” та ін., котрі приносять великі прибутки.

Велика частка прибутків від телебачення має й зворотню сторону. Ліги все більше починають залежати від національних телекомпаній. Наприклад, в Італії на вимогу телекомпаній Ліга змушена була змінити календар національного чемпіонату з футболу. З 1997 р. головні матчі з неділі виносяться на інші дні тижня, чого в історії футболу Італії раніше не бувало. Проте проведення матчів конкретного туру в різні дні тижня дозволяє зібрати більшу аудиторію телеглядачів (Клещев, 1997). Окрім цього посилюється конкуренція з боку інших видовищних форм організації дозвілля. Усвідомлюючи це,

керівники професійних ліг і клубів наприкінці 1980-х років минулого століття стали вдаватися до послуг фахівців у сфері маркетингу для пошуку нових джерел прибутків (Платонов, 1998).

Сучасний маркетинг трактується як метод, ідеологія і філософія підприємництва, як основа для прийняття рішень, котрі приводять діяльність організації (ліга, клуб) у відповідність до потреб ринку (Ван ден Эйде, 1989). Оскільки маркетинг орієнтований насамперед на ринок, то і всі дії мають відповідати побажанням замовника (споживача) з урахуванням можливостей конкурентів. Маркетинг як універсальна концепція ліги (асоціації) включає такі аспекти:

- розробка концепції маркетингу: визначення мети, стратегічних напрямів і тактичних планів діяльності в сфері розважального бізнесу;
- сприйняття ідеї маркетингу спортивними клубами (командами);
- професійна реалізація цієї ідеї з урахуванням можливостей клубу та місця його розташування.

Розробка концепції маркетингу має включати низку провідних критеріїв спортивного бізнесу (Гуськов, 1995; Мічуда, 1995).

1. Планування пакету послуг, що включає основні заходи та додаткові послуги і розваги перед, під час і після основних.
2. Визначення можливостей вірогідних конкурентів.
3. Оцінка демографічних характеристик, способу життя та інших параметрів населення (комплексна сегментація ринку глядачів).
4. Вивчення рівня поінформованості потенційних глядачів і "знаку" їхнього сприйняття (позитивний, негативний, не визначений) спортивних заходів.
5. Створення комплексного образу спортивного заходу на основі сукупності його компонентів (команди, спортсмени, зірки та суперзірки, традиції тощо).
6. Планування реклами спортивного заходу залежно від складу основної і потенційної глядацької аудиторії та можливостей використання різних засобів масової інформації.
7. З'ясування ринкових цін та собівартості послуг. Надто високі ціни на квитки та додаткові послуги без урахування потенційних можливостей глядачів так само як і надто низькі - призведуть до зменшення прибутків.
8. Планування заходів заохочення участі глядачів (розігриш цінних призів і сувенірів по вхідних квитках; організація торгівлі сувенірами, напоями, гамбургерами, тютюновими і кондитерськими виробами, фотографіями спортсменів з автографами; надання місць для паркування автомобілів на час матчу; знижки вартості квитків на колективні відвідування тощо).
9. Якісно-кількісна оцінка заходу (кількість і характеристика глядачів, результати групових опитувань щодо якості отриманих послуг тощо).

У практиці спортивного маркетингу найкращим середовищем для поширення рекламної інформації та інших послуг зацікавленим глядачам є спортивне змагання. Для цього застосовується реклама на спортивних спорудах, на спортивній екіпіровці, у назві певних турнірів тощо. Самі спортсмени також виступають носіями реклами.

Одним з найбільш ефективних місць розташування реклами є спортивні споруди. Досвід рекламної діяльності елітних ліг північно-американського

професійного спорту (NFL, MLB, NBA, NHL) свідчить, що найчастіше рекламуються продукти харчування, товари широкого вжитку і послуги бізнесу, роздрібна торгівля (табл. 2.). У другій половині 1990-х років на 95 спортивних спорудах цих ліг було розташовано 5000 елементів реклами понад 1000 різних фірм-спонсорів. Найбільше представництво мали компанії “Кока-Кола”, “Анхойзер-Буш” і “Пепсі-Кола”. Саме ці компанії вкладають великі кошти як у професійний, так і в олімпійський спорт.

Таблиця 2.

Рекламні написи на спортивних спорудах, %

Види рекламних написів	Ліги			
	MLB	NBA	NFL	NHL
Харчові продукти, напої	37	40	45	34
Товари широкого вжитку, послуги	22	24	26	26
ЗМІ, комунікації	15	12	13	14
Послуги бізнесу	13	12	9	14
Роздрібна торгівля	13	12	7	12

Підкреслюючи важливу функцію реклами у спонсорстві, фахівці називають її рекламно-спонсорською діяльністю. Професійні ліги, клуби, спортсмени охоче рекламують продукцію певних фірм, а ті, у свою чергу, щедро оплачують ці послуги. Наприклад, мадридський футбольний клуб „Реал” у 2004 р. уклав восьмирічний рекламно-спонсорський контракт з фірмою „Адідас”, згідно якого він отримає від неї 180 млн євро та ще 50% від суми вартості кожної проданої футболки з його емблемою. Та щедрість пояснюється тим, що для підвищення дієвості реклами потрібний контакт з великою і різноманітною аудиторією. Спорт надає таку можливість, будучи ідеальним посередником, котрий сприяє проникненню реклами у маси. Швидке поширення рекламно-спонсорської діяльності у професійному спорті пояснюється саме тим, що на відміну від класичної реклами характерним для неї є не прямі, а опосередковані контакти з великою аудиторією глядачів. На думку психологів такий спосіб подачі реклами є більш ефективним, ніж класична реклама. Підприємці це добре розуміють і вкладають великі кошти в рекламно-спонсорську діяльність.

Широкої популярності у професійному спорті набула рекламно-спонсорська діяльність у формі індосаменту. Фірми укладають персональні угоди з певними спортсменами, імена яких, на їхню думку, асоціюються у споживачів з продукцією фірми і будуть сприяти кращій її реалізації. Наприклад, японський автомобільний концерн “Ніссан” збільшив за рік продаж своїх автомобілів на 14% завдяки рекламному контрактові з провідним японським бейсболістом І.Сузукі.

У 1990-х роках ХХ ст. серед альтернативних телебаченню джерел фінансування американського професійного спорту все більшої значущості стало набувати спортивне ліцензування.

Під ліцензуванням у професійному спорті розуміється продаж підприємцям прав на застосування символіки ліги, клубу (емблема, назва команди, портрет чи ім'я гравця тощо) у своїх інтересах. Між лігами, клубами, спортсменами з одного боку та виробниками з іншого укладаються угоди, згідно з якими останні за певну винагороду отримують право розташування відповідної символіки на своїх товарах. Зазвичай ціна ліцензованого товару вища за ціну такого ж товару без відповідної символіки на 10-15%, із яких від 3 до 9% відраховується лігам, клубам чи певним спортсменам. За повідомленнями засобів масової інформації у 1996 р. NBA отримала від ліцензування товарів 2,6 млрд доларів прибутку. Результати досліджень свідчать, що кожний долар, який вкладається у ліцензійну програму, приносить прибуток 3-5 і навіть більше доларів. Тому професійні ліги, асоціації, команди і окремі спортсмени надають великої уваги ліцензуванню. За даними журналу "Фактешл уорлд" продаж ліцензованих спортивних товарів збільшився з 5,5 млрд у 1985 р. до 20,0 млрд доларів наприкінці 1990-х років.

Ця тенденція спостерігається не лише у північно-американському, а і в європейському професійному спорті. Керівники Європейських ліг очікують суттєвої активізації індустрії ліцензійних товарів. З цього приводу уряд Португалії прийняв навіть спеціальний законопроект, що був спрямований на захист комерційних прав пов'язаних з проведенням у цій країні у 2004 р. чемпіонату Європи з футболу. Його мета – підтримка офіційного бренду, торгових знаків і ліцензованих товарів, які повинні бути легально захищені від всіх форм піратської діяльності.

Сьогодні більшість американських фахівців вважають спортивне ліцензування одним з найперспективніших джерел прибутків професійних ліг і команд оскільки інші джерела практично вичерпані. Доречно відзначити, що і МОК у своїх економічних програмах надає великої уваги розширенню саме цього напрямку комерційної діяльності.

Важливим напрямом підвищення ефективності ліцензійних програм є залучення до цієї роботи професійних ліцензійних агентств. В них працюють кваліфіковані фахівці. Вони добре знають тонкощі міжнародного ліцензування, і високо оцінюють свої послуги. За посередницьку роботу ліцензійні агентства вимагають до 25-30% річних прибутків від ліцензій. Проте, очевидно, це вигідно, оскільки не найбагатша у професійному спорті ліга - NHL користується послугами подібних агентств.

Слід також відмітити, що ліцензування є не тільки вагомим і перспективним джерелом фінансування професійного спорту. Воно допомагає підтримувати певний імідж виду спорту, ліги, команди серед вболівальників і широкого загалу населення, що, у свою чергу, позитивно позначається на успішності спортивного бізнесу в цілому.

Важливим джерелом прибутку у професійному спорті є дохід від концесії спортивних споруд. Концесії палаців спорту та інших спортивних споруд – це продаж підприємцям права здійснювати торгівлю товарами чи

послугами на їхній території перед початком і під час матчу та безпосередньо після його закінчення. Не може бути продаж закусок, напоїв, тютюнових виробів, сувенірів тощо. Наприклад, під час пересічної гри хокейної команди "Нью-Йорк Рейнджерс" в палаці спорту "Медісон сквер гарден" загальний прибуток від концесій становить близько 80 тис. доларів. Враховуючи те, що команда проводить на своєму майданчику 41 гру регулярного чемпіонату NHL, сумарний прибуток за сезон становитиме понад 3 млн доларів (Гуськов, 1995). Розмір прибутку від концесій залежить від того, чи сам клуб здійснює торгівлю товарами широкого попиту на спортивній споруді, чи надає це право торгівельним фірмам з відрахуванням певної частки від продажу до бюджету команди. Слід наголосити, що надання різноманітних послуг безпосередньо на спортивних аренах позитивно впливає і на відвідуваність змагань.

Суттєвий дохід мають клуби і від паркування автомашин глядачів на час проведення матчу. Вартість паркування становить 2-8 доларів. В NBA та NHL команди мають прибуток з цього джерела близько 1 млн доларів за сезон. Клуби будують автостоянки поблизу спортивних споруд і на час матчів дозволяють паркування на них тільки тим, хто має квиток на змагання. Власники абонементів фешенебельних лож мають на клубних автостоянках закріплені за ними на весь сезон місця паркування автомобілів. Ця послуга приносить не тільки додаткові прибутки, а й суттєво сприяє розширенню реалізації квитків.

Наступним джерелом прибутків є продаж атрибутики клубів: значки, вимпели, прапорці, краватки, шалі, косинки, шапочки, шарфи та інші сувеніри. Продаються також фотографії гравців з їхніми автографами, плакати, буклети, відеокасети з записами ігор тощо. Зокрема, англійський футбольний клуб „Манчестер Юнайтед” у 2000-му році отримав 23,6 млн фунтів стерлінгів від продажу товарів з клубною символікою та інших дрібних торгових операцій.

Клуби, котрі володіють сучасними спортивними спорудами, отримують також прибутки від здачі їх в оренду.

Цікаву статтю про прибутки віднайшли підприємці з Франції, організатори чемпіонату світу-98 з футболу. Вони пропонували увічнити своє відвідування головної арени чемпіонату "Стад де Франс" за 250 франків. За цю суму працівники стадіону гравірували прізвище кожного, хто цього бажав, на бронзовій плиті, котра розташована біля входу на стадіон. Аналогічні послуги, але за меншу ціну, можна було отримати і на інших стадіонах, де відбувалися матчі чемпіонату світу-98.

Продаж гравців до інших команд в окремі сезони також дає деякі доходи. Це джерело прибутків успішно використовують голандські, бельгійські та деякі інші футбольні клуби. В елітних клубах такі доходи, як правило, не плануються, оскільки на місце проданих гравців необхідно купувати інших.

Доходи команд поповнюються також з центральних фондів ліг, проценту на капітал, що вкладено до банку тощо. Наприклад, кожен з 32 футбольних клубів, що брали участь у груповій стадії європейської Ліги чемпіонів в сезоні 2004/05 рр., отримав від УЄФА лише за вихід в число тридцяти двох по 1,62 млн євро, премії за кожний проведений матч в групах (по 324 тис.), премії за результати на груповому етапі (324 тис. за перемогу, 162 тис. за нічию), премії за вихід до 1/8 фіналу (1,62 млн), 1/4 фіналу (1,95 млн) і

до 1/2 фіналу (2,6 млн) Окрім того, переможець Ліги чемпіонів отримував 6,5 млн, а той хто програв у фіналі – 3,9 млн євро. Клуби також отримали додаткові кошти від продажу прав на телетрансляції та інших джерел. Клубний чемпіон Європи англійський „Ліверпуль” поповнив свій бюджет на 30,6 млн євро, а фіналіст турніру – на 26 млн.

До несистематичних прибутків в американському професійному спорті слід віднести кошти, що надходять до ліг при вступі до них нових команд, компенсації за поступку території тощо.

Прибутки у професійному спорті отримують з таких джерел:

- 1. Продаж квитків.**
- 2. Продаж прав на радіо- та телетрансляції ігор.**
- 3. Рекламно-спонсорська діяльність.**
- 4. Комерційно-ліцензійна діяльність.**
- 5. Концесії спортивних споруд.**
- 6. Паркування автомашин глядачів на час ігор.**
- 7. Продаж атрибутики клубів та видавничої діяльності.**
- 8. Надання спортивних споруд в оренду.**
- 9. Продаж гравців.**
- 10. Надходження з центральних фондів ліг.**
- 11. Процент на капітал, що вкладений до банку.**

16.3. Статті видатків у професійному спорті

Видатки у командних ігрових видах професійного спорту залежать від особливостей того чи іншого виду спорту.

Найбільші видатки у професійному спорті пов'язані з зарплатою гравцям. Вони становлять від 40 до 75% загальної суми доходів. На початку 1980-х років відбувається формування спортивної еліти, зарплата якої у 2-3 і більше разів вища за середню у лігах. "Рекордсменом" серед професіональних спортсменів за величиною зарплати станом на 2005 р. є один з найпопулярніших спортсменів 1990-х років, баскетболіст команди "Чікаго Булз" М.Джордан. Згідно з контрактом на 1997/98 рр. він отримував зарплату 36 млн доларів на рік.

З метою врівноваження конкурентоспроможності команд і регулювання заробітної плати гравців між власниками клубів і Асоціацією професійних гравців укладається Колективна угода, в яких визначається частка доходу Ліги, яка відраховується на заробітну плату гравців. Так, внаслідок п'ятимісячного локауту в NBA було укладено нову Колективну угоду, розраховану на 10 років. Нові умови угоди більш вигідні для власників клубів. Частка доходів ліги, що йде на зарплати гравцям, скорочена з 57% до 49-51%, що ближче до рівня NFL і MLB. З початком дії угоди власники будуть економити \$ 250 млн на рік.

Окрім зарплати клуби виплачують гравцям професійних ліг різні премії: за вихід до плей-офф; за перемоги в 1/8, 1/4, 1/2 та у фіналі плей-офф; за збільшення відвідуваності матчів команд тощо. Окрім грошових винагород переможці Кубка NBA та NHL, наприклад, отримують спеціальні золоті перстні

з діамантами. Такого ж призу удостоюються баскетболісти, котрі попали до числа 50-ти найкращих гравців в історії NBA. Суттєвих видатків потребує і оплата перебування дітей гравців у платних дитячих закладах, доплати до пенсій батькам пенсійного віку тощо.

Розмір зарплати гравця залежить від його спортивної кваліфікації, популярності, досвіду, стажу, ігрового амплуа, впливовості агента, що веде його фінансові справи, та фінансового стану команди. Наприклад, в NHL її середня сума найвища у воротарів, потім у центральних форвардів.

Залежно від величини зарплати сума податку на неї складає від 21 до 48% в США і до 50% у Канаді. Окрім того спортсмен після укладання контракту сплачує своєму агенту 10-15% від суми контракту. Тому реальна зарплата професіональних спортсменів значно нижча за суми, що публікуються у пресі.

Значні витрати у професійному спорті пов'язані з оплатою суддівства ігор. Наприклад, в NBA судді-новачки отримують зарплату 75 тис. доларів у перший рік суддівської кар'єри, а в подальшому - до 99 тис. доларів. Найбільш кваліфіковані арбітри з великим стажем роботи отримують 300 і більше тисяч доларів на рік.

Суттєвих видатків у професійному спорті потребують адміністративні витрати (зарплата спортивних функціонерів, тренерів, обслуговуючого персоналу, утримання офісів тощо). Вони мають тенденцію до зростання. З середини 1970-х до середини 1990-х років ці витрати зросли з 14 до 20% загального прибутку (Гуськов, 1995). Наприкінці 1990-х років вони зросли до 25%.

Зарплата тренерів значно нижча, ніж гравців відповідної ліги, але вона також має тенденцію до зростання. Наприклад, на початку 1990-х років зарплата головних тренерів NBA становила 100-400 тис. доларів на рік, а наприкінці 1990-х років зросла більш ніж у два рази, а у 2000-х роках сягає кількох мільйонів доларів. Як і гравці, тренери NBA мають найвищу, серед наставників елітних ліг професійного спорту, зарплату. Найбільш високооплачуваним тренером NBA наприкінці 1990-х років був Рік Пітіно, який уклав 6-річний контракт на суму 40 млн. доларів з клубом "Бостон Селтікс". Одночасно (1998 р.) легендарний тренер, єдиний в NHL, хто приводив до перемог у Кубку Стенлі три різні команди, Скотті Боумен отримував лише 970 тис. доларів на рік.

Значну суму в бюджетах команд становлять транспортні видатки. Наприклад, в NHL наприкінці 1990-х років транспортні видатки становили 1,0-1,5 млн доларів на сезон. Вони залежать від кількості гравців у команді та відстані переїздів. Кількість гравців у кожному виді спорту чітко регламентована. Найменша чисельність команди в баскетболі, що дає змогу клубам економити кошти за цією статтею. Відстань переїздів залежить від розташування команд та систем розіграшу чемпіонатів. Ліги жорстко тримають у своїх руках права на розташування команд, а також намагаються знайти такі системи розіграшу, котрі стимулювали б інтерес глядачів і давали змогу економити кошти на турнірних переїздах. Так всі елітні ліги у північно-американському професійному спорті поділені на конференції та дивізіони за територіальною ознакою.

Всі витрати на час поїздки на гру клуб бере на себе. Сюди окрім транспортних видатків входить оплата житла та харчування гравців.

Ліги і клуби не шкодують коштів на придбання сучасного інвентаря, обладнання, спортивної екіпіровки тощо. Найбільші видатки за цією статтею несе NHL.

Значних видатків потребує оренда спортивних споруд. Найбільша орендна вартість спортивних споруд у хокеї. Вона становить понад 500 тис. доларів на сезон. Оренда ковзанки для тренувальних занять становить понад 100 доларів за годину. Тому не дивно, що більшість команд NHL з метою економії коштів тренуються на приміських спортивних базах.

Суттєвих видатків потребує також реклама спортивних заходів в засобах масової інформації. Наприклад, у NHL на зв'язки з громадськістю та рекламу витрачається близько 200-250 тис. доларів на рік. Щоб зменшити видатки на неї професійні ліги розробляють стабільні календарі змагань і більшість потенційних глядачів заздалегідь знають коли і де буде виступати їх улюблена команда. Тому основна частка рекламних видатків у цих видах спорту припадає на виготовлення кольорових програм та буклетів, рекламних роликів для телебачення тощо.

Асоціації спортсменів MLB, NFL, NBA та NHL добилися створення пенсійного і медичного фондів відповідних ліг. **Фінансування цих фондів здійснюють переважно клуби.** Пенсійні фонди фінансуються також Асоціаціями гравців та шляхом відрахувань від міжнародних зустрічей.

Команди здійснюють також оплату страхування гравців. Серед інших професійних видів спорту гравці NHL мають найкращі умови оплати травмованих спортсменів. Вони отримують за цей період середню зарплату за контрактом.

Ліги також здійснюють фінансування спортивних програм: дотації на утримання команд в нижчих лігах (фарм-ліги, фарм-клуби), пошук новобранців, зйомки навчальних та інших фільмів, виготовлення атрибутики тощо. Всі елітні північно-американські професійні ліги, окрім NBA, частково утримують нижчі ліги, де готується поповнення кваліфікованими гравцями. На початку 1990-х років клуби NHL на утримання фарм-клубів витрачали по 0,5-1,0 млн доларів на рік, а деякі клуби MLB - до 1,5-2,5 млн. Тільки NBA комплектується за рахунок студентського баскетболу, та частково провідними гравцями з іноземних країн. У командних видах європейського професійного спорту всі клуби, згідно статутів ліг, повинні здійснювати підготовку спортивного резерву. Зокрема згідно останніх вимог ФІФА і УЄФА до заявок футбольних клубів повинна входити певна кількість гравців, котрих виховано у відповідному клубі.

Значних видатків потребує також сплата федеральних та місцевих податків. Їхня величина залежить від податкового законодавства країни, де функціонує конкретна ліга.

Величина видатків залежить від особливостей певного виду професійного спорту. Проте статті видатків у більшості видів професійного спорту подібні:

- Зарплата спортсменів - понад 50% загального прибутку;
- Адміністративні видатки - близько 25% загального прибутку;
- Транспортні видатки;
- Оплата житла та харчування гравців у матчах на виїзді;
- Придбання устаткування, інвентаря, спортивної форми тощо;
- Оренда спортивних споруд, або їх утримання;
- Витрати на рекламу;
- Внески до пенсійного та медичного фондів;
- Оплата страхування гравців;
- Фінансування спортивних програм.;
- Сплата федерального та місцевих податків.

Рекомендована література

Основна:

1. Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.
2. Гуськов С. И. Профессиональный спорт в США / Гуськов Г. И. // Спорт за рубежом. – 1990. – № 10. – С. 10–11.
3. Гуськов С. И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Киев : КГИФК, 1991. – 46 с.
4. Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професіонального спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези III Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.
5. Линець М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в Європі / Михайло Линець, Володимир Артюх // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 24–26.
6. Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>
7. Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.
8. Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.
9. Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання

студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.

10. Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.

11. Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.

12. Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

13. Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода // Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>

14. Профессиональный спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

15. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линець М. М. // Матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет-конференції (20-21 грудня 2016 р.) «Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі. – Дніпро, ЛДФКіС, 2016. – С.176-178.

Допоміжна:

1. Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

2. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1995. – 296 с.

3. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 24(193). – 13 июня.

4. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 25(194). – 20 июня.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>

2. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>

3. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>

4. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>

5. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>

Тема 17. Системи змагань у професійних видах спорту.

1. Чинники економічної ефективності систем змагань у професійному спорті.
2. Порівняльний аналіз систем змагань в NBA, MLB, NFL та NHL.
3. Системи змагань в інших видах спорту (тенісі, боксі, велоспорті, автоперегонах, легкій атлетиці).

17.1. Чинники економічної ефективності систем змагань у ПС

На даний час у спорті вищих досягнень склалися дві принципово відмінні системи змагань. В олімпійському спорті вони спрямовані на якомога об'єктивніше визначення переможців, відбір і підготовку до участі у Олімпійських іграх та на забезпечення умов для досягнення щонайліпших спортивних результатів. Натомість системи змагань у професійному спорті зорієнтовані переважно на отримання прибутків, оскільки він є різновидом комерційної діяльності. Виходячи саме з цього у професійному спорті розробляються календарі змагань і вдосконалюються системи їх проведення (Платонов, Гуськов, Линець, 2000).

Ідеальна система змагань мала б бути такою, щоб з першого і до останнього старту сезону не можливо було б передбачити, хто стане переможцем. Це стимулювало б зацікавленість до змагань широких кіл глядачів, засобів масової інформації, спонсорів, рекламодавців тощо, а отже сприяло б зростанню прибутків. Саме такі системи проведення змагань сформувалися упродовж багатьох десятиліть у професійному спорті і продовжують безперервно вдосконалюватися (Гуськов, 1988; Линець, 1999; Шахов, 2002 та ін.). Як уже відмічалось у розділі 5.1. в елітних професійних лігах функціонують комітети з правил змагань, головним завданням яких є розробка пропозицій щодо підвищення їх видовищності.

Отже висока конкурентна боротьба і непередбачуваність переможця є першою ключовою ознакою економічної ефективності систем змагань у професійному спорті.

Однією з ключових ознак систем змагань у професійному спорті є стабільність календаря. Дати, місце і час проведення змагань залишаються незмінними протягом багатьох років. При збільшенні команд в лігах, чи розширенні кількості турнірів, вони заздалегідь широко інформують

потенційних глядачів про зміни календаря змагань. Це сприяє суттєвому збільшенню глядачів на змаганнях, а отже і зростанню прибутків.

Таким чином стабільність календаря є другою ключовою ознакою систем змагань професійних спортсменів.

На відміну від олімпійського спорту, де спортсменові достатньо успішно виступити в кількох стартах на рік, у переважній більшості видів професійного спорту потрібно з року в рік протягом 7-9-ти місяців безперервно брати участь у напружених змаганнях. Саме змагальна діяльність є своєрідним "продуктом", який виробляє професійний спорт. Від кількості і якості цього "продукту" і будуть врешті-решт залежати прибутки всіх людей, що задіяні у професійному спорті. Тому фахівці ведуть невпинний пошук оптимальної кількості змагань в тому чи іншому виді спорту, та оптимальної кількості стартів для конкретного спортсмена. Наприклад, в NBA та NHL тривалий час команди, незалежно від їх кількості в лігах проводять по 82 гри за сезон в межах регулярних чемпіонатів ліг.

Отже наступним важливим чинником ефективності систем змагань є визначення оптимальної кількості стартів протягом одного сезону.

Для підвищення економічної ефективності системи змагань необхідно також звести до мінімуму транспортні видатки на переїзди спортсменів (команд), що пов'язані з участю у змаганнях. З цією метою клуби (команди) відповідної ліги поділяються на групи (конференції) за територіальною ознакою (Платонов, Гуськов, Линець, 2000; Шахов, 2002 та ін.). Наприклад, в NBA та NHL – Східна і Західна конференції. У свою чергу конференції поділяються на підгрупи (дивізіони) з кількох (4-8) команд і також за територіальною ознакою. Зокрема, в сезоні 1998/99 рр. NHL замість чотирьох утворила шість дивізіонів. Команда "Торонто Мейпл Лівз" переведена з Центрального до Північно-Східного дивізіону, що зменшило відстань її турнірних переїздів майже на 10 тис. миль за сезон. Це дозволило не тільки заощадити кошти на переїздах, а й зменшити витрати часу на них. Останнє надає можливість ущільнити календар змагань, а також вивільнити час на відновлення і тренування. Окрім того давно відомо, що комерційно вигідними є матчі-дербі (зустрічі між командами одного міста, або такими, що географічно близько розташовані). Регламент змагань у регулярних чемпіонатах NBA та NHL передбачає найбільшу кількість зустрічей з командами власного дивізіону, середню – з командами сусідніх дивізіонів і найменшу – з командами іншої конференції, які розташовані на більшій відстані від перших. Це дає двояку вигоду. По-перше економію коштів і часу на турнірних переїздах, а по-друге – збільшення відвідуваності змагань, оскільки вболівальникам команд-суперниць доволі легко добиратися на ігри в сусідні міста. Щоправда, це знижує об'єктивність визначення переможців, але сприяє вирішенню мети професійного спорту – підвищення його економічної ефективності.

Отже четвертим чинником підвищення ефективності систем змагань є економія коштів і часу на турнірних переїздах.

У більшості професійних видів спорту змагання проводяться за змішаною системою - коловою та "плей-офф" (з вибуванням команди, що програла, або за спеціальною системою "посіву" спортсменів у турнірі). На першому етапі

розігрується регулярний чемпіонат за коловою системою, а на другому - визначається володар Кубка відповідної ліги за системою плей-офф. Наприклад, в NBA та NHL до плей-офф виходять по вісім команд зі Східної та Західної конференцій за сумою набраних у регулярному чемпіонаті очок. Але перевага надається чемпіонам дивізіонів у регулярному чемпіонаті. Коли у якомусь дивізіоні команда, котра посіла друге місце за загальною сумою очок буде другою і серед всіх команд своєї конференції, вона отримує тільки четвертий номер у рейтингу команд, котрі виходять до плей-офф (Табл. 1.). Перші три місця поділять між собою чемпіони дивізіонів, а решта команд розташуються згідно до набраних очок.

Таблиця 1.

Клуби Східної конференції NHL, які за підсумками регулярного чемпіонату 2001/2002 рр. вибороли право участі у розіграші Кубка Стенлі

№ з/п	Клуби	Набрані очки в чемпіонаті
1	„Бостон Брюїнз”	99*
2	„Філадельфія Флайерс”	95*
3	„Кароліна Харікенс”	88*
4	„Торонто Мейпл Лівз”	96
5	„Оттава Сенаторз”	94
6	„Нью-Йорк Айлендерс”	92
7	„Нью-Джерсі Девілз”	91
8	„Монреаль Канадієнз”	87
* – чемпіони дивізіонів		

Пільги для чемпіонів дивізіонів мають важливе значення для турнірної боротьби у плей-офф. Зокрема, в командних ігрових видах північно-американського професійного спорту краща команда конференції в 1/8-й розіграшу Кубка зустрічається з командою, котра посіла останнє місце серед учасників плей-офф цієї конференції. Окрім цього при рівному рахунку зустрічей, наприклад 3:3, вирішальний матч проводиться на полі команди, котра має вищий рейтинг у регулярному чемпіонаті. Зазначені пільги спонукають команди до безкомпромісної боротьби у регулярному чемпіонаті, а це у свою чергу сприяє зростанню зацікавленості до змагань глядачів, засобів масової інформації, спонсорів, рекламодавців. Аналогічні заохочення передбачаються і системами змагань в інших видах професійного спорту. Наприклад, в гірськолижному спорті спортсмени, котрі входять до першої десятки у певній дисципліні за підсумками виступів у попередніх змаганнях, мають право вибору стартового номера. В тенісі сітки "посіву" гравців на певному турнірі формуються у відповідності з рейтингами АТР та WTA. Завдяки цьому у перших колах турніру сильні гравці зустрічаються з менш кваліфікованими спортсменами. Ніж ближче до фіналу турніру, тим вища

імовірність зустрічі у черговому колі гравців, котрі мають високий рейтинг у світовій класифікації.

Отже п'ятим чинником підвищення економічної ефективності систем змагань - є створення пільгових турнірних умов для команд і спортсменів, котрі на попередніх етапах змагань чи у попередніх турнірах мали вищий рейтинг.

Це сприяє підвищенню зацікавленості глядачів, бо саме цих спортсменів, саме ці команди вони хотіли б бачити на вирішальній стадії змагань. До певної міри це справедливо і чисто зі спортивної точки зору. Саме той спортсмен і саме та команда, котрі протягом всього сезону показують високі і стабільні спортивні результати у найбільшій мірі заслуговують на перемогу і на адекватну винагороду.

Системи змагань у професійному спорті скеровані на отримання якомога більшого прибутку.

До ключових ознак економічної ефективності систем змагань належать:

- Створення передумов до високої конкурентної боротьби і непередбачуваності переможця від початку сезону (турніру) до його закінчення;
- Стабільність календаря змагань протягом багатьох років;
- Визначення оптимальної кількості стартів (матчів) протягом одного сезону;
- Економія коштів і часу на турнірних переїздах;
- Створення пільгових умов для команд і спортсменів, котрі на попередніх етапах змагань чи у попередніх турнірах мали вищий рейтинг.

Слід наголосити, що поряд з загальними рисами систем змагань у кожному виді професійного спорту є свої особливості, котрі відображають його специфіку.

17.2. Порівняльний аналіз систем змагань в НБА, ГБЛ, НФЛ та НХЛ

Система змагань Національної баскетбольної асоціації (NBA)

Регулярний чемпіонат NBA триває близько шести місяців - з кінця жовтня до кінця квітня. 30 команд поділені на дві конференції за територіальною ознакою: Східна – 15 команд і Західна – 15 команд (за станом на 2006 р.). У свою чергу конференції поділяються на дивізіони. **Східна конференція:** Атлантичний дивізіон 5 команд, Центральний дивізіон – 5 команд, Північно-Східний регіон – 5 команд. **Західна конференція:** Південно-Західний дивізіон – 5 команд, Північно-Західний дивізіон – 5 команд, Тихоокеанський дивізіон – 7 команд.

В межах регулярного чемпіонату NBA команди проводять по чотири гри з командами свого дивізіону, по 3-4 гри - з командами сусіднього дивізіону і по дві гри - з командами дивізіонів іншої конференції, що в сумі становить 82 гри. Окрім цього кожна команда проводить по 8-10 показових ігор за сезон. Команди, котрі виходять до плей-офф проводять ще від 4-7 (ті, що вибувають в

першому раунді) до 16-28 ігор (ті, що зустрічаються у фіналі). Окрім цього провідні баскетболісти ліги проводять матчі "Всіх Зірок" і "Кращих новачків" та міжнародні зустрічі. Ігри регулярного чемпіонату проводяться за коловою системою. Менша кількість ігор з командами віддалених дивізіонів дозволяє заощадити кошти і час на турнірних переїздах. Окрім цього різна кількість ігор з різними командами ліги не дає вичерпної відповіді щодо реальної сили тієї чи іншої команди, котра завоювала право взяти участь у розіграші Кубка NBA за системою плей-офф. Це підігриває інтерес глядачів і засобів масової інформації до завершальної стадії змагань сезону.

Плей-офф ввели в сезоні 1946/47 років. В розіграші Кубка NBA беруть участь команди, котрі посіли з першого по восьме місця у своїх конференціях за підсумками регулярного чемпіонату (табл. 7.2.). Місця команд визначаються за відсотковим співвідношенням перемог і поразок в регулярному чемпіонаті. Перше-третє місце у конференції посідають чемпіони дивізіонів за ліпшим співвідношенням перемог і поразок у регулярному чемпіонаті. Місця с 5 по 8 розподіляються також за ліпшим співвідношенням перемог і поразок у регулярному чемпіонаті серед інших команд конференції.

В плей-офф команди спочатку у трьох раундах визначають переможців конференцій, а потім у четвертому раунді між переможцями конференцій визначається володар Кубка NBA. Окрім додаткових прибутків від продажу квитків, прав на телетрансляції матчів плей-офф тощо, команди розігрують ще й призовий фонд від ліги, що безперервно зростає (8,75 млн доларів у сезоні 2002/03 рр.; 8,875 – у сезоні 2003/04 рр.; 9,0 – у сезоні 2004/05 рр.).

У кожному раунді плей-офф перемагає та команда, котра першою виграє чотири матчі. Отже для визначення переможця команди повинні провести не менше чотирьох і не більше семи зустрічей. Зустрічі проводяться за такою схемою: дві перші – на майданчику команди, котра мала вищий рейтинг за підсумками регулярного чемпіонату; дві наступні – на майданчику команди-суперниці; п'ята і шоста зустріч (в разі необхідності) проводяться на майданчику вищої за рейтингом команди, а шоста – на майданчику її суперниці. За цією ж схемою проводиться фінальна зустріч між переможцями у конференціях. Проведення двох матчів поспіль на майданчиках команд-суперниць економить кошти і час на турнірних переїздах.

З метою стимулювання до безкомпромісної боротьби в регулярному чемпіонаті командам, котрі посіли високі місця (1-4) у своїх конференціях, надаються пільги у фінальній частині змагань. Як видно з рис 1, команди, котрі посіли перші місця у своїх конференціях („Майамі" і „Фінікс"), зустрічаються у першому раунді плей-офф з командами, котрі посіли восьмі місця („Нью-Джерсі" і „Мемфіс"). Команди, що посіли другі і треті місця, зустрічаються відповідно з командами, що посіли сьомі і

Нью-Джерсі (8) - 0	Майамі - 4	
	Вашінгтон - 0	
Чікаго (4) - 2		
Вашінгтон (5) - 4		Майамі - 3
		Детройт - 4
Детройт (2) - 4		
Філадельфія (7) - 1	Детройт - 4	
	Індіана - 2	
Бостон (3) - 3		Детройт - 3
Індіана (6) - 4		Сан-Антоніо - 4
Західна конференція		
Фінікс (1) - 4		
Мемфіс (8) - 0	Фінікс - 4	
	Даллас - 2	
Даллас (4) - 4		
Хьюстон (5) - 3		Фінікс - 1
		Сан-Антоніо-4
Сан-Антоніо(2) - 4		
Денвер(7) - 1	Сан-Антоніо - 4	
	Сіетл - 2	
Сіетл (3) - 4		
Сакраменто (6) - 1		

Рис. 1 Турнірна сітка розіграшу Кубка NBA сезону 2004/2005 рр.

Примітка: Цифри в дужках після назви команд - місця команд в конференціях за підсумками регулярного чемпіонату NBA сезону 2004/ 2005 рр.

шості місця. Це, звичайно, полегшує їм вихід до наступного раунду плей-офф, оскільки вони зустрічаються зі слабшими, на даний час, командами. Окрім цього вищі за рейтингом команди мають ще одну перевагу. В разі нічиєї за підсумком шести зустрічей (3:3), вирішальна зустріч проводиться на майданчику команди, котра мала вищий рейтинг у регулярному чемпіонаті. В іграх плей-офф нічийні результати не допускаються регламентом змагань. За рівного рахунку в основний час зустрічі призначаються овертайми (додаткові скорочені тайми) і гра продовжується до перемоги однієї з команд.

Подібна система змагань застосовується і в жіночій баскетбольній асоціації (WNBA).

Після закінчення першої половини регулярного чемпіонату проводиться „Матч всіх зірок NBA” між збірними командами Східної та Західної конференцій. Стартові склади команд зіркового матчу визначають не тренери, а

вболівальники шляхом інтернет-голосування упродовж першої половини регулярного чемпіонату NBA. Зокрема, у 2005 р. переможцем своєрідних виборів став китайський баскетболіст, а нині гравець команди „Хьюстон” Яо Мін. Він набрав 2 558 278 голосів, що є абсолютним рекордом NBA. Попередній рекорд належав легендарному баскетболістові Майклу Джордану за котрого у 1997 р. проголосувало 2 451 136 вболівальників. Всім відомо, що Яо Мін не є найкращим баскетболістом, але у нього дуже потужна підтримка як місцевої китайської діаспори, так і вболівальників з Китаю. Отже на прикладі формування складів „Зіркових команд” зайвий раз видно, що у професійному спорті головною є не спортивна, а комерційна складова. Глядачі з більшим задоволенням підуть на матч, або будуть дивитися його по телебаченню, коли в ньому братимуть участь обрані ними спортсмени. Наприклад, матч „Всіх зірок NBA” 2003 р. транслювався у 212 країнах світу на 41 мові. Ця зустріч зібрала телеаудиторію 3,1 млрд глядачів. Завдяки участі у матчі Яо Міна зустріч транслювали чотири китайські телекомпанії.

Шоу під назвою „Матч всіх зірок NBA” проходить упродовж двох днів. У перший день проводиться матч кращих новачків NBA у якому зустрічається команда баскетболістів, котрі працюють в лізі перший рік з командою баскетболістів, котрі виступають в лізі другий рік. Окрім цього між кращими гравцями Східної та Західної конференцій проводяться різноманітні конкурси. Найпопулярнішим у глядачів є конкурс з виконання кидків м'яча в кошик зверху (слем-данк). Компетентне журі із п'яти видатних баскетболістів оцінює кидки конкурсантів у балах. Найвища оцінка 50 балів. Чим видовищніший кидок, тим більше балів отримає баскетболіст. Наприклад, у 2005 р. у цьому конкурсі переміг дебютант ліги Д.Сміт із команди „Атланта”. У вирішальному кидку він посадив на стілець перед щитом форварда „Денвера” К.Мартіна, з розгону перестрибнув цю перешкоду і двома руками зверху закинув м'яч у кошик. Кожний з учасників виконує п'ять кидків по чергово. За перемогу в конкурсах призначаються грошові винагороди в сумі 25-30 тис доларів.

Значною популярністю користується також конкурс трьохочкових кидків. Кожному учасникові конкурсу надається по 10 кидків.

У 2003 р. було запроваджено два нових конкурси. Дриблінг з обводкою стійок, пас – прийом м'яча і кидок з-під кошика. Оцінюється швидкість виконання вправи за умови попадання м'яча в кошик. Другий конкурс – матч між командами Захід-Схід, до яких входять по чотири гравці: видатний гравець ліги у минулому + діючий зірковий гравець + баскетболістка з WNBA + популярний актор. Гра проводиться на один кошик упродовж 8 хвилин. У 2005 р. цей конкурс було модернізовано. Команди склалися з трьох учасників: зірка NBA, новачок WNBA, популярний представник шоубізнесу. Команди змагалися у тому, котра швидше закине в кошик встановлену кількість м'ячів. Коли який конкурс втрачає популярність, його модернізують або замінюють новим.

На другий день проводиться зірковий матч між найліпшими, на думку вболівальників, баскетболістами Східної та Західної конференцій. В останні роки частіше у цих матчах перемагають спортсмени Західної конференції. Але головним є не спортивний результат, а видовищність гри. Тому дії

баскетболістів скеровані не стільки на спортивну ефективність, скільки на видовищність.

З метою стимулювання зацікавленості глядачів та визначення вкладу кожного гравця в досягнення команди в NBA розроблена детальна структура компонентів змагальної діяльності. Більше ніж у 200-х компонентах змагальної діяльності реєструються і широко висвітлюються рекорди NBA (Рыжков, 1990). При цьому з кожного компоненту змагальної діяльності проводиться ретельний підрахунок досягнень як всіх гравців, так і всіх команд. Найбільш популярні такі компоненти змагальної діяльності:

- кількість набраних гравцем очок за один матч;
- кількість очок за сезон;
- загальна кількість очок за період виступів в NBA;
- середній показник кількості очок за одну гру в сезоні;
- кількість результативних передач: за одну гру, в середньому за одну гру в сезоні, загальна за сезон;
- кількість підборів м'яча біля щита: загальна, біля свого щита, біля щита суперника, за одну гру, за спортивну кар'єру;
- кількість перехоплень м'яча: за гру, за сезон, в середньому за одну гру в сезоні;
- кількість блок-шотів (накривання м'яча зверху в момент виконання кидка по кошику): за одну гру, за сезон, в середньому за одну гру в сезоні;
- ігровий час (час, що провів гравець на майданчику): за сезон, в середньому за одну гру в сезоні, за спортивну кар'єру;
- відсоток попадань зі штрафних: за одну гру, за сезон, в середньому за одну гру в сезоні;
- відсоток попадань з гри: за одну гру, за сезон, в середньому за одну гру в сезоні;
- відсоток попадань 3-очкових кидків: за одну гру, за сезон, в середньому за одну гру в сезоні;
- кількість результативних передач: за одну гру, за сезон, в середньому за одну гру в сезоні;
- кількість ігор, що провів гравець за сезон та за спортивну кар'єру;
- кількість безпрограшних матчів підряд;
- кількість перемог на своєму майданчику;
- кількість перемог на майданчику суперників;
- найменша кількість поразок;
- найбільша кількість перемог з рахунком понад 100 очок;
- ліпше співвідношення перемог до поразок.

Зміст компонентів змагальної діяльності спеціально оговорюється у контрактах і за певних умов гравцям виплачуються додаткові винагороди. Наприклад, в контрактах гравців команди "Нью-Йорк Нікербокерс" передбачалося, що коли гравець набирає за гру 20 і більше очок його зарплата зростає на 50 000 доларів, коли гравець проводить на ігровому майданчику в середньому 30 хв. за гру (ігровий час матчу в NBA становить 40 хв.), то його зарплата зростає на 100 000 доларів за рік.

З кожного з названих компонентів змагальної діяльності визначаються абсолютні переможці за всю історію NBA, а також кращі серед діючих спортсменів. Наприклад, найбільше сезонів (21) та найбільшу кількість ігор в NBA (1 611) провів Роберт Періш, найвищу результативність за кар'єру показав Карім Абдул Джаббар (38 387 очок в регулярному чемпіонаті і 5 762 – у плей-офф), найвищий процент попадання зі штрафних кидків належить Ріку Берру (90%), найбільшу кількість очок в одному сезоні набрав Уолт Чемберлен (сезон 1961/62 рр. – 4 029 очок, в середньому 50,4 очка у кожній з проведених 80 ігор). Найтитолованішими тренерами є Ред Ауербах і Філ Джексон. Перший у 1950-1960 рр. виграв дев'ять Кубків NBA з командою „Бостон Селтікс”, а другий також виборов дев'ять перемог у 1990-2000 рр. При тому він робив це тричі по три рази підряд з командами „Чикаго Буллз” та „Лос-Анджелес Лейкерс”. У Ф.Джексона також найліпший відсоток перемог (74%) за час тренерської кар'єри в NBA.

Досягнення спортсменів, команд і тренерів широко рекламуються і з великим успіхом використовуються для популяризації баскетболу та підвищення інтересу до нього у глядачів, засобів масової інформації, спонсорів та рекламодавців.

По закінченні фінальної серії плей-офф журналісти, тренери, менеджери та інші представники NBA визначають володарів індивідуальних призів. Титул найціннішого гравця (MVP) регулярного чемпіонату присуджується в процесі голосування функціонерів NBA та представників клубів (по три від кожного). Визначається також найліпший гравець фінальної серії (MVP Finals), найліпший новачок сезону, найліпший гравець захисного плану, взірцевий гравець, найліпший 6-й гравець, гравець, який добився найбільшого прогресу, а також найліпший тренер сезону. За підсумками сезону формуються дві символічні збірні NBA: по два захисники, одному центровому і два форварди у кожній. Тренери команд NBA складають дві п'ятірки найбільш майстерних гравців оборони. До них входять не за ігровим амплуа, а за результативністю в захисті.

Журналісти обирають дві п'ятірки символічних збірних NBA з баскетболістів, котрі найбільш активно співпрацюють з пресою та найбільш комунікабельного тренера.

Останнім часом досвід проведення змагань в NBA запозичила федерація баскетболу Європи (ФІБА) адаптувавши його до традицій Старого Світу. У зв'язку з падінням інтересу до Кубка європейських чемпіонів його було скасовано. Натомість створено Євролігу, до якої залучено найбільш сильні, титуловані та багаті клуби. Успіх Євроліги перевершив очікування. Потужна підтримка спонсорів, рекламна кампанія, велика кількість телетрансляцій підняли турнір в ранг одного з найпопулярніших. Євроліга з баскетболу за популярністю вийшла на друге місце в Європі після футбольної Ліги чемпіонів.

Досвід NBA стосовно системи змагань частково запозичила і федерація баскетболу України.

Система змагань Головної бейсбольної ліги

До складу MLB входять Американська і Національна бейсбольні ліги. У свою чергу кожна ліга складається з двох дивізіонів. Дві команди ("Монреаль Експос" і "Торонто-Блю-Джейс") розташовані в Канаді, а решта – в містах США (у Нью-Йорку, Лос-Анджелесі і Чикаго – по дві команди).

Регулярний чемпіонат MLB розпочинається в лютому і закінчується в жовтні. Це один з найбільш напружених календарів змагань у професійному спорті. Спочатку виявляються переможці ліг за коловою системою. Переможці ліг розігрують так звану "Всесвітню серію" ("Уорлд Сіріес") із семи ігор для визначення кращої команди MLB. Переможця "Всесвітньої серії" нарікають титулом чемпіона світу, нагороджують перехідним Кубком і грошовим призом.

Проведення "Всесвітньої серії" є надзвичайно важливою подією в житті американського суспільства. За звичай "Всесвітню серію" відкриває президент США або сенатор. Ігри "Всесвітньої серії" користуються надзвичайною популярністю. Телетрансляції ведуться на всю територію США, а також у країни, де культивується бейсбол. Спортивний інвентар та атрибутика з автографами переможців "Всесвітньої серії" продаються по ціні, що у 5-8 разів перевищує звичайну їх вартість.

Після закінчення "Всесвітньої серії" проводиться матч "Всіх Зірок" ("All Star"). Склади зіркових команд Американської і Національної ліг комплектуються на основі голосування тренерів команд та журналістів, котрі висвітлюють професійний бейсбол у засобах масової інформації.

Система змагань Національної хокейної ліги

За даними NHL 2002 р. правила гри в хокей у лізі та Міжнародній лізі хокею на льоду (ЛІХГ) мають біля 50 розбіжностей. Всі вони спрямовані на підвищення видовищності гри. Головні з них два: розміри майданчика в NHL менші міжнародних; у ЛІХГ немає червоної лінії, що зумовлює застосування правила офсайду, а в NHL є.

Система змагань в NHL подібна до системи розіграшу Кубка NBA. До складу NHL входить 30 команд, котрі за територіальною ознакою поділені на дві конференції - Східну і Західну (станом на сезон 2005/2006 рр.). У свою чергу кожна конференція поділяється на три дивізіони. **Східна конференція:** Північно-Східний дивізіон – 5 команд; Атлантичний дивізіон – 5 команд; Південно-Східний дивізіон – 5 команд. **Західна конференція:** Центральний дивізіон – 5 команд; Тихоокеанський дивізіон – 5 команд; Північно-Західний дивізіон – 5 команд.

Змагання проводяться у два етапи. З жовтня і до середини квітня проходить регулярний чемпіонат NHL за коловою системою. В регулярному чемпіонаті команди проводять по 82 зустрічі. Згідно Колективної угоди (2005 р.) команди проводять по 32 зустрічі з клубами свого дивізіону (8 з кожною), по 40 зустрічей з іншими клубами своєї конференції (4 з кожною) і по 10 зустрічей за жеребом з командами іншої конференції. Отже, це ще більше ніж в NBA дозволяє економити кошти і час на турнірних переїздах, оскільки 72 з 82 ігор команди проводять з близько розташованими суперниками. Це також підвищує

можливості міграції вболівальників команд, що може сприяти зростанню відвідуваності матчів.

З метою підвищення видовищності у регулярному чемпіонаті в разі нічийного результату в основний час призначається один овертайм тривалістю 5 хв. На майданчик виходять по чотири польові гравці. Гра припиняється після першої забитої шайби. Коли і в овертаймі жодна команда не доб'ється успіху призначається по три буліти (штрафні кидки). В разі нічиєї команди продовжують виконувати по одному буліту до перемоги якоїсь з них. Переможець отримує одно очко.

Різна кількість зустрічей між різними командами у регулярному чемпіонаті (8 і 4 з командами своєї конференції та 1 і то не з усіма командами іншої конференції) не дозволяє об'єктивно оцінити реальну силу команд, котрі вийшли до плей-офф. Це підвищує зацікавленість глядачів, засобів масової інформації, спонсорів та рекламодавців до другого етапу змагань - розіграшу Кубка Стенлі. До розіграшу Кубка Стенлі виходять по вісім команд з кожної конференції (табл. 7.1.). "Посів" команд в сітці ігор плей-офф проводиться за такою ж системою як в NBA (табл. 7.2.). Всі раунди плей-офф (1/8, чвертьфінал, півфінал і фінал) складаються із серій по сім ігор (до чотирьох перемог). Отже команди-фіналісти Кубка Стенлі проводять за сезон 82 гри в регулярному чемпіонаті і від 16 (при перемогах у всіх раундах з рахунком 4:0) до 28 ігор (при перемогах з рахунком 4:3) в серіях плей-офф. Ігри плей-офф проводяться за такою ж схемою як в NBA: дві перші, п'ята і шоста (за необхідності) – на майданчику команди, котра мала вищий рейтинг у регулярному чемпіонаті, а третя, четверта і шоста – на майданчику команди-суперниці. Отже чемпіони дивізіонів та команди, котрі за підсумками регулярного чемпіонату мають вищий рейтинг, отримують турнірні пільги. Ігри в плей-офф ведуться до перемоги. За нічийного результату в основний час призначаються овертайми тривалістю 20 хв. Боротьба продовжується до забитої шайби. Наприклад, у 2000 р. 3-й чвертьфінальний матч між командами „Пітсбург” і „Філадельфія” закінчився через 7 годин після його початку. Чистий ігровий час склав 152 хв. Найдовший матч в історії NHL відбувся у 1936 р. між командами „Детройт” і „Монреаль” – 176 хв 30 с чистого ігрового часу. Напередодні сезону, у вересні, команди проводять по 8-10 показових тренувальних зустрічей. Після першої половини регулярного чемпіонату в середині січня проводиться також матч "Всіх Зірок" NHL. Ідея його проведення виникла у 1947 р., коли відбулася зустріч між володарем Кубка Стенлі командою „Торонто Мейпл Лівз” та збірною командою NHL. З 1969 р. стали проводити матч ”Всіх зірок” між збірними командами хокеїстів Східної і Західної конференцій (Белозеров, 2003). У формуванні зіркових складів команд беруть участь функціонери, тренери, представники засобів масової інформації, котрі висвітлюють ігри NHL, та глядачі. Спочатку директорат Ліги публікує список хокеїстів, котрі, на його думку, заслуговують зіграти у матчі „Всіх зірок”. Але це жодним чином не регламентує можливості хокейних вболівальників голосувати за того гравця, який їм більш подобається. У подальшому за кількістю набраних голосів за кожним ігровим амплу визначаються стартові п'ятірки польових хокеїстів і воротаря збірних команд конференцій. Тренерами збірних команд призначаються наставники клубів,

котрі лідирували у регулярному чемпіонаті у своїх конференціях. Право вибору решти гравців надається тренерам.

За відмову гравця від участі у зірковому матчі без поважної причини накладається грошовий штраф. Практично єдиною поважною причиною для відмови від участі у матчі може бути лише травма.

До 1998 року в "зірковому" матчі зустрічалися кращі хокеїсти Східної і Західної конференцій. Коли інтерес до цих зустрічей почав спадати, у 1998 році NHL запровадила нововведення – матч "Всіх зірок Північної Америки" проти "Зірок NHL – вихідців з Європейських країн". У 2003 р. знову повернулися до формату Схід-Захід. Свято триває три дні. В перший день на лід виходять жіночі хокейні збірні Канади та США. Ці матчі проводяться з 1989 року і користуються великою популярністю у глядачів. Їх відвідують понад 10 000 вболівальників. На другий день за традицією першими на лід виходять ветерани - "Герої" міста де проводиться матч "Всіх Зірок" проти ветеранів - "Героїв NHL". Гра складається з двох періодів по 15 хв. Це захоплююче шоу. У багатьох хокеїстів на светрах закріплюються мікрофони, так що глядачам чути розмови між ними під час гри.

Після поєдинку ветеранів проводяться конкурси серед учасників матчу "Всіх Зірок" в окремих дисциплінах.

- Контроль шайби. За системою прямого вибування хокеїсти в парах виконують дриблінг з веденням шайби і обводкою стійок.
- Гонка на швидкість. Почергово хокеїсти виконують забіг по периметру хокейного майданчика. Рекорд NHL 13,813 сек. належить М.Габорику.
- Кидки на силу з дистанції 9,5 м по пустих воротах. Рекорд NHL у цій вправі належить Боббі Халлу - швидкість польоту шайби 118 миль на годину.
- Кидки по воротах, у яких стоять воротарі, з відстані 6,5 м. По шість гравців від команди. Ліміт часу – 12 секунд. Кидки виконують по два спортсмени одночасно.
- З відстані 6,5 м з 6-ти спроб розбивання шайбами тарілок, що закріплені у кутах воріт.
- Буліти – кожному голкіперові по шість булітів.

Конкурсні вправи час від часу змінюються, або вводяться нові.

Серед вболівальників розігрується право (за вхідними квитками) здійснити певний кидок вартістю у 5 млн доларів.

На третій день проводиться матч "Всіх Зірок". Розважальна програма розпочинається за дві години до початку матчу: відомі співаки, балет на льоду, матч юних хокеїстів. Водночас на електронному табло демонструються ролики з записами виступів гравців, що увійшли до складів команд "Всіх Зірок". Лише після цього настає апогей триденного свята – матч "Всіх Зірок" NHL. Всі ігри проводять штатні судді NHL. Матчі "Всіх Зірок" NHL користуються величезною популярністю. Наприклад, у 2003 р. зірковий матч транслювався у 217 країнах світу.

Як і в NBA, в NHL розігрується велика кількість командних та індивідуальних призів в окремих елементах змагальної діяльності, що

безумовно є важливим стимулом зростання спортивної майстерності гравців та засобом популяризації хокею.

Найпопулярнішими з них є такі:

- Кубок президента – нагороджується команда-переможець регулярного чемпіонату. Засновано у сезоні 1985/86 рр. Окрім кубку переможець отримує чек на 350 000 доларів.
- Кубок Арта Росса – нагороджується найцінніший гравець регулярного чемпіонату за системою гол + пас. Колишній тренер-менеджер клубу „Бостон Брюїнз” Артур Хоуї Росс подарував кубок Лізі.
- Приз Моріса Рішара – нагороджується хокеїст, який закинув найбільшу кількість шайб. Засновано у 1999 р. на честь легенди північно-американського хокею, гравця, який першим в NHL закинув 50 шайб за сезон, 50 шайб у 50 матчах та 500 шайб за кар’єру.
- Приз „Уільям Дженнінгс Трофі” – нагороджується воротар, який пропустить найменшу кількість шайб. Засновано Радою власників клубів NHL у сезоні 1981/82 рр. на честь президента клубу „Нью-Йорк Рейнджерс”, який багато зробив для розвитку хокею.
- Приз „Везіна-Трофі” – найкращому воротареві – найбільше перемог і матчів у яких не пропустив жодної шайби.
- Кубок Принца Уельського – вручається найліпшій команді Східної конференції. Кубок подарував NHL у 1924 р. його величність, принц Уельський. Спочатку вручався за підсумками регулярного чемпіонату, а з сезону 1993/94 рр. – за підсумками ігор плей-офф.
- Кубок Кларенса Кемпбелла – вручається найліпшій команді Західної конференції. Заснований у 1968 р. президентом NHL 1946-1947 рр. Кларенсом Кемпбеллом. Спочатку також вручався за підсумками регулярного чемпіонату, а з 1982 р. – за підсумками ігор у плей-офф.

Окрім названих, розігруються також переможці у таких номінаціях.

- Найліпший захисник.
- Найліпший новачок.
- Найліпший форвард оборонного плану.
- Найцінніший гравець плей-офф (гол + пас).
- Рекордсмен плей-офф за кількістю переможних шайб.
- Джентльмен Ліги (найменша кількість штрафного часу).
- Найліпший тренер сезону.
- Взірець лідера на майданчику і за його межами.
- За відданість хокею і спортивний характер.
- Найліпший гравець за версією хокеїстів.

Реєструються та широко висвітлюються різноманітні найвищі абсолютні досягнення в лізі, за кар’єру в NHL, за сезон тощо. Наприклад, найбільшу кількість сезонів (26) провів в лізі легендарний Горді Хоу, а найбільшу кількість матчів відстояв на „0” воротар з українським корінням Террі Савчук – 103 за кар’єру.

Характерною рисою системи змагань в NHL є також стабільність календаря проведення ігор. Зміни в календарі відбуваються лише при вступі до

ліги нових команд, переїзді команди до іншого міста або зміні формату регулярного чемпіонату з метою економії коштів і часу на турнірні переїзди. Але і в цих випадках ліга заздалегідь широко оповіщає потенційних глядачів про те коли, де і о котрій годині відбудеться кожна гра.

Система змагань Національної футбольної ліги

До складу NFL входить 31 команда. Команди ліги розташовані у 29 містах США. У Нью-Йорку і Лос-Анджелесі розташовано по дві команди. Як і в інших командних ігрових видах професійного спорту клуби поділені на дві конференції (Національну і Американську) за територіальною ознакою. Кожна конференція складається з трьох дивізіонів.

Напередодні сезону команди проводять по чотири показові гри. Чемпіонат NFL складається також з двох етапів. Спочатку команди беруть участь в регулярному чемпіонаті NFL і визначають переможців конференцій за коловою системою. В NFL відносно короткий сезон змагань - всього чотири місяці. За цей час команди проводять по 16 зустрічей. Ігри проводяться у неділю.

З 1990 року NFL запровадила розіграш Суперкубку за системою плей-офф. В розіграші Суперкубку беруть участь по шість найсильніших команд від кожної конференції. Спочатку за системою плей-офф визначаються переможці конференцій, які у серії з двох матчів розігрують Суперкубок.

В 1980-1990-х роках керівництво NFL значно активізувало свою діяльність на міжнародній арені. Американські команди щорічно виїжджають у країни Європи та в Японію для проведення показових зустрічей. В 1991 році NFL створила також Міжнародну лігу американського футболу з 10 команд (6 – американських і 4 – європейських, що розташовані в Лондоні, Мілані, Барселоні і Франкфурті). Засновниками цієї ліги стали 26 із 31 власників клубів NFL. Окрім цього в Європі створена Євроліга з американського футболу, яка проводить змагання за системою, що подібна до системи змагань в NFL.

На відміну від NHL, Національна футбольна ліга не має штатних арбітрів. Змагання обслуговують понад 100 арбітрів. В залежності від категорії арбітри отримують зарплату від 500 до 2500 доларів за гру.

Однією з вимог до суддів, котрі залучаються до обслуговування матчів команд NFL, є як мінімум 10-річна практика суддівства, у тому числі не менше п'яти років на рівні студентських команд або професійних команд нижчих ліг.

Якість суддівства визначається фахівцями спеціального відділу NFL на основі аналізу відеозаписів ігор. Для обслуговування ігор плей-офф відбираються арбітри з найвищими оцінками. Арбітри, котрі припустилися помилок в суддівстві, переводяться для обслуговування ігор фарм-ліг. Коли вони повторно припускаються помилок, то у подальшому не залучаються до проведення ігор NFL.

Річна зарплата окремих суддів, котрі обслуговують матчі команд NFL, досягла шестизначних цифр. Окрім цього вони отримують компенсацію за транспортні витрати, харчування та проживання в готелях. Вони також мають повне страхування стану здоров'я.

Контакти суддів з гравцями поза межами стадіонів суворо забороняються. Судді повинні літати іншими рейсами і не мають права проживати в готелях, де зупиняються команди, що прибувають на матчі.

До суддів також ставляться високі вимоги стосовно фізичної підготовленості. Щорічно вони проходять спеціальне тестування в тренувальному таборі, зокрема біг на 1,5 милі на час.

Стосовно календаря слід також зауважити, що як і в інших видах професійного спорту він традиційний і стабільний протягом багатьох років. Це дає змогу потенційним глядачам планувати свій час і сприяє зростанню відвідуваності змагань, а отже і зростанню прибутків ліги.

17.3. Системи змагань і інших видах спорту

Система змагань у тенісі

У професійному тенісі функціонують дві організації: чоловіча - Асоціація тенісистів-професіоналів (АТР) та жіноча - Всесвітня тенісна асоціація (WTA). Вони тісно співпрацюють з Міжнародною федерацією тенісу (ITL).

Офіційний цілорічний календар змагань професійних тенісистів включає близько 80-ти турнірів АТР і понад 50-т турнірів WTA, які поділені за категоріями. Змагання найвищої категорії як для чоловіків, так і для жінок включають чотири турніри "Великого шлему": відкритий чемпіонат Австралії (AUSTRALIAN OPEN - Мельбурн, січень), відкритий чемпіонат Франції (ROLAND GARROS - Париж, травень), Вімблдонський турнір (WIMBLEDON - Лондон, червень-липень) і відкритий чемпіонат США (US OPEN - Нью-Йорк, серпень-вересень). В цих турнірах найбільші призові фонди. Наприклад, у 2005 р. призовий фонд AUSTRALIAN OPEN становив 19,1 млн доларів. Переможець цього турніру в індивідуальному заліку М.Сафін отримав чек на 1,2 млн доларів.

Чемпіонати Австралії проводяться з 1905 року і лише в 1941-1945 рр. не проводилися у зв'язку з Другою Світовою війною. З 1969 року турнір став відкритим як для тенісистів-професіоналів, так і для непрофесійних спортсменів. Жіночі турніри і мікст проводяться з 1922 року.

Чемпіонати Франції серед чоловіків проводяться з 1891 року, а серед жінок - з 1897 року. До 1924 року в чемпіонаті брали участь тільки французи, а у подальшому турнір став міжнародним. В 1968 році чемпіонат Франції набув статусу „Відкритого”.

Вімблдонський турнір серед чоловіків проводиться з 1877 року, а з 1894 року - і серед жінок. Турнір не відбувся лише з 1915 по 1918 та з 1941 по 1945 роки у зв'язку зі Світовими війнами. З 1968 року турнір став відкритим, тобто в ньому стали брати участь і професіонали і непрофесійні тенісисти.

Чемпіонат США проводиться з 1881 року серед чоловіків і з 1887 року серед жінок. За весь період його існування не було відмінено жодного турніру.

В турнірах Великого шлему беруть участь по 32 "посіяні" гравці (найліпші, на час турніру, тенісисти і тенісистки) у чоловіків і жінок. Всього у

першому колі основних змагань беруть участь по 128 гравців у чоловіків і жінок. До початку основного турніру проводяться кваліфікаційні турніри для тенісистів, які не потрапили до основної сітки. Через сито кваліфікаційних змагань найліпші з них отримують можливість виступити у основних змаганнях. Змагання проводяться з прямим вибуванням - турнір продовжують ті гравці, які отримують перемоги. Протокол змагань складається так, щоб 32 "сіяних" (найсильніших) гравців зустрічалися між собою якомога ближче до завершальної стадії турніру. Це сприяє зростанню конкуренції і напруженості спортивної боротьби на фініші турніру, що викликає велику зацікавленість глядачів, засобів масової інформації, спонсорів та рекламодавців і дозволяє отримувати великі прибутки. Важливим є також те, що молоді не титуловані спортсмени мають можливість зустрітися з зірками тенісу і навіть перемогти їх. Наприклад, у Вімблдонському турнірі 1999 року 14-річна австралійська тенісистка Хелена Докіч, котра ще не мала статусу професійного гравця, перемогла у першому колі лідера світового жіночого тенісу Мартіну Хінгіс з розгромним рахунком (6:2 і 6:0).

Апогеєм сезону в чоловічому тенісі є чемпіонат світу АТР (офіційна назва „Masters Cup”. До участі в ньому запрошуються вісім кращих тенісистів за рейтингом АТР. Коли хтось з них не може взяти участі у турнірі, то їхні місця займають відповідно 9-й, 10-й і т.д. гравці за рейтингом АТР. Вісім тенісистів жеребкуванням поділяються на дві групи. На першому етапі турніру спортсмени змагаються в групах за коловою системою. У півфіналі переможець першої групи зустрічається з тенісистом, котрий посів друге місце у другій групі, а переможець другої - з тим, хто посів друге місце у першій групі. Переможці цих поєдинків розігрують у фіналі звання чемпіона світу АТР. В цьому турнірі найвищий індивідуальний призовий фонд (4 450 000 доларів на вісім учасників у 2005р.). Переможець турніру у 2004 р. Р.Федерер отримав чек на 1,52 млн доларів.

WTA також проводить свій чемпіонат світу, за аналогічним форматом. Загальний призовий фонд цього турніру дещо менший чим у чоловіків (3 млн доларів у 2005 р.). Система розіграшу аналогічна системі проведення чемпіонату світу АТР.

Наступними за значущістю є турніри "MERSCEDES SUPER-9" з призовим фондом 2 250 000 або 2 500 000 доларів. Як і в турнірах Великого шлему у них беруть участь по 128 спортсменів.

Численну групу складають турніри першої категорії з призовим фондом від 500 тис. до 2 млн доларів, що отримали назву "Чемпіонська серія". В турнірах "Чемпіонської серії" беруть участь по 64 спортсмени, коли ігри відбуваються на відкритих кортах, і по 48 - в закритих приміщеннях.

Ще численнішу групу складають турніри під назвою "Світова серія" (World Series). До неї входить 52 турніри з призовим фондом від 150 до 600 тис. доларів. Основна маса цих турнірів розрахована на 32 учасники.

У жінок окрім турнірів вищої категорії, проводяться турніри 1-ї, 2-ї, 3-ї і 4-ї категорій. Ніж вищий статус турніру, тим більший призовий фонд розігрується і тим більше тенісисток беруть участь в ньому.

До офіційних календарів АТР і WTA включені також матчеві зустрічі національних збірних в розіграші Кубка Девіса серед чоловіків (групові

турніри, 1/8, 1/4, 1/2 і фінал) і турніри Кубка Федерації для жіночих команд (1/4, 1/2 і фінал). Ці турніри проводяться під егідою Міжнародної федерації тенісу.

АТР і WTA проводять також численні турніри з відносно невеликим призовим фондом (50-125 тис. дол.) під назвою "Челенджери". В них беруть участь переважно ті спортсмени і спортсменки, котрі не входять до тенісної еліти. Але інколи й імениті тенісисти, котрі втратили спортивну форму, беруть у них участь для набуття ігрової практики. Наприклад, Андре Агасі саме так розпочав наприкінці 1997 – початку 1998 років своє друге сходження до вершини світового тенісу.

Молоді тенісні дарування, як правило, розпочинають професійну кар'єру у змаганнях категорії "Фьючерс". Це турніри з призовим фондом 10-20 тис. доларів і незначною кількістю рейтингових очок. Наприклад, переможець турніру з призовим фондом 10 тис. доларів отримує 8 рейтингових очок.

До кінця 1980-х років змагання як аматорів, так і професіоналів проводилися під егідою ITL. У 1970 р. вона заснувала марафонську серію міжнародних турнірів під назвою "Гран-прі", які у подальшому посіли провідне місце у професійному чоловічому тенісі.

Наприкінці 1980-х років виникли побоювання, що чоловічий професійний теніс втрачає глядацький інтерес. Це у свою чергу могло обернутися зниженням прибутків. Назріла об'єктивна необхідність у реорганізації системи змагань. За участі провідних гравців світу було розроблено нову концепцію професійного туру. У 1988 році 24 тенісисти поставили свої підписи під документом, який передбачав створення системи змагань "АТП тур". В 1989 р. ще 26 провідних тенісистів схвалили цю ідею, а в сезоні 1990 року вже почав діяти "АТП тур". На той час він об'єднував 76 турнірів, які проводились у 26 країнах і на всіх п'яти континентах. До складу "АТП тур" не входять турніри "Великого шлему", які проводяться під егідою ITL. У 1999 році до "АТП тур" входило 65 турнірів. Загальний призовий фонд туру становив вже понад 52 млн доларів, що свідчить про значне зростання популярності тенісу і, як наслідок, бажання спонсорів вкладати в нього кошти.

WTA також проводить свій тур, до якого входять понад 60 турнірів різних категорій. Популярність змагань серед професійних тенісисток безперервно зростає, про що свідчить збільшення кількості турнірів та зростання призового фонду.

З 1-го січня 1990 року у професійному тенісі було запроваджено систему визначення місця гравця у міжнародній класифікації, згідно якої у кожному турнірі офіційних календарів змагань АТР і WTA розігрується певна кількість залікових очок (табл. 2; 3). Ніж вища категорія турніру, тим більшу кількість залікових очок може заробити спортсмен в разі успішного виступу. При визначенні індивідуального рейтингу враховувалися результати виступів у 14-ти турнірах. Коли протягом року спортсмен виступить у більшій кількості турнірів, то його місце у світовій класифікації залежало від суми набраних очок у 14-ти кращих турнірах. Тобто з кожним більш успішним виступом гірший результат (понад 14-ть турнірів) анулювався.

Система нарахувань рейтингових очок WTA
(одиначний розряд)

Турніри	Кількість учасниць	Турнірні очки за вихід в стадію						
		F	1/2	1/4	1/8	1/16	1/32	1/64
GRAND SLAMS	128	520	364	234	130	72	44	26
WORLD CHAMPIONSHIPS	16	390	273	175	97	54	-	-
	16	260	182	117	65	1	-	-
1-а КАТЕГОРІЯ	32	260	182	117	65	36	1	-
	64	260	182	117	65	36	22	1
	128	260	182	117	65	36	22	13
2-а КАТЕГОРІЯ	16	200	140	90	50	1	-	-
	32	200	140	90	50	26	1	-
	64	200	140	90	50	26	14	1
3-я КАТЕГОРІЯ	16	140	98	63	35	1	-	-
	32	140	98	63	35	18	1	-
	64	140	98	63	35	18	10	1
4-а КАТЕГОРІЯ	16	80	56	36	20	1	-	-
	32	80	56	36	20	10	1	-
	64	80	56	36	20	10	6	1

Важливим елементом заохочення тенісистів до участі у змаганнях була потреба захистити набрані у минулому сезоні очки в тому чи іншому турнірі. Коли спортсмен не бере участі у турнірі, в якому він успішно виступив у минулому сезоні, то він повністю втрачає завойовані очки. Коли ж він виступить менш успішно ніж в минулому сезоні, то втрачає лише різницю між завойованими очками у минулому і в цьогорічному сезоні.

Таблиця 3

Система нарахування рейтингових очок АТР
(одиначний розряд)

Турніри	Очки за перемогу	Турнірні очки за вихід в стадію						
		F	1/2	1/4	1/8	1/16	1/32	1/64
GRAND SLAMS	750	537	325	163	82	41	20	1
WORLD CHAMPIONSHIPS	720	-	-	-	-	-	-	-
MERCEDES SUPER 9	370	265	160	80	40	20	10	1
CHAMPIONSHIP SERIES	320	228	135	68	34	17	1	-
	310	220	130	65	33	17	1	-
	300	213	125	63	32	16	1	-
	290	205	120	60	30	15	1	-

	280	198	115	58	29	15	1	-
	270	190	110	55	28	14	1	-
	260	183	105	53	27	14	1	-
	250	175	100	50	25	13	1	-
WORLD SERIES	250	183	115	58	29	15	1	-
	240	175	110	55	28	14	1	-
	230	168	105	53	27	14	1	-
	220	160	100	50	25	13	1	-
	210	153	95	48	24	12	1	-
	200	145	90	45	23	12	1	-
	190	138	85	43	22	11	1	-
	180	130	80	40	20	10	1	-
	170	123	75	38	19	10	1	-
	160	115	70	35	18	9	1	-
	150	108	65	33	17	1	-	-
	140	100	60	30	15	1	-	-
	130	93	55	28	14	1	-	-

Як бачимо система визначення рейтингу спортсменів спрямована на їх заохочення до якомога частіших виступів у змаганнях. Раніше багато хто з провідних тенісистів ухилявся від виступів у турнірах, котрі проводилися на незручних для них покриттях кортів, оскільки невдача відкидала їх вниз у світовому рейтингові. Згідно цієї системи гравці не стільки караються за невдалі виступи, як заохочуються до успішних. Подібна система класифікації гравців надає можливість провідним тенісистам використовувати менш значимі турніри в якості етапів підготовки до турнірів високої категорії, де розігруються великі гонорари і залікові очки. У свою чергу участь іменитих спортсменів у турнірах відносно низької категорії сприяє зростанню інтересу до них у вболівальників, засобів масової інформації, спонсорів та рекламодавців, що, звичайно, приносить додаткові прибутки і організаторам і спортсменам.

Проте система нарахування рейтингових очок "АТП тур" була надто складна та імовірно недостатньо об'єктивна. Про це зокрема свідчать приклади з сезону 1999 року. На початку сезону після перемоги у відкритому чемпіонаті Австралії російський тенісист Є.Кафельников посів другу сходинку у світовому рейтингу АТР. У подальшому він у кількох турнірах програвав уже в 1-2-му колах і... став першою ракеткою світу. Ще курйозніший випадок стався влітку 1999 року. Американський тенісист, на той час перша ракетка світу, Піт Сампрас виграв фінал Вімблдонського турніру у свого співвітчизника Андре Агасі. Але у черговому рейтинг-листі він опинився на другому місці, а Агасі - на першому. Справа у тому, що П.Сампрас згідно діючої системи нарахування рейтингових очок захищав свій минулорічний титул переможця Вімблдона і тільки зберігав завойовані 12 місяців назад очки, тоді як Агасі з кожним пройденим колом змагань збільшував свою рейтингову суму в арифметичній прогресії, так як він не мав минулорічних очок і нічого було захищати.

Подібні парадоксальні речі створювали складнощі для вболівальників і могли відвернути їх від тенісу, що у свою чергу обернулося б падінням прибутків.

Недоліки системи були помічені вже через кілька років її застосування. Але розробку нової системи АТР розпочала лише у 1997 році. Її апробація розпочалася у 2000 році. АТР кардинально змінила систему класифікації тенісистів з метою стимуляції участі провідних гравців у найбільш значущих турнірах сезону та спрощення методики визначення їх поточного рейтингу. Останнє, на думку функціонерів АТР, мало підняти інтерес глядачів до тенісу, а отже як прямо, так і опосередковано вплинути на зростання прибутків. Сутність нової системи полягає у тому, що поняття "рейтинг АТР" відмінюється, а натомість вводиться нова система класифікації гравців "АТР-Race" (гонка Асоціації тенісистів-професіоналів). Згідно з нею кожний тенісист розпочинає новий сезон з "0" очок. Новий офіційний рейтинг-лист АТР складається після серії змагань у січні місяці кожного наступного року. У подальшому кожний тиждень складається поточний рейтинг-лист. Місце тенісиста в ньому буде залежати лише від якості виступів у конкретному сезоні (Сосновський, 2000).

Паралельно існує АТР-Entry рейтинг ("вхідний" рейтинг АТР). Він базується на очках, які набрав тенісист у минулому році. Упродовж сезону він коректується. Ніж ближче до кінця сезону, тим більше він співпадає з АТР-Race. Вхідний рейтинг потрібний для "посіву" гравців у турнірах, оскільки на початку сезону АТР-Race може не відображати реальний стан майстерності всіх провідних тенісистів.

Згідно нової системи змагань, провідні тенісисти повинні взяти участь у всіх чотирьох турнірах Великого шлему і у всіх дев'яти турнірах "MERSEDES SUPER-9". Коли тенісист з тих чи інших причин (травма, хвороба тощо) не візьме участі у будь-якому з цих турнірів, то у подальшому він не зможе компенсувати втрачені очки в інших турнірах. В цій частині нова класифікація подібна до тієї, що застосовується в автогонках "Формула-1" та у легкоатлетичній "Золотій лізі". Коли спортсмен не виступає хоча б на одному з етапів, то компенсувати втрачені очки він уже не зможе в жодному іншому змаганні. До загального заліку ідуть тільки очки, що набрані у затверджених Асоціацією турнірах та ще плюс у 5-ти найкращих турнірах за власним вибором кожного тенісиста. Отже кінцевий рейтинг спортсмена буде залежати від результату виступів у 13-ти обов'язкових і 5-ти довільно обраних турнірах.

Ще одна суттєва відмінність нової системи змагань АТР полягає у тому, що не будуть нараховуватися бонусні (преміальні) рейтингові очки за перемоги над тенісистами, що входять до 200-сот найкращих у світі на момент початку відповідного турніру і в тому, що не потрібно захищати набрані очки у певному минулорічному турнірі. Кількість набраних залікових рейтинг-очок буде залежати лише від якості виступів у 13-ти обов'язкових та 5-ти найкращих довільно обраних турнірах.

Розроблена система з одного боку жорстко регламентує участь провідних тенісистів у конкретних турнірах, а з іншого – спонукає до якомога більшої участі у змаганнях. Сезон розпочинається у січні і закінчується у листопаді. За цей час провідні тенісисти світу проводять понад 80 матчів, зокрема, тенісисти першої десятки в сезоні 2005 року Р.Надаль і М.Давиденко провели відповідно по 89 і 88 матчів.

Професійні тенісисти, які не зможуть потрапити до обов'язкових турнірів із-за низького "вхідного" рейтингу, матимуть можливість виступати у турнірах нижчої категорії. Це дасть їм можливість підняти "вхідний" рейтинг і увійти до елітної групи. До загального заліку у них також іде 18-ть турнірів.

Проведені зміни в системі змагань професійних тенісистів спрямовані на:

- **підвищення мотивації гравців до участі у найбільш престижних змаганнях;**
- **вдосконалення системи нарахування залікових очок;**
- **зростання конкуренції за місце у світовій класифікації гравців;**
- **підвищення зацікавленості глядачів, засобів масової інформації, рекламодавців та спонсорів і, як наслідок, на зростання прибутків.**

До 2005 р. включно WTA продовжувала проводити змагання за системою, що була запроваджена у 1990 році. З 1 січня 2006 р. жіноча тенісна асоціація також відмінила бонусні рейтингові очки, які нараховувалися за перемогу у кожному матчі над тенісисткою, котра мала вищий рейтинг. Змінилася також система нарахування рейтинг-очок, яка стала подібною до системи „АТП тур”. Асоціація зобов'язала елітних тенісисток (за рейтингом WTA) брати участь у чотирьох турнірах „Великого шлему” та 10 турнірах першої категорії. Окрім очок, що набрані у цих турнірах, до загального заліку ідуть очки, що набрані у трьох інших турнірах. Коли тенісистка виступить у більшій кількості турнірів, то до заліку ідуть три найліпших. Коли тенісистка, котра входить до елітної групи, не виступить у будь-якому з названих обов'язкових турнірів, то компенсувати втрачену можливість набрати залікові рейтинг-очки вона не зможе в жодному іншому турнірі.

Отже WTA з одного боку зобов'язує елітних тенісисток виступати у всіх турнірах високої категорії, а з іншого – стимулює їх до участі у якомога більшій кількості турнірів.

Останнім часом АТР і WTA внесли суттєві доповнення до "кодексу поведінки" спортсменів на кортах. За суперечки з судьями, демонстративне кидання на корт ракетки, непристойні жести чи висловлювання передбачено цілу низку покарань: спочатку, того хто провинився, позбавляють очка, потім зараховують поразку в геймі і, нарешті, дискваліфікують і присуджують перемогу суперникові. Окрім цього передбачені і грошові штрафи.

У переважній більшості ігрових видів спорту сезон змагань триває 8-9 місяців на рік.

Провідні тенісисти і тенісистки, згідно положення щодо участі у змаганнях і порядку визначення їх рейтингу, можуть брати участь лише у 18-ти, а тенісистки - у 17-ти турнірах на рік. Але насправді система змагань і матеріального стимулювання розроблена так, що заохочує їх до систематичної участі у турнірах різної категорії.

Лише в американському футболі порівняно короткий сезон змагань, що зумовлено досить високим травматизмом гравців.

У командних ігрових видах професійного спорту змагання проводяться за змішаною системою. Спочатку визначаються кращі

команди за специфічною коловою системою, а на завершальній стадії сезону розігруються Кубки за системою "плей-офф".

Практично аналогічна система застосована і в тенісі. Наприкінці сезону найліпші спортсмени, за рейтингом у світовій класифікації, беруть участь у чемпіонаті світу.

Система змагань у боксі

Система змагань у боксі тісно пов'язана з кваліфікацією спортсменів. Боксери, котрі за рейтингом провідних ліг (WBC, IBF, WBA, WBO) входять до першої п'ятірки, проводять, як правило, по 3-5-ть матчів на рік. Спортсмени, котрі у відповідних рейтингах посідають місця з 6-го по 10-те - беруть участь у 8-12-ти поєдинках на рік.

Так, почесний чемпіон світу у суперважкій категорії за версією WBC Віталій Кличко розпочав кар'єру на професійному рингу 16 листопада 1996 р. перемогою над Т.Брадхемом. Упродовж перших 12 місяців він виходив на ринг 12 разів і всі бої завершив перемогами. За наступних 12 місяців провів 10 переможних боїв і увійшов до числа претендентів на титул чемпіона світу. У наступному річному відтинку часу він провів 4 поєдинки, у т.ч. 26.06.1999 р. виборов титул чемпіона світу за версією WBO. Упродовж наступних 12 місяців провів 3 поєдинки. Подальша хронологія боїв така: 2001 р. – 2 виходи на ринг (виграв титул чемпіона світу за версією WBA і відстояв його); 2002 – 2 поєдинки; 2003 р. – 2 (програв кращому на той час боксеру світу Л.Льюїсу технічним нокаутом і виграв претендентський поєдинок у К.Джонсона); 2004 – 24 квітня виборов третій титул чемпіона світу (WBC) у поєдинку з Корі Сандерсом, а 11 грудня відстояв його у двобої з Дені Вільямсом. Боксери, котрі володіють титулами чемпіонів світу повинні не менше одного разу на пів року захищати їх у поєдинках з претендентами.

Отже у боксі, на відміну від інших видів професійного спорту, чим вищий рівень кваліфікації спортсмена, тим меншу кількість поєдинків він проводить.

Загалом системи змагань у різних світових версіях подібні. Спочатку боксери проводять кваліфікаційні бої для отримання ліцензії боксера-професіонала та рейтингові двобої. У подальшому вони виборюють титули континентальних та інтерконтинентальних чемпіонів і право попасти до числа претендентів на титул чемпіона за тією чи іншою версією.

Боксер, який отримав перемоги над претендентами, має право на титульний матч з діючим чемпіоном відповідної версії. В разі поразки діючого чемпіона, згідно статутів провідних професійних ліг, він має право викликати нового чемпіона на матч-реванш. Але це необхідно оговорити у контракті на проведення відповідного матчу.

Поєдинки найвищого гатунку, це матчі між чемпіонами різних версій. Переможці отримують титул абсолютного чемпіона світу. Так, у

1988 році Евандер Холіфілд завоював титул чемпіона WBC, захистив титули WBA та IBF і вперше у важкій категорії став абсолютним чемпіоном світу.

Проведенню матчів за титули чемпіонів, матч-реваншів та матчів за титули абсолютних чемпіонів передують ретельно спланована рекламна кампанія. В ній беруть активну участь самі боксери виголошуючи страшні погрози на адресу суперників. Зокрема Майк Тайсон перед матчем з Ленноксом Льюїсом присягнувся, що він не тільки жорстоко поб'є останнього, а й з'їсть його дітей (яких на той час у Льюїса не було). Подібний „розігрів” потенційних глядачів, наполеглива робота команд боксерів та організаторів матчу сприяли тому, що він став найприбутковішим в історії професійного боксу. За оцінками фахівців він приніс організаторам сукупний дохід близько 200 млн доларів, а сумарний призовий гонорар боксерів склав 30 млн.

Взірцем вдало проведеної рекламної кампанії вважається поєдинок за титул абсолютного чемпіона світу у напівсередній ваговій категорії між Корі Спінксом та Забом Джудою, що відбувся 05.02.2005 р. На нього було продано рекордну кількість входних квитків (22 370) в історії проведення професійних боїв у закритих приміщеннях.

Для отримання комерційного успіху перед титульними поєдинками проводиться ретельно розроблена рекламна кампанія у якій беруть участь самі боксери, їхні команди та організатори поєдинків.

У професійному боксі кожна ліга (WBC, IBF, WBA, WBO) проводить кваліфікаційні, рейтингові і титульні поєдинки.

Поєдинки найвищого ґатунку, це матчі між чемпіонами різних версій (ліг) за титул абсолютного чемпіона.

Боксери-професіонали проводять в середньому від 1-2 до 10-12 боїв на рік. Чим вищий рейтинг боксера, тим менше поєдинків він проводить.

Статуту провідних світових боксерських версій передбачають можливість проведення матч-реваншів для чемпіонів світу. Щоб скористатися цією можливістю необхідно включити відповідний пункт до контракту на проведення титульного поєдинку.

Для підвищення економічної ефективності титульних боїв задовго до їх проведення проводиться ретельно розроблена рекламна кампанія.

Система змагань у велосипедному спорті

Найбільшою популярністю у професійному велоспорті користуються шосейні гонки. Вони проводяться з року в рік в одні і ті ж терміни – з початку лютого до кінця жовтня.

Весь календар Міжнародного союзу велосипедистів розбитий на 7 категорій. Провідне місце в ньому посідають три великі багатоденні гонки: "Тур де Франс" (проводиться з 1903 р.), "Джіро Італія" (з 1909 р.) і "Вуельта Іспанії" (з 1935 р.). Наступними за значущістю є змагання чемпіонату світу (проводяться з 1927 р.) та гонки в залік Кубку світу. В останні роки до Кубку світу включено 11 гонок, що проходять у різних країнах з березня по жовтень.

25	35	5	10	5	5
26	34	5	10	5	5
27	33	5	10	5	5
28	32	5	10	5	5
29	31	5	10	5	5
30	30	5	10	5	5
31	29	5			
32	28	5			
33	27	5			
34	26	5			
35	25	5			
36	24	5			
37	23	5			
38	22	5			
39	21	5			
40	20	5			
41	19	5			
42	18	5			
43	17	5			
44	16	5			
45	15	5			
46	14	5			
47	13	5			
48	12	5			
49	11	5			
50	10	5			
51	9				
52	8				
53	7				
54	6				
	5				

ЧС1 – Чемпіонат світу –
групова гонка

ІО1 – Ігри Олімпіад –
групова гонка

КС – Кубок світу

ЧС2 – Чемпіонат світу –
індивідуальна гонка

ІО2 – Ігри олімпіад -
індивідуальна гонка

В контрактах професійних велогонщиків чітко вказуються обов'язкові гонки, у яких вони повинні брати участь. Кожна професійна команда має свої рекламні зобов'язання перед її власником і спонсорами. Тому календар змагань конкретної команди значною мірою зумовлюється вирішенням комерційно-спортивних завдань, що стоять перед нею. Окрім цього, на календар команди можуть впливати і регіональні інтереси. Так, наприклад, для більшості іспанських команд найбільш відповідальним в сезоні є виступ у гонці "Вуельта Іспанії", а для італійських – у гонці "Джіро Італія". Але найбільшою популярністю серед гонщиків і вболівальників користується гонка "Тур де Франс" (Маринов, 1983). Про це свідчить і той факт, що це єдина у світі багатоденна велогонка, за участь у якій необхідно сплачувати грошовий внесок до її оргкомітету. Масштабність гонки не має аналогів у велоспорті. До складу акредитованих входить біля трьох тисяч осіб. Гонку висвітлюють понад 500 журналістів газет, журналів, радіо і телебачення. Обслуговують гонку понад 1000 автомобілів і понад 100 мотоциклів. Вона складається з 21-23-х етапів загальною довжиною біля чотирьох тисяч кілометрів. До участі у гонці допускається не більше 200 велогонщиків – в середньому 20-21 команда. Призовий фонд гонки складає 3 млн євро (у 2005 р.), у т.ч. 400 000 євро складає гонорар для переможця у генеральній класифікації (Шевелева, 2005). "Тур де Франс" відзначається високим рівнем організації і широким висвітленням результатів засобами масової інформації. Поряд зі спортивною частиною цієї гонки здійснюється широкий комплекс комерційних заходів. Загальне керівництво гонкою здійснюють два генеральних директори (відповідальний за спортивну програму

і відповідальний за комерційну програму), три заступники і міжнародне журі у складі президента, членів журі та інспектора з медичного контролю.

Велогонка відрізняється високим рівнем матеріально-технічного забезпечення процесу підготовки і проведення змагань. Для оформлення стартового і фінішного містечка виготовлені з легких розбірних конструкцій трибуни для преси, телебачення, глядачів, а також щити для огорожі. Цей інвентар перевозиться з міста до міста і використовується протягом багатьох років.

На гонці "Тур де Франс", як і на інших популярних гонках, присутні представники провідних фірм, які виробляють велосипеди, екіпіровку для велосипедистів та інше спеціальне обладнання. У процесі гонки укладаються угоди на виготовлення і постачання продукції, що пов'язана з велоспортом.

Організатори гонки дбають про широкий комплекс послуг - від якісної і своєчасної інформації до пересувних банків.

Особливо чітко розроблено регламент гонки, що практично повністю запобігає виникненню суперечок. Детально розроблено систему заохочень і покарань. За будь-яке порушення регламенту передбачено грошовий штраф для команди. Гонщиків, котрий припустився порушення, додатково призначається штрафний час. У програмах змагань подаються характеристики всіх етапів, розклад кожного дня змагань, порядок руху транспортних засобів у стартовому та фінішному містечках. На картах-схемах позначені місця проживання, пункти заправки паливом тощо.

Організатори і спонсори гонки встановлюють велику кількість різноманітних заохочувальних грошових призів: за виграш прологу, за перемогу на етапі, володарю жовтої майки лідера на кожному етапі, найактивнішому гонщику на кожному етапі, кращому гірському гонщику і т.п. – всього понад 20 заохочень. Окрім грошових винагород спортсмени отримують цінні мистецькі вироби. Кожний переможець прологу, або одного з етапів, нагороджується мистецьким витвором у вигляді карти Франції з масивного срібла з діамантами. Переможець "Тур де Франс" у загальному заліку нагороджується таким же мистецьким витвором, але з масивного золота. Він інкрустований 23-ма діамантами і закріплений на срібному цоколі.

Змагання у шосейних велогонках проводяться з початку лютого і до кінця жовтня.

Календар змагань поділений на 7 категорій за значущістю.

До найвищої категорії входять такі змагання: три багатоденні гонки („Джіро Італія”, „Тур де Франс”, „Вуельта Іспанії), чемпіонат світу, Кубок світу. Решта гонок поділяються на шість класів. У гонках вищої категорії та першого класу беруть участь лише професійні команди. В гонках другого класу дозволяється участь до 20% непрофесійних спортсменів, третього класу – до 30% і т.д. У гонках шостого класу беруть участь непрофесійні та змішані команди.

За успішні виступи у гонках, що включені до календаря Міжнародного союзу велосипедистів, гонщики отримують рейтингові очки, які суттєво впливають на їхню ринкову вартість. У багатоденних

велогонках, окрім генеральної класифікації, розігрується значна (понад 20) кількість заохочувальних призів.

Система змагань в автоспорті

Найбільш популярним і престижним змаганням в автоспорті є Чемпіонат світу в класі "Формула -1", який проводиться з 1950 року. Чемпіонат світу з автогонок в класі "Формула - 1" проводиться під егідою міжнародної автомобільної федерації (ФІА) та асоціації конструкторів (ФОСА).

В останні роки чемпіонат світу в класі "Формула -1" включає 19 етапів і проводиться з березня по жовтень (табл. 5). Гонки проходять через 1-3 тижні.

Довжина дистанції повинна бути не менше 300 і не більше 320 км. Проте, як видно з таблиці 7.6, довжина одного з найпопулярніших етапів "Формули-1" у Монте-Карло становить лише 260 кілометрів. За часом гонка не повинна тривати більше двох годин. Після двох годин гонка вважається закінченою навіть у тому випадку, коли лідер не пройшов усю дистанцію.

Гонки проводяться тільки у неділю, що дозволяє збирати багатотисячні аудиторії глядачів. Напередодні гонок у п'ятницю і суботу командам надається час для опробування трас (вільна практика). Окрім цього з 14.00 до 15.00 години проводяться кваліфікаційні заїзди. Пілотам дозволяється лише одне залікове коло. За підсумками кваліфікаційних заїздів у п'ятницю, визначається порядок стартів у суботній кваліфікації. Пілоти стартують у зворотньому порядку, щодо зайнятих місць у п'ятницю.

Таблиця 5

Календар чемпіонату світу 2005 р. в автогонках "Формула-1"

Етапи	Дата	Гран-Прі	Місце проведення	Довжина етапу, км
1	06.03.	Австралії	Мельбурн-парк	307,574
2	20.03.	Малайзії	Сепанг	310,408
3	03.04.	Бахрейн	Сакхір	308,769
4	24.04.	Сан-Маріно	Імола	305,609
5	08.05.	Іспанії	Каталонія	305,256
6	22.05.	Монако	Монте-Карло	260,520
7	29.05.	Європи	Нюрбургрінг	308,863
8	12.06.	Канади	Монреаль	305,270
9	19.06.	США	Індіанаполіс	306,016
10	03.07.	Франції	Маньї-Кур	308,586
11	10.07.	Великобританії	Сільверстоун	308,356
12	24.07.	Німеччини	Хоккенхайм	306,458
13	31.07.	Угорщини	Хунгарорінг	306,653
14	21.08.	Турції	Стамбул	306,592
15	04.09.	Італії	Монца	306,720

16	11.09.	Бельгії	Спа-Франкошам	306,812
17	25.09.	Бразилії	Інтерлагос	305,909
18	09.10.	Японії	Сузука	307,573
19	23.10.	Китаю	Шанхай	305,256

Порядковий номер боліда на старті гонки визначається за сумою часу у двох кваліфікаційних заїздах (у п'ятницю і суботу). В них же визначається володар "поул-позишн" – право стартувати в гонці з першої позиції. Тренувальні і кваліфікаційні заїзди також збирають багато глядачів.

Технічні правила Формули–1 (вимоги до гоночних болідів) змінюються майже щорічно. Це має на меті зменшити видатки команд і підвищити видовищність гонок (Берков, 2003).

В гонках розігруються два основні титули: "Чемпіона світу" – в особистому заліку і володаря "Кубку Конструкторів" – у командному заліку. Переможці визначаються за найбільшою сумою очок, яку вони наберуть у гонках за такою системою: 1-ше місце на етапі – 10 очок, 2-ге – 8, 3-тє – 6, 4-те – 5, 5-те – 4, 6-те – 3, 7-ме – 2, 8-ме – 1. В гонках можуть брати участь два боліди однієї команди. Тому до заліку Кубку Конструкторів ідуть очки, що завойовані обома пілотами відповідної команди.

Для стимулювання інтересу до гонок "Формула-1" її організатори ретельно реєструють і широко рекламують різноманітні рекорди в окремих компонентах змагальної діяльності у різних номінаціях: пілоти, команди, мотори, країни, траси. Тільки серед пілотів ведеться облік понад 40-ка різноманітних показників змагальної діяльності. Найбільш почесними вважаються перемоги у чотирьох компонентах змагальної діяльності: поул-позишн, найшвидше коло, перемога і лідерство зі старту і до фінішу у одній гонці. Володарями своєрідного Великого шлеми в гонках „Формула–1” (чотири вказаних досягнень в одній гонці) є М.Шумахер, Д.Стюарт, Н.Менселл та А.Сенна.

За станом на початок 2006 року найбільша кількість перемог (7) у загальному заліку належить Міхаелю Шумахеру. Найбільшу кількість очок за кар'єру (798,5) набрав француз Ален Прост. Він же встановив найбільшу кількість рекордів кола - 41. Наймолодшим гонщиком, якому вдалося перемогти у Гран-Прі, є Брюс Макларен - 22 роки 104 дні, а найстаршим - Луджі Фаджіоллі - 53 роки і 21 день (1951 р., Гран-Прі Франції). Бразилець Айртон Сенна є володарем найбільшої кількості рекордних досягнень: найбільша кількість перемог в одному Гран-Прі - 6; серія безперервних перемог в одному Гран-Прі - 5; переможні дублі пари пілотів (Сенна-Прост) - 14; перемоги з поул-позишн - 29; поул-позишн - 65; серія безперервних поул-позишн - 8; кількість кіл лідування - 2982; кілометри лідування - 13585; лідування від старту до фінішу - в 19-ти Гран-Прі.

Гонки „Формула–1” проводяться упродовж 8 місяців на рік у вихідні дні з інтервалом 1-3 тижні.

У гонках розігруються два основні титули: Чемпіона світу – у особистому заліку; володаря Кубка Конструкторів – у командному заліку. Окрім цього визначаються переможці серед пілотів більш ніж у 40 компонентах змагальної діяльності. Найпочеснішими з них є такі: перемога у кваліфікаційних заїздах (поул-позишн), найшвидше коло у гонці, перемога у гонці, лідерство за старту і до фінішу у одній гонці.

Система змагань в легкій атлетиці

В останні десятиліття Міжнародна асоціація легкоатлетичних федерацій (ІААФ) взяла курс на комерціалізацію і професіоналізацію. Окрім, національних, регіональних і світових чемпіонатів та Олімпійських ігор вона щорічно проводить серію змагань під загальною назвою "Гран-прі ІААФ". Система комерційних змагань включає шість етапів "Золотої ліги", дев'ять етапів "Гран-прі ІААФ-1", 13-ть етапів "Гран-прі ІААФ-2" та фінал "Гран-прі ІААФ". До фіналу "Гран-прі" відбираються за рейтингом по вісім спортсменів у бігових видах та по 10-ть - в метаннях і стрибках. Відбір здійснюється за сумою очок, яку спортсмен набрав у конкретному виді легкої атлетики у восьми найкращих виступах серії змагань "Гран-прі" (табл. 6). За участі більше, ніж у восьми турах, гірші показники анулюються.

Таблиця 6

Система нарахування очок у комерційних змаганнях ІААФ та розподілу призових у фінальних змаганнях серії "Гран-прі"

Місце	Очки			Фінал "Гран-прі"	Призові у фіналах, долари	
	ІААФ-2	ІААФ-1	Золота ліга		в окремому виді	у загальному заліку
1	5	8	12	24	50 000	200 000
2	4	7	10	21	30 000	100 000
3	3	6	9	18	20 000	50 000
4	2	5	8	15	10 000	20 000
5	1	4	7	12	8 000	15 000
6	-	3	6	9	7 000	13 000
7	-	2	5	6	6 000	12 000
8	-	1	4	3	5 000	10 000

Примітки:

- Бонусні очки нараховуються:
 - за встановлення рекорду світу - 6 очок,
 - за повторення рекорду світу - 3 очки.
- До заліку ідуть 8-м найкращих результатів (включаючи бонусні очки) на етапах та очки, що завойовані у фіналі.
- Загальний призовий фонд – 3 338 000 дол.
- Призові за рекорд світу у фіналі "Гран-прі" 100 000 дол.

Додатково нараховуються очки за встановлення світового рекорду – шість і за повторення світового рекорду – три. Завойовані у фіналі "Гран-прі"

очки входять до загальної суми для визначення абсолютних переможців серії серед жінок і чоловіків.

До участі в серії змагань "Гран-прі ІААФ-1" запрошуються спортсмени, котрі входять до числа 50-ти кращих у певному виді легкої атлетики.

За успішні виступи на етапах "Гран-прі" спортсмени отримують грошові винагороди і коштовні призи. Так, наприклад, на етапі "Гран-прі" в Стокгольмі спортсмени, котрі встановили рекорд стадіону, нагороджуються діамантами вартістю 10 000 доларів. За успішні виступи у фіналі „Гран-прі” (1-8 місця у кожному виді серед жінок і чоловіків) ІААФ вручає грошові призи від 50 до 5 тис. доларів (табл. 7.7.). За 1-8 місця у загальному заліку (8 найліпших виступів на етапах „Гран-прі” та у фіналі) грошові призи складають суму від 200 до 10 тис. доларів.

Серію змагань під назвою "Золота ліга" ІААФ започаткувала у 1998 році. До неї входять 6 найбільш престижних турнірів. До участі у турнірах "Золотої ліги" запрошуються спортсмени, котрі входять до 35 найкращих у світі у відповідному виді легкої атлетики. За успішні виступи у кожному з видів легкої атлетики на етапах „Золотої ліги” (1-8 місця) виплачуються грошові призи від 15 до 1,5 тис. доларів. Окрім призового фонду для кожного з етапів "Золотої ліги" ІААФ встановила джек-пот у сумі 1 млн доларів, що розподіляється порівно між спортсменами, які отримали перемоги у своїх дисциплінах на всіх шести етапах. За підсумками сезону 2005 р. джек-пот отримала російська легкоатлетка Т.Лебедева, яка одна серед всіх легкоатлетів добилась перемог на всіх етапах „Золотої ліги”. З метою стимулювання спортсменів до напруженої боротьби ІААФ виплачує гонорари в сумі 100 000 доларів за встановлення світового рекорду (Маевский, 2002).

З 1996 р. ІААФ проводить чемпіонат світу. У кожному з 46 видів легкої атлетики розігрується 150 000 доларів призових (1 місце – 60, 2 – 30, 3 – 20 тис. доларів, решта 40 тис. регресивно розподіляється між тими, що посіли місця з 4 по 8). У Х ювілейному чемпіонаті світу в Хельсінкі (2005 р.) змагалися 1 890 учасників. Телетрансляції велися на 180 країн світу. Турнір зібрав чотирьохмільярдну телеаудиторію.

Система змагань в легкій атлетиці включає національні, регіональні і світові чемпіонати, Ігри Олімпіад та серію комерційних змагань під загальною назвою „Гран-прі ІААФ” і „Золота ліга”.

У комерційних змаганнях та на чемпіонатах світу за успішні виступи (1-8 місця у кожному виді змагань) ІААФ виплачує легкоатлетам призові гонорари сума яких залежить від рейтингу змагань і зайнятого місця.

З метою заохочення спортсменів до напруженої боротьби і, як наслідок, залучення до перегляду змагань великої кількості вболівальників та телеглядачів ІААФ встановила джек-пот у сумі 1 млн доларів для тих, хто переможе на всіх етапах „Золотої ліги” та премію 100 000 доларів – за встановлення світового рекорду.

Рекомендована література

Основна:

16.Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.

17.Гуськов С. И. Профессиональный спорт в США / Гуськов Г. И. // Спорт за рубежом. – 1990. – № 10. – С. 10–11.

18.Гуськов С. И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Киев : КГИФК, 1991. – 46 с.

19.Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професіонального спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези III Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.

20.Линець М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в Європі / Михайло Линець, Володимир Артюх // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 24–26.

21.Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>

22.Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.

23.Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.

24.Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.

25.Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.

26.Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.

27.Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

28.Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода //

Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportsscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>

29. Профессиональный спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

30. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линець М. М. // Матеріали І Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет-конференції (20-21 грудня 2016 р.) «Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі. – Дніпро, ЛДІФКіС, 2016. – С.176-178.

Допоміжна:

5. Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

6. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1995. – 296 с.

7. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 24(193). – 13 июня.

8. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 25(194). – 20 июня.

Інформаційні ресурси інтернет:

6. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>

7. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>

8. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>

9. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>

10. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>

Тема 18. Відбір спортсменів у професійному спорті

1. Сутність системи "драфт" і її вплив на економічну ефективність діяльності у професійному спорті (драфт-лотерея, драфт розширення, драфт відмов).
2. Відбір новачків в NBA.
3. Система відбору спортсменів в MLB.
4. Особливості відбору новачків в NFL. Відбір новачків в NHL.
5. Відбір пілотів до гонок "Формула - 1".
6. Система відбору велогонщиків до участі у професійних шосейних гонках.
7. Особливості відбору спортсменів у професійному боксі.
8. Система відбору спортсменів у професійному тенісі.

18. 1. Сутність системи "драфт" і її вплив на економічну ефективність діяльності у ПС (драфт-лотерея, драфт розширення, драфт відмов)

Термін "entry draft" у спорті означає процедуру закріплення гравців, котрі ще не виступали в елітній лізі, за її клубами. **Вперше відбір новачків**

за системою "драфт" було введено в NFL у 1936 році з метою усунення конкуренції між клубами за обдарованих новобранців і урівноваження змагальної конкурентноспроможності команд ліги. Перше - дозволяє значно знизити видатки клубів на придбання новачків і регулювати рівень їхньої зарплати. Друге - дозволяє підвищувати клас команд-аутсайдерів, а отже добиватися підвищення напруженості спортивної боротьби і непередбачуваності результатів як окремих ігор, так і змагань в цілому - від їх початку і до фінальної стадії. Це, у свою чергу, сприяє підвищенню зацікавленості до цих змагань у глядачів, засобів масової інформації, спонсорів і рекламодавців. Отже за допомогою системи "драфт" лігам вдається з одного боку зменшити видатки на придбання нових талановитих гравців, а з іншого - залучити на змагання більше глядачів, дорожче продати права на телетрансляції матчів, ефективніше здійснювати рекламно-комерційну діяльність, а отже збільшувати свої прибутки.

Сутність драфту полягає в тому, що не спортсмен обирає команду в якій він хотів би грати, а представники команд за певною системою відбирають потрібних для себе гравців. Спортсмени змушені погоджуватися з цією системою працевлаштування, або ж розпрощатися з надією потрапити до команд елітних ліг. Зрозуміло, що при вільному працевлаштуванні найбільш обдаровані спортсмени могли б добитися більш вигідних контрактів. При відборі ж за системою "драфт" ліги встановлюють діапазон (мін.-макс.) суми зарплати, яку можуть призначити клуби новачкам за контрактом. Наприклад, перший номер драфту NHL 1998 р. В. Лекавальє був незадоволений своїм контрактом з клубом "Тампа Бей" на суму 975 тис. доларів, однак більше, йому як новачку, клуб не мав права платити за контрактом. У свою чергу Асоціації гравців професійних ліг ведуть постійну боротьбу з керівництвом ліг за підвищення ліміту зарплати спортсменів-новобранців.

Геніальність винаходу під назвою "драфт" полягає в його простоті: чим нижче місце клубу в минулому регулярному чемпіонаті ліги, тим раніше він обирає собі гравця з затвердженого лігою списку, а отже має шанс відібрати більш обдарованого і перспективного спортсмена і з його допомогою покращити турнірне становище команди у наступних сезонах (Евдокимов, Стецко, 1996; Доспехов, 1997; Шахов, 2002; Ярчук, 2004) Наприклад аутсайдер NHL „Піттсбург Пінгвінз” у 1984 р. під першим номером обрав Маріо Лемьє, котрий двічі приводив клуб до перемоги у Кубку Стенлі, а легендарний баскетболіст Майкл Джордан, котрого „Чікаго Булз” обрав у драфті, шість разів приводив команду до перемог у Кубку NBA.

Однак і ця загальна формула проведення відбору за системою "драфт" мала істотний недолік. Вона стимулювала команди, що на заключній стадії регулярного чемпіонату знаходились в нижній частині турнірної таблиці, до зниження самовідданості у спортивній боротьбі і навіть до навмисного програшу з метою посісти останнє місце в регулярному чемпіонаті (як відомо в американському професійному спорті не практикується ротація команд між елітними і нижчими лігами) і отримати право першою обирати новачка у драфті поточного року. Подібний випадок стався у 1993 р. в NHL, коли перед останнім туром регулярного чемпіонату дві команди-аутсайдери мали практично однакові показники. В останньому турі одна з цих команд ("Оттава

Сенаторс") без серйозного опору програла команді "Бостон Брюїнз" і "виграла" право першого вибору у драфті. Довести, що "Оттава" програла навмисне було неможливо. Але ліга оштрафувала команду, певно з метою профілактики, а її президент змушений був піти у відставку. **Уникнути цього негативного явища допомогло нововведення під назвою "драфт-лотерея". Його сутність полягає в тому, що останнє місце у регулярному чемпіонаті ще не гарантує права обирати новачка першим. Команди, що не потрапили до ігор плей-офф, розігрують це право в лотереї.**

(Євдокимов, Стецко, 1996; Доспехов, 1997) Команда, що посіла найбільш високе місце серед аутсайдерів, одержує одну кульку, наступна - дві і т. д. Наприклад, в регулярному чемпіонаті NBA беруть участь 30 команд. Шістнадцять кращих за підсумками регулярного чемпіонату одержують право брати участь в іграх плей-офф. Залишається 14 аутсайдерів. Команда, що посіла 17-е місце отримує для участі в драфт-лотереї одну кульку, наступна - дві, а остання - 14. Ці кульки засипаються в лототрон і розігруються порядкові номери права вибору команд у драфті. Природно, що команда, котра посіла останнє місце в регулярному чемпіонаті має більше шансів отримати право першого вибору оскільки у неї більше кульок. Так, в нашому прикладі імовірність команди, що посіла останнє місце, отримати право вибору у драфті під номером "один" складе 13,3%. Однак і краща серед аутсайдерів команда буде мати при цій системі шанс на право першого вибору на рівні 0,9 %.

Система "драфт" постійно вдосконалюється. Так внаслідок змін організації драфт-лотереї, що проведені в NBA, шанси останньої команди в турнірній таблиці регулярного чемпіонату зросли до 25,0%, а найсильнішої серед учасників драфт-лотереї - знизилася до 0,5% (Євдокимов, Стецко, 1996). Аналогічні зміни відбулися і в NHL. Проте, навіть досить висока імовірність для аутсайдера отримати перший номер у драфті не завжди втілюється в життя. Наприклад, у драфт-лотереї NHL 2001 р. тридцята команда в регулярному чемпіонаті („Нью-Йорк Айлендерс“) мала імовірність виграти 25%, а виграла це право команда „Атланта“, котра посіла в регулярному чемпіонаті 28 місце і її шанси становили лише 14,2%. „Айлендерс“ отримали друге місце у виборі.

Команди, котрі завоювали право участі в іграх плей-офф одержують порядковий номер вибору у драфті, що зворотній зайнятому місцю в регулярному чемпіонаті. Команда-переможець обирає останньою, друга - передостанньою і т. д. Слід відзначити, що своє право обирати під певним номером у черговому драфті, або навіть у драфті наступного року одна команда може продати іншій команді або виміняти за діючого гравця. Наприклад, в 1997 р. керівництво клубу "Детройт Ред Уінгз" передало основного голкіпера команди Майка Вернона клубові "Сан-Хосе Шаркс" за право вибору у драфті 1998 і 1999 років.

Перед кожним драфтом Центральні скаутські бюро ліг на підставі детальної інформації складають рейтингові списки гравців, котрі є кандидатами на працевлаштування. Від місця гравця в рейтингу у значній мірі залежить зарплата новачка. Проте, скаутські служби клубів складають і свої рейтинги гравців, і вони досить часто не співпадають з рейтингами

Центральних скаутських бюро. Зокрема керівництво клубу „Нью-Йорк Айлендерс” маючи право першого вибору у драфті – 2000 р. обрало не нападаючого Дені Хітлі (перший за рейтингом Центрального скаутського бюро), а воротаря Ріка Дільєстро. Достатньо вичерпну інформацію про талановитих спортсменів надають клубам тренери команд коледжів і університетів. Справа у тому, що вони зацікавлені щоб контракти були підписані з випускниками саме їхнього навчального закладу, бо це у свою чергу стане доброю рекламою для залучення до команд цих навчальних закладів обдарованих випускників середніх шкіл.

Спочатку драфт проводили "за закритими дверима". З часом його стали проводити на спортивних аренах клубів як барвисте шоу з запрошенням глядачів, журналістів і телебачення (Доспехов, 1997). Наприклад, драфт NHL 2005 р. висвітлювали дві телекомпанії. Вхід для глядачів безкоштовний, але необхідно вистояти в черзі за перепустками.

Найбільш цікаво проходить перший раунд драфту. Коли гравця обирає якась команда, до нього відразу ж підходить її представник і вручає йому, наприклад в хокеї, светр команди. В ньому гравець виходить на подіум, щоб попозувати перед фотографами, а потім дати інтерв'ю телебаченню. Після цього обов'язкова пресконференція в спеціальній "прескімнаті". Спортсмени, яких обрали в першій десятці, удостоюються такої прискіпливої уваги журналістів, якої не мають навіть визнані лідери ліги. Фактично вже з драфту розпочинається формування майбутніх суперзірок. **Кількість раундів у різних лігах різна від двох в NBA до 17-ти в NFL.** Гравці, яких не відібрали під час драфту, одержують право на вільне працевлаштування в клубах відповідної ліги, коли на них буде попит.

Якщо з відібраними у драфті гравцями клуби не підписують контракти до наступного драфту, вони автоматично одержують право на участь в ньому. Однак це правило стосується тільки спортсменів, що виступали в командах Північної Америки (США і Канада). Права на всіх інших гравців залишаються за клубами, що їх обрали у драфті. Наприклад, якщо будь-який клуб NHL обрав у драфті хокеїста з України і не уклав з ним контракту, то цей спортсмен не зможе більше виставитися на драфт, оскільки залишається власністю відповідного клубу. Він зможе працевлаштуватися в NHL лише у тому випадку коли цей клуб передасть право на нього іншому клубові, що зацікавлений підписати з ним контракт.

В разі збільшення кількості команд в лізі вона оголошує „Драфт розширення”. Наприклад, в сезоні 1998/1999 рр. в NHL створена нова команда "Нешвілл Предаторз". **Згідно Статуту NHL новий клуб мав право залучити до свого складу по одному гравцю із кожної з 26 команд-старожилів.** У свою чергу кожний клуб може захистити від переходу до нової команди одного воротаря, п'ятьох захисників, дев'ятьох форвардів та ще одного польового хокеїста, або двох воротарів, трьох захисників, сім нападаючих і ще одного польового гравця. Крім того на драфт розширення автоматично не виставляються новачки хокеїсти, стаж роботи яких в NHL менше двох років.

У 2004 р. аналогічна ситуація склалася в NBA. Новостворена команда „Шарлотт Бобкетс” мала право зі складів 29 існуючих команд обрати собі

баскетболістів. Кожен клуб мав право захистити від драфту розширення 8 гравців. З кожної команди можна взяти лише одного баскетболіста.

З метою запобігання скупченню висококласних гравців у фінансово найбільш потужних клубах і підвищенню шансів інших на придбання класних гравців в елітних лігах північно-американського професійного спорту застосовується „драфт відмов”. Зокрема в NHL він щорічно проводиться наприкінці вересня - початку жовтня. Кожен клуб подає до ліги список із 20 захищених від драфту гравців (18 польових і 2 воротарів), а інші попадають на ринок робочої сили і їх можуть взяти інші клуби. Наприклад, у 2001 р. Клуб „Детройт Ред Уінз” захистив 2-ох воротарів (Д. Гашека і молодого М. Легаса), що дозволило клубу „Нью-Йорк Айлендерс” забрати у нього висококласного воротаря К. Осгуда. Завдяки його вдалій грі „ Айлендерс” вперше з 1994 р. змогли пробитися до плей-офф. Право першого вибору у драфті відмов надається клубові, що посів останнє місце у регулярному чемпіонаті попереднього сезону. Потім обирається передостанній і т.д.

Сутність драфту полягає у тому, що не спортсмен обирає команду у складі якої він хотів би виступати, а представники клубів за певними правилами обирають собі гравців, котрі їм потрібні. Система „драфт” усуває клуби від конкурентної боротьби за найбільш кваліфікованих новобранців. Це дозволяє клубам зменшити видатки на придбання обдарованих гравців. Ця система також надає лігам можливість регулювати конкурентоспроможність команд і підвищувати видовищність змагань, що сприяє зростанню прибутків як ліги в цілому, так і кожного її клубу. Саму процедуру драфту ліги перетворили в цікаве шоу, що дозволяє отримувати додаткові прибутки і популяризувати свій вид спорту. Окрім набору новачків процедура драфту застосовується при створенні нових команд (драфт розширення) і з метою перерозподілу гравців (драфт відмов).

18.2. Відбір новачків в NBA

Відбір новобранців до команд в ігрових видах професійного спорту Північної Америки здійснюється за системою "драфт". Однак у кожній лізі є свої особливості її функціонування.

Національна баскетбольна асоціація. Структура американського баскетболу нагадує велику піраміду. Її основу складає шкільний баскетбол. Середня ланка - розгалужена і добре організована система студентського баскетболу, а також нижчі професійні ліги. Вершину піраміди складають професійні клуби NBA.

Щорічний відбір новачків за системою „драфт” проводиться після закінчення чергового сезону у червні місяці. До участі в драфті допускаються спортсмени, яким виповнилося 19-ть років. Вони повинні мати відповідний рівень спортивної майстерності і подати письмову заяву до NBA не пізніше ніж за 45 днів до дня проведення драфту.

Під тиском Асоціації професійних баскетболістів NBA змушена була зменшувати кількість раундів відбору гравців у драфті: в 1988 р. - до семи, а в 1989 р. - до двох раундів. Згідно Колективної угоди між "профспілкою" гравців і керівництвом Національної баскетбольної асоціації кожна команда має тільки два права вибору у драфті. Всі інші гравці, що були у драфт-списку Центрального скаутського бюро ліги, одержують право на вільне працевлаштування у будь-якому її клубі.

Щоб звести до мінімуму помилки при відборі і якомога точніше оцінити потенційні можливості молодого баскетболіста в NBA створена розгалужена система багаторічного спостереження за перспективними спортсменами. На кожного перспективного молодого гравця заводиться комп'ютерне "досьє", в якому фіксуються усі його сильні і слабкі сторони, як краще грати з ним і проти нього, як допомогти йому закинути мяча до кошика і як виключити його з гри. Подібну інформацію збирають протягом 5-6 років.

За три тижні до драфту проводяться так звані "оглядини" гравців, яких Центральне скаутське бюро ліги включило до драфт-списку. "Оглядини" можуть підвищити, або ж понизити акції баскетболіста, як це трапилося, наприклад, з литовським легіонером А.Карнішовасом, якого не задрафтували у 1995 р. хоча до "оглядин" він котувався досить високо. П'ять кращих баскетболістів драфт-рейтингу ліги звільняються від "оглядин" і, як правило, на них не приїздять.

У процесі переддрафтового вивчення можливостей гравців клуби намагаються вирішити низку важливих питань:

- **Чи виправдає гравець вкладені в нього кошти?** Оскільки видатки клубу навіть на гравця під 5-7-м номером у драфті складають велику суму (біля 2 млн доларів на рік), то це питання надзвичайно актуальне.
- **Чи володіє кандидат достатніми для NBA фізичними даними та підготовленістю?** Високий зріст; довгі, сильні, швидкі руки і ноги; потужні плечі і торс; "м'яка" кисть та добре розвинена мускулатура є важливими передумовами для успішної кар'єри баскетболіста в NBA. Більшість видатних баскетболістів виглядають саме так. Однак бувають і винятки: погана стрибучість у суперзірки професійного баскетболу Л. Бьорда, відносно короткі ноги у неодноразового чемпіона NBA С. Піпена, маленький, не тільки за баскетбольними мірками, зріст Уебба і М. Богза (біля 160 см). Найнижчий нині гравець ліги Ерл Бойкінс (165 см.) із „Денвера” завоював право участі у матчі „Всіх зірок” 2005 р. В індивідуальному конкурсі (використання технічних елементів на швидкість: дриблінг + точність пасу + точність кидка) найкращих гравців NBA він посів друге місце. Він є гравцем стартової п'ятірки „Денвера”. В сезоні 2004/2005 рр. Бойкінс провів всі 82 гри регулярного чемпіонату набираючи у кожній грі в середньому 12,4 очка і роблячи 4,5 результативних передач за гру. В цьому ж сезоні він встановив рекорд NBA набравши в овертаймі зустрічі з „Сіетлом” 15 очок із 21, що набрала вся команда і забезпечив перемогу своєї команди. Попередній рекорд 14 очок належав Б. Картеру з „Індіани” і був встановлений у 1984 р. Передбачити, що такі низькорослі спортсмени стануть видатними майстрами було не так вже й просто.

- **Чи зможе новобранець проявити себе в NBA?** Відповідь на це запитання намагаються отримати під час преддрафтових "оглядин". Гравцям дають великі фізичні навантаження і оцінюють як вони їх переносять та як швидко відновлюються після них. Справа у тому, що упродовж сезону практично немає часу на розвиток фізичних якостей і функціональних можливостей. В тренуваннях передусім відпрацьовують до автоматизму необхідні техніко - тактичні дії.

- **Що у спортсмена на душі?** Люди по різному реагують на появу великих грошових сум на банківському рахунку і своїх фотографій на обкладинках модних журналів. Щоб вивчити внутрішній світ новачка в NBA застосовують психологічний тест у якому понад 600 запитань. Окрім цього психологи проводять з кандидатом бесіду віч-на-віч, а при необхідності спілкуються з людьми його найближчого оточення (товариші по навчанню, сусіди, педагоги).

- **Чим виділяється гравець, і чи зможе він зберегти свою індивідуальність в NBA?** Команди NBA стараються комплектувати з яскравих індивідуальностей за принципом: ліпший забиваючий, ліпший за підборами м'ячів на щитах, ліпший диспетчер, ліпший захисник. Гравець повинен мати у своєму арсеналі хоча б один елемент "ультра-сі". Саме такий гравець не тільки корисний для команди, але й цікавий для глядачів. Наявність такого гравця у команді, навіть коли вона виступає на середньому рівні, забезпечує високу відвідуємість ігор, а отже і високі прибутки клубові;

- **Чи гравець переможець за характером, чи його успіхи були зумовлені силою команди, у якій він грав раніше?** Тут важливо вірно оцінити можливості кандидата проявляти націленість на перемогу з його спроможністю зціпивши зуби переломити перебіг матчу коли він буде виступати в іншій команді. Це, наприклад, вдалося "Фініксу", який вибрав у драфті 1995 р. Майкла Фінлі, що виступав за команду університету з міста Вісконсін. Незважаючи на те, що у рейтинговому списку Майкл значився під 21 номером у "Фініксі" він добре себе проявив і став одним з кращих новачків сезону.

- **Чи подобається керівництву клубу цей гравець?** Поряд з багаторічним вивченням можливостей майбутніх кандидатів до елітних клубів з використанням найсучасніших комп'ютерних технологій інколи власники команд або генеральні менеджери роблять свій вибір покладаючись на інтуїцію.

Щоб дати аргументовану відповідь на запитання щодо перспективності новобранців, в лігах і клубах створена розгалужена скаутська служба. Спеціальні тренери-селекціонери ведуть безперервний пошук молодих талантів у закріплених за ними регіонах, у тому числі і в зарубіжних країнах. (Вуден,1987; Рыжков, 1990; Евдокимов, Стецко,1996).Це дає можливість з високою імовірністю прогнозувати успішність виступів новобранців в NBA. Зокрема, переважна більшість перших номерів драфту останніх років (Л.Джонсон-1991р., Ш. О'Ніл-1992р., К.Уеббер-1993р., А.Айверсон-1996 р., Т.Данкан-1997р., Л. Оловаканді-1998р., Яо Мін-2002р., Л.Джеймс-2003р.) стали супер-зірками NBA. Однак, навіть добре

оснащені новітніми розробками вчених та комп'ютерними програмами скаути і генеральні менеджери клубів NBA інколи помиляються. Так, з усіх гравців, котрих обрали у першому раунді драфту 1986 р., тільки сім продовжували брати участь в іграх NBA у 1996 році. У той же час із задрафтованих у першому раунді 1985 р. понад 10 років виступали в лізі. 14 баскетболістів. Окрім цього слід відзначити, що задрафтованні у другому і навіть третьому раундах 1986 р. успішно виступали в лізі і наприкінці 90-х років такі відомі баскетболісти як М. Прайс, Д. Родман, Д. Хорнасек та інші.

Тривалий час клуби NBA на драфті віддавали перевагу баскетболістам Північної Америки. Інколи включали до драфт-списків баскетболістів з інших континентів за умови, що вони успішно виступали в командах американських університетів. Орієнтація ліги в останнє десятиріччя на завоювання зовнішніх ринків спонукала її до розширення географії новобранців. Зокрема у драфті 2004 року відразу сім вихованців з країн, що утворилися на теренах колишнього СРСР, було обрано клубами NBA у драфті, у тому числі Сергія Лещука із Южненського „Хіміка”. Це перший баскетболіст обраний у драфті безпосередньо з української баскетбольної ліги.

18.3. Система відбору спортсменів в MLB (ГБЛ)

Головна бейсбольна ліга. У бейсболі, так само як і в баскетболі, створена потужна і розгалужена система підготовки спортсменів. Найбільш масовою її ланкою є шкільний бейсбол. Вже з 10-ти років юні спортсмени беруть участь у змаганнях за спрощеними правилами (зменшені розміри ігрового поля, легші бити і м'ячі). По закінченні школи кращі бейсболісти удосконалюють свою майстерність у командах коледжів, напівпрофесійних та професійних ліг університетів. Найліпші з них запрошуються до клубів MLB. Попасти до основного складу команди коледжу або університету, а тим паче до професійного клубу MLB, надзвичайно престижно і дуже складно. Відбором гравців до команд коледжів, університетів і професійних клубів займаються кваліфіковані тренери-селекціонери. Спортсмени проходять систематичне тестування ступеня фізичної підготовленості (швидкісні і швидкісно-силові якості, швидкісна та силова витривалість) і рівня техніко-тактичної майстерності з урахуванням ігрових амплуа. На всіх обдарованих гравців коледжів, університетів та нижчих професійних ліг упродовж кількох років збирається детальна статистична інформація, яка аналізується при відборі до клубів MLB.

Відбір гравців до клубів MLB проводиться два рази на рік (січень, червень) за системою "драфт". Гравці, що були відібрані в січневому драфті і з тих або інших причин не підписали контракти з клубами, автоматично включаються до червневого драфту і можуть бути відібраними іншою командою. Це дає спортсменам певні переваги, оскільки їм не обов'язково підписувати контракти за першим драфтом на будь-яких умовах. У них є шанс отримати більш вигідні пропозиції у червневому драфті. З іншого боку, не підписавши контракти вони на тривалий час втрачають досить високу зарплату без будь-яких гарантій на більш вигідний контракт у майбутньому.

Рейтинговий список гравців на драфт складає ліга. Згідно статуту MLB у драфті можуть брати участь бейсболісти, котрі закінчили середню школу. Якщо випускник середньої школи не підписав контракту з професійним клубом MLB до вступу в університет, то він втрачає право працевлаштування в лізі до досягнення 21-річного віку (Платонов, Гуськов Линець,2000).

18.4. Особливості відбору новачків в NFL (НФЛ)

Національна футбольна ліга. Американський футбол належить до найбільш популярних і найбільш престижних видів спорту в США. Останнім часом він користується великою популярністю і в Європі. Основним резервом для поповнення складів команд NFL є гравці студентських команд і Міжнародної ліги. Селекціонери клубів NFL збирають детальну інформацію на гравців за ігровими амплуа. Особливу увагу скаути звертають на тотальні розміри тіла (зріст і маса), рівень розвитку силових і швидкісно-силових якостей, бойовий дух спортсменів. На підставі інформації від селекціонерів скаутське бюро складає рейтингові списки кандидатів до клубів NFL. З 1936 р. відбір новачків проводиться за системою „драфт”, що дозволило лізі суттєво підвищити економічні показники.

Відбір проводиться в січні після закінчення фінальної серії ігор "Супер Боул". Драфт складається з 17-ти раундів. Отже, кожна команда має право вибирати гравців 17-ть раз. Проте 17 раундів драфту, як правило не відбувається. Вже після 6-7 раунду голосуванням власників клубів драфт може припинитися. **Гравці, яких не відібрали одержують право вільного працевлаштування в клубах ліги, що виявлять до них інтерес.**

До початку 80-х років NFL включала до рейтингових списків на драфт лише тих футболістів-студентів, котрі закінчували навчання до першого вересня поточного року і гравців, у яких закінчився термін дії права на зарахування до студентських команд. З 1982 р. до рейтингових списків кандидатів до NFL стали включати і футболістів, що не закінчили навчання у вищих навчальних закладах.

18.5. Відбір новачків в NHL (НХЛ)

Національна хокейна ліга. Національна хокейна ліга складається з американських і канадських хокейних клубів. При більшості клубів функціонують хокейні школи, навчання в яких розпочинається у 6-річному віці. Юні спортсмени поділяються на вікові групи: "А" - 6-7-річні; "В" - 8-9-річні; "С" - 10-11-річні; "Д" - 12-13-річні і т. д.

До 1969 р. в клубах NHL були дублюючі команди, з яких обдаровані хокеїсти плавно переходили до елітних команд по досягненні 21-річного віку. Однак, у цій ситуації складно було досягнути балансу конкурентноспроможності команд ліги, оскільки у них були різні фінансові можливості для залучення до клубів провідних молодих гравців. Це змусило керівництво NHL ввести у 1963 р. набір новачків за системою "драфт". До драфтового списку включалися хокеїсти, котрі досягли 17-річного віку і не були членами складів дублюючих команд. У 1964 р. мінімальний вік постановки хокеїстів на драфт було збільшено до 18-ти років.

У 1969 р. керівництво NHL офіційно скасувало статус дублюючих команд і вперше у драфті клуби могли вибирати гравців незалежно від того де вони раніше виступали. Це дозволило реально впливати на підвищення конкурентоспроможності команд-аутсайдерів.

Наприкінці 1990-х років у північно-американському хокеї сформувалася розгалужена система підготовки гравців, що включає: дитячо-юнацькі групи при елітних хокейних клубах; юніорські ліги провінцій Онтаріо, Квебеку і Західної; Студентська хокейна ліга; Аматорська хокейна ліга; Міжнародна, Центральна і Американська професійні хокейні ліги. Вершиною цієї піраміди є NHL, селекціонери якої скрупульозно вивчають молоді дарування з метою відбору найбільш талановитих гравців до її клубів. Клуби мають також міжнародних скаутів, які збирають інформацію здебільшого про європейських хокеїстів. Тривалий час керівництво NHL проводило грабіжницьку політику щодо національних федерацій хокею європейських країн. Клуби NHL переманювали талановитих хокеїстів без будь-якої компенсації національним федераціям. Тільки у 1990 р. завдяки втручання Міжнародної ліги хокею на льоду між NHL і Федерацією хокею Швеції було відпрацьовано механізм переходу шведських гравців до команд NHL. У 1992-1993 рр. це питання було погоджене з Федераціями хокею Росії, Чехії та інших Європейських країн. Співпраця Міжнародної ліги хокею на льоду з NHL сприяла тому, що тепер перехід хокеїста до NHL можливий лише після погодження з національною федерацією відповідної країни. **Нині між NHL та Міжнародною федерацією хокею на льоду діє угода, яку підписали майже усі національні федерації хокею, щодо умов переходу хокеїстів з Європейських країн до NHL.** Згідно цієї угоди клуб NHL, що обрав європейського хокеїста у драфті під першим номером повинен виплатити його попередньому клубові компенсацію у сумі 900 тис. доларів, під другим номером -880 тис. доларів, під третім – 860 тис. доларів і т.д. за всіх кого обрали у першому раунді. Компенсації європейським клубам за всіх інших хокеїстів, котрих обрали у драфті, складає 150 тис. доларів за кожного.

З кінця 1990-х років до драфтових списків NHL включаються хокеїсти, яким не пізніше ніж у вересні виповниться 18-ть років і не старші 20-річного віку. Це правило стосується тільки північно-американських хокеїстів (США, Канада). Для хокеїстів з інших країн встановлено лише одне вікове обмеження - їм повинно бути не менше 18-ти років. Драфт проводиться у червні і складається з дев'яти раундів (раніше було 12-ть). Однак драфт може закінчитися і скоріше, коли представники клубів проголосують за це. Наприклад, у 1997 р. відбулося лише чотири раунди. Гравці, яких не відібрали у цих раундах, отримали право на вільне працевлаштування у клубах ліги.

Безпосередньо процедура драфту займає один день, однак вже напередодні ажіотаж досягає апогею. Для агентів кандидатів на працевлаштування у клубах NHL це найбільш відповідальний день. Їм необхідно нанести візи до імпровізованих офісів клубів (у місті де проводиться драфт), котрі цікавляться їхніми підопічними. Під час бесід з гравцями напередодні драфту представники команд звертають увагу на щонайменші нюанси, у тому числі і на те, наскільки відверто відповідає спортсмен на

запитання, на його манеру триматися, говорити і тощо. Інколи за день до драфту акції гравця можуть істотно зрости, або навпаки - значно знизитися. Фахівці стверджували, що саме внаслідок не дуже вдалих відповідей на запитання у 1996 р. російський легіонер А. Волчков був задрафтований не під другим, як передбачалося, а під четвертим номером. Відмінність полягає у тому, що ніж вищий номер у драфті, тим більша імовірність укладення вигідного контракту.

Про ефективність відбору в NHL може свідчити той факт, що у списку 50 найкращих бомбардирів ліги (станом на 2005 р.) був тільки один незадрафтований хокеїст – Адам Оутс , з яким ще у 1985 р. уклав контракт „Детройт Ред Уінз”. Найуспішнішим вважається драфт 1979 р. Кожний з 21 хокеїстів обраних в першому раунді відіграв в лізі не менше семи сезонів, у тому числі і така мегазірка NHL як Марк Месье.

Важливим традиційним заходом, що проводиться за добу до драфту, є презентація провідних молодих гравців публіці. Це грандіозне шоу з музичним супроводом у виконанні популярних естрадних співаків, з дотепними коментарями видатних у минулому хокеїстів. Після цього провідні учасники майбутнього драфту надходять у розпорядження журналістів. Розпочинається "розкрутка" майбутніх зірок і суперзірок вже напередодні драфту.

Північно-американські хокеїсти, яких виберуть у драфті, залишаються за клубами, що їх задрафтували упродовж двох років. Коли за цей час клуби не підпишуть з ними контракти, вони знову одержують право участі у драфті. Хокеїсти з інших країн, яких клуби задрафтували, залишаються за цими клубами до тих пір, доки вони не підпишуть з ними контракти, або не передадуть право на цих гравців іншим клубам.

Незважаючи на розгалужену скаутську службу і наполегливу роботу тренерів-селекціонерів уникнути помилок у відборі все ж не вдається. Більш того юніори, яких задрафтували під високими номерами, не завжди виправдовують надії. У той же час гравці, яких вибрали в кінці драфту, незабаром змушували говорити про себе. Наприклад, такі суперзірки ліги як П.Буре, Б.Халл, Т. Флері, Д. Гашек не входили навіть до першої сотні задрафтованих, а на А.Оутса, Д.Сіссареллі, Д.Малена і Е.Белфора скаути у свій час навіть не звернули уваги. Зазвичай менеджери дуже цінують можливість вибрати молодого гравця у першому колі драфту. Сьогодні ж, на думку функціонерів NHL, драфт за участі 18-річних хокеїстів справа ненадійна, бо ніхто з певністю не може сказати, чи стане 18-річний хокеїст у майбутньому "зіркою" або хоча б надійним гравцем. Тому в NHL розповсюджена практика продажу своєї черги у драфті. Так, клуб "Лос-Анджелес Кінгс", купуючи у команди м.Едмонтон У.Гретцкі за 15 млн. доларів, віддав за нього також свого кандидата першого кола 1988 р. М.Джелінаса і трьох майбутніх кандидатів першого кола набору 1989-1991 рр.

Провідні професійні ліги в командних ігрових видах спорту здійснюють відбір новобранців за системою „драфт”. Однак між ними є істотні відмінності в його організації і проведенні. Вони стосуються кількості драфтів протягом року, кількості раундів драфту, особливостей

застосування системи „драфт” щодо північно-американських спортсменів та спортсменів з інших регіонів.

У розглянутих лігах функціонують Центральні скаутські бюро і скаутські служби клубів, які наполегливо ведуть пошук спортивних талантів як на території Північної Америки, так і далеко за її межами. Селекціонери ведуть безперервне спостереження за перспективними спортсменами упродовж 4-5 років.

Тренери-селекціонери озброєні новітніми науковими розробками з методики відбору обдарованих спортсменів, але уникнути помилок все ж не вдається.

У випадку розширення ліги застосовується специфічна модель системи „драфт” для комплектування команд нових клубів.

З метою вирівнювання конкурентоспроможності команд ліг застосовують також драфт відмов.

18.6. Відбір пілотів до гонок “Формула – 1”

Автогонки. Більшість пілотів "Формули-1" розпочинали кар'єру автогонщика з гонок на картингах. Їх шлях до "Формули-1" був тривалим і складним. Прикладом послідовного вдосконалення майстерності пілота в гонках різного класу може бути спортивна кар'єра бронзового призера в гонках „Формула – 1” 2004 року Дженсона Баттона. Він розпочав заняття автоспортом в дев'ятирічному віці. В 17 років став наймолодшим чемпіоном в картингових гонках класу „Супер А”. У вісімнадцятирічному віці виграв чемпіонат Великобританії в класі гонок формула „Форд” і отримав традиційну премію „Кращий молодий гонщик” від команди „Макларен”, що бере участь у гонках „Формула -1”. Наступного року Д. Баттон завоював третє місце у гонках „Формула – 3”. У 2000 році вперше в історії гонок ”Формула – 1” власник команди „Вільямс ВМV” Френк Вільямс уклав угоду з молодим пілотом, який не мав досвіду участі в гонках „Формула – 3000” і не помилився. Вже на другому етапі гонок „Формула – 1” сезону 2000 р. Д. Баттон завоював своє перше залікове очко і став наймолодшим англійцем, що завоював для своєї країни очки у найпрестижніших автоперегонах світу. (Беров,2004).

Перший етап оволодіння майстерністю гонщика - це Формула "Кеніг" (табл. 1)

Таблиця 1

Технічні характеристики гоночних автомобілів
різного класу та довжина етапів у гонках

Клас гонок	Двигун	Коро-бка передач	Витрати палива на 100 км	Швидкість. км за год.	Час розгону	Дистанція
1	2	3	4	5	6	7
Формула „Кенн”	W Polo Об’єм двигуна – 1272 см? Циліндри – 4 . Потужність близько 98 к.с. Кількість обертів – 7500.	4 передачі	18 л	200	100 км. на год. за 8 с., 200 км на год. за 20 с.	50-60 км
Формула „Юніор”	BMW Об’єм двигуна - 998 см? Циліндри – 4. Потужність - близько 100 к.с. Кількість обертів – 9800.	5 передач	15 л	220	100 км. на год. за 7 с., 200 км на год. за 16 с.	50-60 км
Формула “Форд”	Форд Об’єм двигуна - 1601 см? Циліндри - 4. Потужність - близько 107 к.с. Кількість обертів - 6250.	4 передачі	18 л	210	100 км на год. за 7,5 с 200 км на год. за 17 с	50-70 км
Формула „Рено”	Рено Об’єм двигуна – 1721 см? Циліндри – 4. Потужність – близько 130 к.с. Кількість обертів – 6250.	5 передач	20 л	230	100 км на год. за 7,5 с., 200 км на год. за 16 с.	Біля 70 км
Формула „Опель”	Опель Об’єм двигуна - 1998 см? Циліндри - 4. Потужність – близько 158 к.с. Кількість обертів – 7000.	5 передач	21 л	270	100 км на год. за 6с., 200 км на год. за 12 с.	Біля 80 км
Формула – 3	Довільна марка Об’єм двигуна – 2000 см? Циліндри – 4. Потужність – близько 170 к.с. Кількість обертів – 6000.	5 передач	25 л	280	100 км на год. за 4,5 с., 200 км на год. за 10 с.	Біля 70 км
Формула - 3000	Довільна марка Об’єм двигуна – 2000 см? Циліндри – 12. Потужність – близько 450 к.с. Кількість обертів – 9000	5 передач	60 л	300	100 км на год за 3,8 с., 200 км на год. за 7 с.	До 210 км
Формула - 1	Довільна марка. Об’єм двигуна – 3500 см? Циліндри – 12. Потужність – близько 700 к.с. Кількість обертів – 13500.	6-7 передач	70 л	330	100 км на год. за 2,7 с., 200 км на год. за 5 с.	Біля 300 км

До гонок у формулі „Кенінг” допускаються підлітки і юнаки до 16-річного віку, які мають досвід змагань на картах. Після успішного засвоєння техніки гонок у Формулі "Кеніг" юнакам надається право перейти до наступного класу гонок - Формула "Юніор". Кращі юніори можуть продовжити свою кар'єру в гонках Формули "Форд". Наступним кроком до вершини автоспорту є участь у гонках Формули "Рено" і Формули "Опель". Ці гонки фактично одного класу, однак з гонок Формули "Рено" децю легше

зробити крок до більш престижних гонок "Формула-3" і "Формула-3000". Автомобілі "Формули-3000" за своїми технічними характеристиками близькі до автомобілів "Формули-1". Тому успішні виступи у гонках "Формула-3000" є стартовим плацдармом до участі в гонках "Формула-1".

18.7. Система відбору велогонщиків до участі у професійних шосейних гонках

Професійний велоспорт, як і переважна більшість інших видів професійного спорту, черпає свої резерви з олімпійського спорту. Професійні велосипедні клуби запрошують до своїх спортивних груп (команд) здебільшого провідних гонщиків-аматорів, що досягли 20-22-річного віку. Історії професійного велоспорту відомі випадки коли вже у 20 років гонщики досягали високих результатів:

Корнет Х. (Франція) - переможець гонки "Тур де Франс" 1904 року;

Коппі Ф. (Італія) - переможець гонки "Джіро Італія" 1994 року.

Однак більшість видатних професійних велогонщиків за всю історію шосейних гонок у 19-20-річному віці тільки розпочинали професійну кар'єру (табл.2). Певно, що оптимальний вік початку професійної кар'єри у велоспорті був однією з важливих передумов їх блискучих виступів протягом 13-17 років.

Таблиця 2

Спортивні характеристики десятки найкращих велосипедистів-професіоналів світу за всю історію шосейних гонок (за С.В.Єрдаковим)

Ім'я, прізвище, країна	Рік на- род- жен- ня	Роки виступів у профе- сійному спорті	Загаль- на кіль- кість перемог у профе- сійно- му спорті	Пере- моги в чем- піона- тах світу на шосе	Переможець гонок		
					Тур де Франс	Джіро Італія	Вуельта Іспанія
1	2	3	4	5	6	7	8
Едді Меркс, Бельгія	1945	1965- 1978	445	1967 1971 1972 1974	1969 1970 1971 1972 1974	1968 1970 1972 1973 1974	1973
Рік Ван Лой, Бельгія	1933	1953- 1970	371	1960 1961			
Рік ван Стеенберген, Бельгія	1924	1943- 1966	270	1949 1956 1957			
Франческо Мозер, Італія	1951	1973- 1988	261	1977		1984	
Роже де	1947	1969-	255				

Флаємінк, Бельгія		1984					
Фредді Мертенс, Бельгія	1952	1972- 1984	222	1976 1981			1977
Бернар Іно, Франція	1954	1974- 1986	214	1980	1978 1979 1981 1982 1985	1980	1978 1983
Жак Анкетіль, Франція	1934	1953- 1969	205		1957 1961 1962 1963 1964	1960	1963
Джон Зотемелк, Голландія	1946	1970- 1987	196	1985	1980		1979
Джузеппе Сароні, Італія	1957	1977- 1990	194	1982		1979 1983	

*Ми вдячні С.В.Єрдакову за надану інформацію з професійного велоспорту.

При укладанні контрактів з гонщиками враховуються їхні попередні досягнення, рівень фізичних і функціональних можливостей організму і схильність до певного виду гонок. Тренери формують професійні спортивні групи з урахуванням спеціалізації гонщиків і в залежності від завдань наступного сезону. **Як правило, у збалансованій спортивній групі 1-2 лідери, 1-2 фінішери і 1-2 гірські гонщики, а решта - просто спортсмени команди або як їх називають у професійному велоспорті - "грегарі", тобто ті, хто повинен забезпечити успішний виступ лідера.** Однак, в залежності від фінансових можливостей спортивної групи і завдань майбутнього сезону це співвідношення може змінюватися. Наприклад, коли перед спортивною групою ставиться завдання виграти гонку "Вуельта Іспанії" і вона у цьому сезоні буде складатися здебільшого з гірських етапів, то без сумніву в команді повинно бути декілька сильних гірських гонщиків (Єрдаков, Захаров, 1997).

8. Особливості відбору спортсменів у професійному боксі

Професійний бокс поповнює свої ряди здебільшого з олімпійського спорту. Боксери-аматори, котрі добилися істотних успіхів на рингу і привернули до себе увагу менеджерів, мають змогу укласти професійний контракт. Він включає низку зобов'язань обох сторін і умови перегляду або припинення дії контракту. Після цього боксер отримує ліцензію, що дає йому право брати участь у змаганнях професіоналів. Ліцензія надається тільки боксерам, що досягли 18-річного віку і пройшли ретельне медичне обстеження.

Досвідчені селекціонери професійних боксерських клубів тримають у полі зору всі значні змагання - від національних першостей країн, в яких достатньо розвинений бокс, до чемпіонатів світу і Олімпійських ігор. До числа основних критеріїв відбору, що використовують тренери-селекціонери,

відносяться: вік боксера; стаж занять боксом (боксери, котрі не досягли за 5-6 років занять помітних успіхів, як правило, не запрошуються до професійних клубів); рівень фізичної, технічної, тактичної і психічної підготовленості; здатність "тримати" удари; володіння потужним нокаутуючим ударом. В якості модельних характеристик антропометричних показників для боксерів супер-важкої вагової категорії наведемо дані видатних боксерів-професіоналів Е. Холіфілда та М.Тайсона (табл.3). Звертає на себе увагу практично повна ідентичність їх антропометричного профілю.

Таблиця 3

Антропометричні показники видатних боксерів
супер-важкої вагової категорії

Евандер ХОЛІФІЛД	Показники	Майк ТАЙСОН
98,1 кг	Маса тіла	98,1 кг
186,0 см	Довжина тіла	180,0 см
	Обвід грудей:	
109,2 см	звичайний	109,2 см
114,3 см	максимальний	114,3 см
40,6 см	Біцепс	40,6 см
31,8 см	Передпліччя	35,6 см
81,3 см	Талія	86,4 см
55,9 см	Стегна	68,6 см
33,0 см	Ікри	48,3 см
49,6 см	Шия	52,1 см
19,1 см	Зап'ястя	20,3 см
31,8 см	Кулак	33,0 см

В якості модельних показників фізичної підготовленості можна навести досягнення відомих українських боксерів супер-важкої вагової категорії чемпіонів світу серед професіоналів Володимира та Віталія Кличко. Брати Клички виконують по 130 ударів по тренувальному мішку за 30 с і долають у тесті Купера понад 3500 метрів.

В недалекому минулому практика професійного боксу знала немало випадків коли майбутні великі чемпіони приходили до нього прямо "з вулиці". До їх числа слід віднести: 11-разового чемпіона світу серед професіоналів Джо Луїса, котрий нокаутував свого часу відомого німецького боксера М.Шмеллінга; італійського м'ясника Тоні Галенто, котрий успішно виступав на професійному рингу навіть проти Джо Луїса; багаторазових чемпіонів світу серед професіоналів Луї Армстронга та Джорджа Формена. Останній з невеликою перервою продовжував виступи на професійному рингу до 50-річного віку. Подібним був шлях до вершин світового професійного боксу і в М. Таксона. Вже у 12-річному віці він постав перед судом за бійки (Зюзов, 2005) і як соціально небезпечний був скерований до виправної колонії. Там він зустрівся з тренером Касом д'Амато, який навчив його азам боксу. В 19 років він дебютував на професійному рингу, а в 20 – став наймолодшим в історії професійного боксу чемпіоном світу за версією WBC. В 21 – річному віці (1987 р.) він завойовує титул чемпіона світу за версіями WBA та IBF і стає абсолютним чемпіоном світу.

Однак тепер основну масу боксерів-професіоналів складають колишні переможці і призери континентальних та світових чемпіонатів, Олімпійських ігор. Але навіть обдарованим досвідченим боксерам-аматорам необхідно 2-4 роки спеціальної підготовки і участі в рейтингових та претендентських боях щоб досягнути вершини професійного боксу хоча б за однією з світових версій.

18.9. Система відбору спортсменів у професійному тенісі

Теніс один з найпопулярніших видів професійного спорту. Він культивується більш ніж у 80-ти країнах світу. Упродовж останніх 10-літь одне з провідних місць у світовій тенісній ієрархії посідають тенісисти Чехії і Словаччини (І.Лендл, М.Навратілова, П.Корда, Я.Новотна, К.Кучера та ін.). Тому буде доречним розглянути систему відбору саме у цих країнах. В них існує комплекс добре скоординованих і взаємодоповнюючих чинників підготовки тенісистів високого класу:

- багаторічні традиції;
- масовість;
- науково обґрунтована система тренувань і поетапного відбору обдарованих тенісистів;
- чітка система змагань;
- відпрацьована система міжнародних зв'язків;
- високий професійний рівень тренерів;
- включення тенісу до групи суспільно значущих для Чехії і Словаччини видів спорту .

Система послідовного відбору має наступну структуру:

- в 7-8-річному віці - відбір до тенісних шкіл молоді (ТШМ);
- в 9-10-річному віці - відбір до тренувальних центрів молоді (ТЦМ);
- в 14-16-річному віці - відбір до центрів вищої спортивної майстерності (ЦВСМ).

Після трьох років базової підготовки у тенісних школах молоді або у спортивних класах і клубах юні спортсмени проходять тестування з метою відбору до тренувальних центрів молоді, які є основною ланкою в системі підготовки тенісистів. Юні спортсмени, що не відповідають критеріям відбору до тренувальних центрів молоді, де створені оптимальні умови спортивного вдосконалення, продовжують заняття на клубному рівні. У випадку досягнення істотного прогресу у грі їх також у подальшому зараховують до тренувальних центрів молоді. Найбільш обдаровані юні тенісисти проходять відбір до центрів вищої спортивної майстерності. Як і на попередньому етапі відбору, ті що не пройдуть за конкурсом до цих центрів продовжують заняття на клубному рівні. За умови значного прогресу спортивної майстерності у подальшому вони також можуть бути зараховані до ЦВСМ. **На різних рівнях відбору визначальне місце надається конкретним критеріям. Наприклад, у 10-річних спортсменів визначається генетична схильність до занять тенісом, фізіологічні особливості організму і тип нервової діяльності. У 12-річному віці визначається здатність до концентрації уваги, швидкість складних реакцій, швидкість обробки інформації. У 14-річному віці визначається**

ступінь стійкості до стресових ситуацій, інтелектуальні здібності. За результатами комплексного тестування робляться висновки щодо перспективи подальшого зростання спортивної майстерності. При цьому враховується, що серед світової еліти переважають психічно стійкі, ініціативні і навіть агресивні типи тенісистів зі здатністю до постійного тиску на суперника та концентрації у критичних моментах на досягненні максимального результату (або близького до нього) у кожному сеті, у кожному матчі.

В цілому у світі професійного тенісу система відбору подібна до інших популярних видів професійного спорту. Сотні скаутів ретельно вивчають молоді дарування у всьому світі. Наприклад, Міжнародне об'єднання менеджерів у Бредентоні (США, штат Флоріда) має у своєму штаті біля 100 селекціонерів, котрі ведуть безперервну пошукову роботу на всіх юнацьких турнірах. Коли хоча б один зі ста відібраних юних дарувань зможе у майбутньому попасти до тенісної еліти, можна вважати, що капітал вкладено вірно і своєчасно - вважає відомий американський тренер Н. Боллетьєрі.

Враховуючи те, що вікові межі участі у професійних турнірах знизилися до 13-14-ти років, пошук талантів для професійного тенісу розпочинається вже серед 9-10-річних гравців. Достатньо широко практикується підписання контрактів з батьками юних дарувань.

Аналіз систем відбору у найбільш популярних видах професійного спорту свідчить про те, що його здійснюють тренери-селекціонери. Вони уважно стежать за юними спортсменами в різноманітних змаганнях і ретельно збирають інформацію, яка могла б стати корисною для прогнозування здібностей. У боксі і велоспорті до професійного спорту залучають здебільшого зрілих спортсменів, котрі добре проявили себе в аматорському спорті. В автоспорті і тенісі налагоджена багатоступенева система відбору починаючи практично з дитячого віку. При визначенні перспективності враховують генетичні передумови до виду спорту; фізичні, функціональні і психічні можливості; рівень спортивних досягнень; динаміку зростання спортивних результатів. У кожному виді змагальної діяльності використовуються конкретні критерії для визначення перспективності спортсменів. Однак загальним критерієм для всіх видів професійного спорту можна вважати психологічну стійкість до стресових ситуацій в умовах змагальної діяльності.

Рекомендована література

Основна:

31.Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання

студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.

32. Гуськов С. И. Профессиональный спорт в США / Гуськов Г. И. // Спорт за рубежом. – 1990. – № 10. – С. 10–11.

33. Гуськов С. И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Киев : КГИФК, 1991. – 46 с.

34. Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професіонального спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези III Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.

35. Линець М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в Європі / Михайло Линець, Володимир Артюх // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 24–26.

36. Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>

37. Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.

38. Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.

39. Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.

40. Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті / Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.

41. Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.

42. Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

43. Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода // Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>

44. Профессиональный спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

45. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линець М. М. // Матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет-конференції (20-21 грудня 2016 р.) «Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі. – Дніпро, ЛДІФКіС, 2016. – С.176-178.

Допоміжна:

9. Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

10. Гуськов С. І. Спортивний маркетинг / С. І. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1995. – 296 с.

11. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 24(193). – 13 июня.

12. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 25(194). – 20 июня.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>

2. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>

3. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>

4. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>

5. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>

Тема 19. Системи підготовки професійних спортсменів

1. Системи підготовки професійних спортсменів в ігрових видах спорту.
2. Особливості підготовки професійних тенісистів у провідних “тенісних” країнах світу.
3. Підготовка професійних велосипедистів-шосейників.

4. Відмінні риси підготовки професійних боксерів.

19.1. Системи підготовки професійних спортсменів в ігрових видах спорту

Баскетбол. Найбільш ефективна система підготовки баскетболістів розроблена у США. Про це зокрема свідчать блискучі перемоги збірної команди США на Олімпійських Іграх та чемпіонатах світу. Система підготовки висококваліфікованих баскетболістів США базується на масовості, якісній матеріально-технічній базі та високому професіоналізмі великої кількості тренерів. Це величезна піраміда, в основі якої більше трьох мільйонів юних (до 12 років) спортсменів. Ще 5 млн учнів середніх шкіл і коледжів складають другий ешелон баскетбольної піраміди. Біля мільйона баскетболістів грають у різноманітних напівпрофесійних і професійних командах. Систематично проводяться регіональні і національні чемпіонати серед школярів та студентів коледжів і університетів. Увінчує цю піраміду NBA. В розпорядженні баскетболістів у США понад 1000 залів місткістю більш ніж 6 тис. глядачів кожний. До того ж є ще більше 35 тис. баскетбольних залів, у яких число місць не перевищує 3 тисяч. Понад 52 тисячі тренерів займаються вдосконаленням майстерності американських баскетболістів.

Для порівняння - в Європі лише біля 100 баскетбольних залів місткістю понад 6 тисяч чоловік. У 35 країнах Європи, що активно розвивають баскетбол, працює майже стільки ж тренерів (біля 56 тисяч), скільки працює лише в одних США. Система багаторічної підготовки баскетболістів орієнтована на досягнення високого кінцевого результату, а не на поточні успіхи. Переважна більшість молодих талановитих баскетболістів мріє про виступи в NBA. У цьому зацікавлені і тренери, що працюють на різних рівнях американського баскетболу - від професійних і аматорських команд до команд коледжів і шкіл, оскільки від цього залежить їхній професійний імідж, добробут і можливість тренувати у майбутньому команду більш високого класу, в т.ч. і елітної ліги (Платонов, Линець, 2000).

Календар змагань в NBA настільки насичений, що практично не залишається часу для повноцінного тренувального процесу з розвитку фізичних кондицій, а витримати такий режим змагальних навантажень можуть тільки добре функціонально і фізично підготовлені баскетболісти. Тому на початкових етапах підготовки великої уваги надається різнобічній фізичній підготовці. Баскетболісти NBA це швидкі, сильні, спритні і витривалі спортсмени з прекрасно розвиненими м'язами. Вражають показники різнобічної підготовленості одного з легендарних гравців NBA Уїлта Чемберлена. У шкільному віці він стрибав у висоту на 198 см, штовхав ядро за 14 м, пробігав 440 ярдів за 48,6 с і 880 ярдів за 1.58,6 с. На першому курсі коледжу він продовжував поєднувати заняття баскетболом і легкою атлетикою. Чемберлен вважав, що однією з причин його успіху було те, що він не припиняв занять легкою атлетикою після того як вже став баскетболістом. Біг, стрибки у висоту, штовхання ядра - все те, чим він ретельно займався в школі, допомогло добре розвинути координацію, точність, реакцію, спроможність вірно оцінювати реальну ситуацію - якості, що необхідні для баскетболістів (Чемберлен, Шоу, 1990). Завдяки чудовій різнобічній підготовленості він провів 14 сезонів в NBA.

За цей час був 10 сезонів першим і 4 сезони другим в лізі за кількістю ігрового часу, неодноразово завойовував титул найціннішого гравця ліги.

Високим рівнем різнобічної підготовленості відрізнявся й інший видатний баскетболіст - Карім Абдул Джаббар (Льюїс Алсіндор), що провів в NBA 19 сезонів. В дитинстві він займався практично всіма ігровими видами спорту, а також плаванням. Великої уваги фізичній підготовці надавав і легендарний Майкл Джордан. Він винайняв тренера - фахівця з загальної фізичної підготовки, з яким складав плани власних занять. На його думку, саме завдяки цьому вдалося довго і успішно виступати у найсильнішій лізі світу. Користується послугами персонального тренера з фізичної підготовки і один з кращих центрових сучасного баскетболу Ш. О'Ніл. Навіть під час відпустки О'Ніл наполегливо тренується під його керівництвом.

Різнобічним атлетом був і один з кращих гравців за всю історію радянського баскетболу литовець Арвідас Сабоніс. Будучи вже кандидатом до збірної СРСР з баскетболу Сабоніс на змаганнях з легкої атлетики стрибнув у довжину на 8 метрів 6 сантиметрів і встановив рекорд Литви, який побили лише через 25 років. Саме завдяки різнобічній атлетичній підготовленості йому вдалося у досить зрілому віці не тільки закріпитися в NBA, а й стати у 1990-х роках одним з провідних її гравців.

Кожна команда NBA безумовно має свої особливості побудови системи підготовки. Проте є низка положень, що характерні для всього американського професійного баскетболу. Після закінчення сезону змагань баскетболісти йдуть у відпустку. Кожний баскетболіст несе персональну відповідальність за рівень своєї функціональної і фізичної підготовленості. Командні тренування в цей період не проводяться, але кожний гравець виконує індивідуальну програму, що рекомендована тренерами.

За три тижні до початку сезону змагань баскетболісти збираються для командної підготовки. Перший тиждень - тестування фізичної підготовленості гравців, відпрацювання технічних елементів гри; другий тиждень - відпрацювання взаємодії гравців у нападі, та захисті; третій тиждень тренувальні ігри. По завершенні третього тижня підготовки тренери визначають гравців основного складу.

У змагальному періоді, у вільні від змагань дні, команди проводять по 1-2 тренування на день тривалістю 2,0-2,5 години. Головна увага звертається на взаємодію гравців у різноманітних ігрових ситуаціях, технічне вдосконалення окремих ігрових прийомів. В командних тренуваннях американські тренери до автоматизму відпрацьовують 40-50 тактичних схем. При цьому спеціальному тренуванню кидків по кошику практично не надається уваги. На думку американських тренерів, відпрацювання цього елемента повинно входити до індивідуальної програми тренування кожного баскетболіста.

Характерною особливістю американської системи підготовки баскетболістів є вузька спеціалізація як гравців, так і тренерів. Кожний гравець повинен мати у своєму арсеналі хоча б один елемент "ультра-сі". В індивідуальних тренуваннях акцент робиться на вдосконаленні саме цих

елементів. Тренери також мають вузьку спеціалізацію: з фізичної підготовки; з розіграшу стандартних положень; з захисних чи атакуючих дій тощо.

Командними діями керує головний тренер. Йому допомагають 3-4 асистенти. Всі вправи гравці виконують з максимальною самовідданістю. З цим логічно пов'язані часті заміни гравців. Вони супроводжуються схвальними оплесками запасних на адресу того, хто покидає майданчик, та підбадьорюючими вигуками гравцеві, який виходить на заміну. У змагальних двобоях баскетболісти чітко дотримуються настанови на конкретний матч, що свідчить про високу ігрову дисципліну. Кожний матч професіонали проводять у напруженій боротьбі від першої до останньої хвилини зустрічі. Вони ніколи не грають впівсили, навіть коли їм протистоїть слабший суперник і перебіг зустрічі не викликає сумніву (Регак, 1987; Чемберлен, Шоу, 1990).

Коли головний тренер зупиняє хід тренування або бере перерву у грі, щоб дати конкретні вказівки, всі гравці та асистенти тренера буквально завмирають і уважно його слухають. При цьому так відбувається навіть у тих випадках, коли наставник говорить банальні речі. Це зайвий раз свідчить про високу дисциплінованість гравців та незаперечний авторитет головного тренера.

Великого значення американські фахівці надають раціональному збалансованому харчуванню. В кожному професійному клубі є лікар-дієтолог, котрий розробляє раціони харчування на виїздах. В інший час баскетболісти харчуються самостійно, але з урахуванням рекомендацій дієтолога. Великої уваги надається психічній підготовці. В кожній команді NBA є спортивний психолог.

Отже в США створені об'єктивні передумови для якісного розвитку професійного баскетболу: популярність, масовість, велика кількість сучасних баскетбольних залів і кваліфікованих тренерів.

Тренувальний процес відрізняється високою дисциплінованістю і самовідданістю баскетболістів. Всі вправи, в тому числі і найпростіші, гравці виконують з максимальною самовідданістю. В процесі тренувань і матчів баскетболісти постійно психологічно підтримують один одного (оплески, схвальні жести і вигуки). Тренування проходять з високою інтенсивністю. В командних тренуваннях до автоматизму відпрацьовується набір певних техніко-тактичних дій. В індивідуальних заняттях акцент робиться на вдосконаленні найбільш виражених здібностей баскетболіста. Кожний повинен чимось виділитися. У змаганнях гравці ретельно дотримуються тактичних настанов тренера на конкретну гру. Професійних баскетболістів відрізняє висока працездатність, дисциплінованість і виняткова самовідданість як у змаганнях, так і в тренуваннях.

Хокей. Міжнародна ліга хокею на льоду (ЛІХГ) багато робить для розвитку цього виду спорту. Вона сприяє створенню нових національних хокейних організацій, допомагає молодим федераціям спорядженням та інвентарем, спрямовує фахівців і команди відповідного класу для передачі досвіду, організовує навчання і підвищення кваліфікації спортивних керівників,

тренерів і суддів. Але незважаючи на все це, хокеїсти більшості країн за якістю гри все ще не можуть наблизитися до еліти світового хокею, яку складають гравці шести країн: Канади, Росії, Чехії, Швеції, Фінляндії і США. Найбільш вагомих і стабільних результатів упродовж останніх десятиліть добивалися команди першої четвірки. Причина їхніх успіхів полягає у високій популярності хокею і створенні об'єктивних передумов до його поступального розвитку.

В Канаді є біля мільйона хокеїстів. До їхніх послуг функціонує біля 1500 критих і 7500 відкритих ковзанок з штучним льодом. Взимку додається безліч майданчиків з природним льодом. Підготовку хокеїстів здійснюють понад 1500 фахівців, що мають тренерські ліцензії. Як правило, це відомі у минулому хокеїсти.

Опорною ланкою в розвитку канадського хокею є професійні ліги (Американська, Центральна і Міжнародна), юніорські ліги, аматорський і університетський хокей. Основу піраміди складає дитячо-юнацький хокей. При хокейних клубах функціонують хокейні школи до яких набирають дітей з 6-8-річного віку. Навчання платне, але для найбільш обдарованих юних гравців його сума зменшується адекватно зростанню спортивної майстерності. Навчання в канадських хокейних школах знаходиться на середньому рівні. Як правило, в Канаді більше грають, ніж тренуються. Юних хокеїстів поділяють на шість вікових груп, в яких проводяться місцеві або регіональні змагання: 10-12 років, 12-14 років, 14-15 років, 15-16 років, 16-17 років і 18-19 років. Перші п'ять вікових груп сформовані так, що той або інший юний хокеїст, в залежності від хисту і рівня тренуваності, може виступати за команди однієї з двох вікових груп. Наприклад, 12-річні хокеїсти можуть виступати в командах і першої і другої вікових груп.

Це дозволяє найбільш обдарованих юних хокеїстів підключати до ігор старшої вікової категорії не очікуючи виповнення певної кількості років. З одного боку, це дозволяє юним хокеїстам поступово адаптуватися до ігр у старшій віковій категорії, що сприяє зменшенню відсіву гравців. З іншого боку, більш жорстка конкуренція у старшій віковій групі природньо спонукає навіть дуже здібних молодих хокеїстів до наполегливого підвищення своєї майстерності.

В Росії в хокей грають біля 2 млн спортсменів. Однак матеріально-технічна база істотно поступається канадській. Тут діє біля 60 критих та 70 відкритих ковзанок зі штучним льодом. Взимку заливається багато майданчиків з природним льодом. З хокеїстами працюють біля двох тисяч дипломованих тренерів. Підготовка хокеїстів здійснюється на науковій основі. Особливістю є рання спеціалізація і відбір найбільш обдарованих юних спортсменів для підготовки в спеціалізованих хокейних школах. Популяризації хокею і зростанню майстерності юних хокеїстів сприяє національний турнір "Золота шайба".

В невеликій за кількістю населення Чехії хокеєм займається біля 70 тисяч чоловік. Підготовку хокеїстів здійснюють біля 4500 кваліфікованих тренерів. В країні є понад 150 ковзанок з штучним льодом, причому майже половину з них складають криті зали. Як і в Росії підготовка хокеїстів характеризується ранньою спеціалізацією (з 5-8 років) і науковою

обґрунтованістю. Розроблена струнка система підготовки хокеїстів за типом піраміди. Основу піраміди складає численна когорта дітей і підлітків, що тренуються в хокейних школах молоді. Найбільш обдаровані юні хокеїсти на конкурсній основі зараховуються в тренувальні центри молоді, де створені оптимальні умови для зростання спортивної майстерності. Верхню ланку чеського хокею складають команди майстрів.

У Швеції відносно невелика кількість зареєстрованих хокеїстів - біля 35 тисяч. У своєму розпорядженні вони мають понад 200 ковзанок з штучним льодом, понад 100 з яких криті. Майданчиків з природним льодом в країні більше ніж достатньо. Готують хокеїстів понад 800 дипломованих тренерів. Їм допомагає велика кількість тренерів, що працюють на громадських засадах. Для шведського хокею також характерна рання спеціалізація - з 6-7 років. Готують хокеїстів в клубах і хокейних школах. **Хокейні школи у своїй роботі керуються низкою фундаментальних принципів:**

1. Поєднання практичних і теоретичних занять. Наприклад, в хокейних школах для учнів демонструються фільми про розіграші Кубка Стенлі, про те, як забивають голи найкращі форварди світу, як захищають ворота найбільш надійні голкіпери, як працюють зі спортсменами видатні тренери.

2. Тісні контакти хокейних шкіл з загальноосвітніми школами і батьками юних хокеїстів. Це дозволяє формувати у дітей зацікавленість до занять хокеєм і здійснювати контроль за їхньою поведінкою та навчанням. Дітей з поганою поведінкою і незадовільними оцінками в загальноосвітніх школах тимчасово не допускають до тренувань.

3. Хокей - це передусім гра. Саме тому юні хокеїсти повинні багато грати у всілякі ігри, роблячи це швидко і якісно. Це і традиційні (футбол, гандбол, регбі), і придумані ігри (тільки провідною або протилежною рукою, футбол синтезований з гандболом, різноманітні рухливі ігри).

4. Формування характеру через наджорсткі умови. У великому хокеї переважна більшість матчів проходить в умовах жорсткого протиборства. Щоб добитися адекватності тренувальних умов стосовно ігрових, до програми підготовки юних хокеїстів включаються заняття східними одноборствами.

5. Формування колективізму і самобутності кожного гравця. В підготовці юних хокеїстів культивується здорове невдоволення собою і прагнення до вдосконалення незалежно від успіхів, а також повага до всіх інших незалежно від соціального стану та успіхів у грі.

6. Школи готують юних хокеїстів не до дитячих турнірів, а на перспективу. Їхня мета готувати не просто гравця, а найкращого гравця. Ця настанова пронизує тренувальний процес від перших кроків в хокеї до закінчення хокейної школи.

У Швеції реалізується також централізована програма підвищення якості гри юних хокеїстів в обороні. Систематично проводяться семінари для тренерів юніорських і молодіжних команд, у яких охоче беруть участь і тренери, котрі працюють з дорослими хокеїстами. До програм семінарів входять теоретичні заняття і проведення практикантами тренувальних занять. Практикуму надається першорядного значення. Організатори семінарів прагнуть, щоб кожний з тренерів-практикантів ретельно засвоїв методику навчання

ефективним захисним діям, щоб у наступному він зміг з успіхом передавати отримані на семінарах знання і вміння своїм вихованцям.

Для хокеїстів юнацького та юніорського віку шведським хокейним союзом проводяться спеціальні тренувальні збори на інтернатній основі. Кваліфіковані інструктори і провідні шведські хокеїсти навчають на цих зборах молодих гравців техніці і тактиці гри в обороні.

Система підготовки хокеїстів в командах NHL зумовлена системою змагань. У регулярному чемпіонаті NHL кількість ігор доходить до трьох на тиждень (середа, субота, неділя). Тому майже неможливо в такому режимі змагань проводити тривалі та інтенсивні тренувальні заняття. У зв'язку з цим один з найбільших хокейних авторитетів NHL Скотті Боумен вважає, що не варто тренуватися занадто довго або використовувати надмірні за інтенсивністю навантаження. Слід пам'ятати про те, що гра може бути програна на тренуванні.

Зазвичай наприкінці регулярного чемпіонату NHL тренери звільняють деяких гравців, як правило ветеранів, від окремих тренувальних занять щоб вони якісніше відновилися до наступної гри. Це не стосується новачків, а новачками вважається всі, хто має стаж роботи в лізі менше трьох років.

У змагальному сезоні професіонали тренуються, як правило, один раз на день. Командні тренування нетривалі, але високоінтенсивні, з частою зміною гравців. Відпрацьовуються до автоматизму певні техніко-тактичні ігрові схеми, в т.ч. до зустрічі з конкретним суперником. При цьому не робиться чіткого розмежування між лініями оборони і нападу - атаку може успішно завершити кожний з п'ятірки гравців. Командні тренування доповнюються індивідуальними заняттями з фізичної підготовки і вдосконалення найбільш сильних сторін спортивної майстерності конкретного гравця.

Сильні команди здатні нав'язувати суперникові свою тактику і здійснювати на нього постійний тиск. Тому в колективних тренуваннях великої уваги надається формуванню стійкості до стресових ситуацій. Психічною підготовкою керують штатні спортивні психологи.

По закінченні сезону змагань хокеїсти ідуть у відпустку. В літній період переважає самостійна робота над розвитком фізичних якостей і досягненням, до початку тренувань у тренувальному таборі, необхідного рівня функціональної підготовленості.

За три тижні до початку регулярного чемпіонату всі гравці клубів NHL і їхніх "Фарм-Клубів" збираються у тренувальні табори. Упродовж першого тижня проводиться комплексне обстеження стану здоров'я, рівня функціональної, фізичної та технічної підготовленості кожного гравця. Під час тренувального збору в таборі проводяться щоденні, в середньому двохгодинні, командні тренування на льоду, котрі доповнюються індивідуальним вдосконаленням технічної майстерності гравців. Окрім цього чотири рази на тиждень проводяться заняття з фізичної підготовки. В тренуваннях на льоду напрацьовуються і доводяться до автоматизму певні схеми техніко-тактичних дій, що дозволяє хокеїстам виконувати їх у змаганнях з високою швидкістю, а тренерам, при необхідності, варіювати склади п'ятірок. У фізичній підготовці

акцент робиться на розвиткові швидкісно-силових якостей та швидкісної витривалості (Проценко, 2004).

Наприкінці збору команди проводять по декілька підготовчих, або, як їх називають в NHL, виставочних матчів. За підсумками тестування, тренувань в таборі і виставочних ігор комплектуються основні склади клубів NHL. В практиці роботи клубів NHL бувають випадки коли гравця основного складу у минулому сезоні після тренувального збору переводять до "Фарм-Клубу" для набуття спортивної форми. Коли спортивна форма не відповідала необхідним кондиціям (надмірна маса тіла, недостатня функціональна підготовленість і т.п.) з вини хокеїста, то на період його виступів за "Фарм-Клуб" зарплата буде знижена.

Отже аналіз розвитку хокею у провідних "хокейних державах" свідчить про те, що в кожній з них є організаційні, матеріально-технічні і методичні особливості систем підготовки хокеїстів. Разом з тим у цих країнах системи підготовки висококваліфікованих хокеїстів базуються на великій популярності хокею, хорошій матеріально-технічній базі і наявності достатньої кількості кваліфікованих тренерів. До занять хокеєм залучають дітей з 6-7-річного віку. В дитячому і підлітковому віці здійснюється різнобічна підготовка. В юному віці не надається великого значення спортивним результатам. Робота ведеться на перспективу. Її мета - підготувати висококласного самобутнього хокеїста. Виходячи з особливостей змагальної діяльності у сучасному хокеї вже у юному віці формується психічна стійкість до жорсткого протиборства.

У підготовці хокеїстів також широко використовуються позатренувальні засоби відновлення і підвищення працездатності (раціональне харчування та режим дня, фізіотерапевтичні процедури, фармакологічне забезпечення, психотренінг та ін.).

В клубах NHL тренувальний процес складається з трьох взаємопов'язаних блоків: самостійна робота хокеїстів під час літніх канікул, командна підготовка в процесі тритижневого передсезонного збору і організація тренувального процесу в паузах між іграми регулярного чемпіонату і Кубку Стенлі. На відміну від європейських команд високого класу, котрі проводять по 2-3 тренування на день, хокеїсти NHL тренуються лише 1-2 рази на день. Дворазові тренування на день застосовуються лише на передсезонному зборі. Упродовж сезону змагань вони тренуються лише один раз на день. Тренування нетривалі, але за інтенсивністю близькі до умов змагань. Характерним для підготовки професійних хокеїстів є відпрацювання до автоматизму певної кількості техніко-тактичних схем. Істотне місце у підготовці професіоналів посідають позатренувальні засоби відновлення і підвищення працездатності.

В NHL, як і в NBA, практикується спеціалізація тренерів. Всією підготовкою керує головний тренер, що користується незаперечним авторитетом. Йому допомагають тренери-асистенти з різних компонентів підготовки (фізична підготовка, підготовка воротарів тощо).

Футбол. Традиційно високих результатів як на клубному рівні, так і на рівні національних збірних досягають футболісти Англії, Аргентини, Бразилії, Німеччини, Франції, Іспанії, Голландії та Італії. Успіхи англійського, італійського, іспанського та німецького футболу можна було б пояснити створенням у цих країнах ліг з надзвичайно високою конкуренцією між командами у внутрішніх чемпіонатах. Однак в Голландії та Франції чемпіонати не настільки напружені. Імовірно високий рівень футболу в цих країнах забезпечується не тільки винятковою спортивною конкуренцією в національних чемпіонатах, але й раціональною системою підготовки футболістів на всіх рівнях.

Кваліфіковані резерви в європейських країнах готуються переважно у футбольних клубах. В кожній країні і навіть в кожному клубі є своя специфіка. Однак в цілому для всіх характерні схожі організаційно-методичні підходи: залучення до занять футболом з дитячого віку (6-9 років); раціональне співвідношення фізичної і техніко-тактичної підготовки з урахуванням вікових особливостей; поступовість і різнобічність підготовки особливо в дитячому і підлітковому віці; широка змагальна практика починаючи з дитячого віку; ретельна селекція (Андреев, 1989; Симонов, 2005).

Найбільш організовано робота з підготовки резервів поставлена в Німеччині. Це збалансована система, що складається з трьох взаємопов'язаних форм організації тренувального процесу: спортивні групи, що працюють за програмою Футбольного союзу Німеччини; футбольні школи професійних клубів; групи підготовки професійних клубів (Симонов, 2005).

До груп підготовки юних футболістів, що працюють за програмою футбольного союзу Німеччини, зараховують дітей з 10 до 12-річного віку. До їхніх послуг відібрано 387 футбольних полів у всіх 16 землях Німеччини. За своєю якістю вони не поступаються полям, на яких тренуються кваліфіковані футболісти. До кожної групи зараховують не більше 15 дітей за територіальним принципом згідно рекомендацій дитячих тренерів відповідних регіонів.

З кожною групою працюють три тренери, котрі мають ліцензії футбольного союзу. Заняття тривалістю 90 хв проводяться раз на тиждень за перспективною програмою футбольного союзу. Кожного тижня один з тренерів групи складає план тренувального заняття, що погоджується з основними положеннями перспективної програми.

Щомісяця тренери груп звітують про свою роботу. Вони подають до футбольного союзу інформацію щодо якості оволодіння майстерністю кожним юним футболістом. Динаміку підготовленості кожного юного футболіста визначають за результатами тестування, що проводиться двічі на рік.

Тренування юних футболістів за програмою футбольного союзу Німеччини тривають до 16-річного віку включно. Найбільш обдарованих зараховують до груп підготовки команд бундесліг.

У кожному футбольному клубі (а де їх немає, у спортивних товариствах регіонів, земель і районів) функціонують команди в шести вікових групах (табл. 1).

Футбольні клуби бундесліги мають, як правило, і в групі "А" по дві команди. Перша - грає в регіональних, а друга - тільки в районних змаганнях. Окрім цього в структурі клубів є аматорські команди, що беруть участь в

турнірі команд третьої ліги. Гравці команд групи "А" розглядаються як потенційні кандидати в дорослі аматорські і професійні команди, а гравці аматорських команд клубів є безпосереднім резервом професійних команд.

Таблиця 1

Організаційна структура дитячо-юнацького футболу в Німеччині

Вікові групи	Вік, роки	Кількість команд	Команди
"А"	17-18	1	Перша
"В"	15-16	2	Перша і друга
"С"	13-14	2	Перша і друга
"D"	11-12	3	Перша, друга і третя
"Е"	9-10	3	Перша, друга і третя
"F"	6- 8	3	Перша, друга і третя

Мета занять з 6-8-річними хлопчиками полягає у формуванні у них зацікавленості до систематичних занять спортом. Тренування проводяться два рази на тиждень по 60-90 хвилин. Основний зміст складають рухливі ігри і міні-футбол.

З юними футболістами вікових груп "Е" (9-10 років) і "D" (11-12 років) проводяться три заняття на тиждень по 90 хвилин. Футболісти цього віку грають на полях зменшених розмірів (поле - 70x50 м, штрафна площа - 29x12 м, воротарський майданчик - 13x4 м, ворота - 5x2 м, пенальті - з 8-ми метрів), меншим за величиною і легшим м'ячем (окружність м'яча 62-65 см, маса - 300-350 г.). Тривалість гри - два тайми по 25 хвилин. Це переслідує двояку мету: запобігти перевтомі юних футболістів; забезпечити розвиток і вдосконалення спортивної майстерності у відповідності до фізичних і функціональних можливостей дітей.

Домінуючий напрямок у тренувальному процесі - різнобічна фізична підготовка і навчання основам техніки гри у футбол, оскільки діти цього віку найбільш сприйнятливі до оволодіння новими рухами.

13-14-річні підлітки тренуються 3-4 рази на тиждень. Оскільки в підлітковому віці погіршуються координаційні можливості, акцент робиться на різнобічній фізичній підготовці і вдосконаленні тактичної майстерності.

Команди 10-14-річних футболістів обов'язково беруть участь у районних змаганнях. Недостатній обсяг навчально-тренувальної роботи в клубі компенсується домашніми завданнями з техніки гри у футбол. Фізична ж підготовка дітей і підлітків на достатньо високому рівні здійснюється в загальноосвітніх школах - на уроках фізичного виховання і в спортивних гуртках в позаурочний час.

В цілому тренувальний процес з дітьми і підлітками здійснюється під девізом: "Терпіння є добродіє, що передусім притаманна тренерам юних!"

П'ятнадцятирічні футболісти першої команди тренуються вже п'ять разів на тиждень по 120 хвилин, беруть участь в регіональних чемпіонатах і кваліфікаційному турнірі, що проводиться футбольним союзом Німеччини. Цей турнір є першим етапом відбору перспективних футболістів до юнацької збірної для участі в міжнародних змаганнях. Футболісти другої збірної команди цього віку тренуються чотири рази на тиждень і беруть участь тільки в районних змаганнях. Спортивна підготовка і система змагань 16-річних футболістів аналогічна підготовці першої команди 15-річних футболістів.

Наступна структурна ланка - це молодіжні команди (17-18 років). Футболісти першої команди тренуються 5-6 разів на тиждень по 120-140 хвилин і беруть участь в регіональних змаганнях. Режим тренувань другої молодіжної команди практично такий же як і першої, але вона бере участь в районних змаганнях.

Починаючи з 15-річного віку, окрім різнобічної фізичної підготовки і навчання техніці гри у футбол, все більше уваги надається розвитку спеціальних фізичних якостей, поглибленому вивченню тактики гри і специфіки ігрових функцій.

Юнацькі чемпіонати різноманітних рангів проводяться як і в бундеслізі за системою "осінь-весна". Після першого кола (осінь) проводиться кубковий турнір за участі команд практично всіх футбольних клубів і спортивних товариств регіонів, земель і районів. В цей період юні футболісти за звичай переходять до наступних вікових груп, тобто в кубкових матчах і другому колі чемпіонатів їм потрібно виступати вже в інших командах, що також є відмінною школою.

Екіпіровку для тренувальних занять юні футболісти зобов'язані мати власну. Форма для участі у змаганнях видається їм безкоштовно. З 16-річного віку клуби починають матеріально стимулювати гравців. Їм видаються невеликі грошові суми на кишенькові витрати. Клуби піклуються також і про працевлаштування своїх вихованців після закінчення ними школи.

В практиці підготовки юних футболістів кожної вікової групи в клубах застосовується тестування і оцінка рівня їхньої підготовленості. Однак єдиної системи тестування не передбачено. Немає в клубах і єдиної програми підготовки юних футболістів. Футбольний союз розробляє лише загальні методичні напрямки для кожної вікової групи. Це цілком виправдано, оскільки в Німеччині достатньо видається методичної літератури для тренерів, що працюють з юними футболістами. Футбольний союз видає щотижневий журнал "Футбольне тренування". Важливу освітянську і пропагандистську роль відіграє популярна телепередача "Футбольна школа", що знайомить молодь з основами техніки і тактики гри, станом справ у бундеслізі, європейському та світовому футболі, а також роз'яснює основні положення правил гри у футбол.

Частіше за все з кожною командою працює один тренер. Виняток складають перші команди 14-річних підлітків, 16-річних юнаків і перша молодіжна команда з якими працюють по два тренери. З дітьми і підлітками працюють здебільшого тренери-сумісники. Це, як правило, колишні кваліфіковані футболісти, що працюють в інших, частіше не спортивних, організаціях. Однак всі вони мають відповідну підготовленість і кваліфікацію.

Підготовка тренерів здійснюється під егідою футбольного союзу Німеччини і передбачає три категорії: ліцензія "В", що надає право працювати з дітьми, юнацькими і молодіжними командами; ліцензія "А", що надає право працювати з аматорськими командами; вищий рівень кваліфікації - "викладач футболу", що надає право працювати у професійних клубах.

Для отримання тренерської ліцензії "В" необхідно пройти навчання на 2-тижневих курсах, що організовуються Земельними футбольними союзами, і успішно здати іспити. До програми курсів входять теоретичні основи методики підготовки гравців, суддівства змагань, питання педагогіки і психології.

Для отримання ліцензії "А" необхідно пройти 4-тижневі курси, що організовуються футбольним союзом Німеччини. Сюди приймаються тільки особи, що мають ліцензію "В" і добре зарекомендували себе на тренерській роботі. Число слухачів на цих курсах не перевищує 30-35 чоловік. Футбольний союз ретельно відбирає абітурієнтів. Для футболістів, стаж виступів, яких у професійних клубах становить не менше семи років, є деякі пільги. На спеціальних курсах вони можуть послідовно отримати ліцензії "В" і "А".

Для отримання вищого рівня кваліфікації футбольного тренера - диплому "викладача футболу" необхідно пройти 6-місячні курси на базі Кьольнського інституту фізкультури. Футбольний союз Німеччини після ретельного відбору зараховує на ці курси 30-35 тренерів, котрі мають ліцензію "А" і добре зарекомендували себе на тренерській роботі.

Подібна структура підготовки резервів функціонує і в Італії. В кожному клубі, що виступає в серії "А" (вища ліга), є футбольні команди в усіх вікових групах з 10 до 19-річного віку: 10-12-ти, 12-14-ти, 14-15-ти, 15-16-ти, 16-17-ти років і молодіжні команди 16-19-річних футболістів. Це дублюючі склади елітних клубів італійського футболу. Окремі гравці з цих команд при необхідності беруть участь в матчах професіоналів. Молодіжні команди мають свої національні змагання: чемпіонат, Кубок, різноманітні турніри. За рік вони проводять біля 60-70 матчів. До 19-ти років контракти з футболістами не укладають, але забезпечують харчуванням, спортивною екіпіровкою і платять невеликі суми на кишенькові витрати. Команди молодших вікових груп виступають в місцевих змаганнях. Юнацькі команди виступають в національних змаганнях. Багаті клуби ведуть селекційну роботу по всій території країни і обдарованих дітей (починаючи з 10-12-річного віку) запрошують до своїх команд. Запрошених з інших місць юних футболістів клуби поселяють у власні пансіонати. Тут вони знаходяться на повному утриманні клубів. Клуби наймають репетиторів для допомоги у навчанні, оплачують харчування та інші послуги.

З командами юних футболістів працюють один або два тренери. Окрім них з командами працюють тренери з фізичної підготовки. Очолює і координує роботу тренерів юнацьких команд головний тренер з підготовки резервів.

Підготовка тренерів здійснюється під егідою національної федерації футболу. В Італії, як і в Німеччині, готують тренерів трьох категорій: першої, другої і аматорської.

Тренерів для аматорських команд готують здебільшого з кращих гравців команд аматорів на регіональних місячних курсах. По закінченні курсів кожний слухач проводить залікове тренувальне заняття.

Тренерів другої категорії готують на місячних Центральних курсах тільки під час щорічної перерви у чемпіонаті країни. Національна федерація футболу відбирає 20-30 слухачів. Вони вивчають основи теорії і методики футболу, фізіології, психології, медицини, знайомляться зі статутом національної федерації футболу тощо. По закінченні курсів випускники отримують право працювати другими тренерами професійних команд, а інколи і першими - напівпрофесійних команд. Тих, хто за час навчання на курсах другої категорії продемонструє спроможність до творчості, керівництво може рекомендувати на курси першої категорії.

Тренерів першої категорії готують на 9-місячних курсах у спеціальному футбольному центрі в Коверчіані. В центрі є все необхідне для проведення навчального процесу: аудиторії, сучасна апаратура, якісні поля тощо. Зараховують на курси за рекомендаціями клубів або приватних осіб після анкетного опитування абітурієнтів і проведення співбесіди. Заняття проводяться п'ять днів на тиждень по 7-9 годин. Навчання платне. Навчальний план розрахований на 789 годин: техніка футболу - 129; психологія - 18; положення про змагання - 11; статут Федеральної Хартії - 4; положення про дисципліну (національне і міжнародне) - 6; організація громадських клубів - 14; юриспруденція і профспілкова справа - 4; англійська мова - 50; загальна культура - 20; техніка воротаря - 10; конференції, дискусії, семінари, "круглий стіл" - 208; перегляд відеозаписів навчальних фільмів - 32. До програми курсів входить обов'язкове стажування у провідних футбольних клубах світу (бразильських, аргентинських, німецьких та ін.), після якого кожний слухач зобов'язаний подати звіт з детальним аналізом тренувальної і організаційної роботи в клубі.

Після трьох місяців загальнотеоретичної підготовки слухачі здають іспит з усього пройденого курсу. Ті, що здали іспит - продовжують навчання, а тих, хто не здав - відраховують. Протягом наступних 2,5 місяців здійснюється більш глибоке і спеціалізоване вивчення навчальних дисциплін.

Останні два тижні присвячені здачі іспитів і захисту дипломної роботи. По закінченні курсів експертна комісія розподіляє слухачів з урахуванням хисту на дві групи: для роботи з професійними гравцями і для роботи з юнаками. Випускники курсів, як правило, одержують роботу у провідних професійних клубах країни.

З початку 80-х років в Італії функціонують спеціальні 9-місячні курси з підготовки менеджерів футбольних команд. Ці курси викликали великий інтерес не тільки в Італії, але і в багатьох іноземних країнах, оскільки були першими в історії світового футболу. Вони розраховані на тих, хто здатний розпочати роботу в спортивному клубі відразу ж після закінчення навчання. Тому перевага при зарахуванні надається абітурієнтам, яких рекомендують футбольні клуби.

Ще більш масштабно поставлена робота з підготовки резервів у елітних футбольних клубах ("Аякс", "Ейндховен", "Фейєноорд") Голландії. У кожному клубі є по 4-7 аматорських команд без обмеження віку і по 11-25 дитячо-юнацьких команд, що поділені на чотири вікові групи: 9-13-ти, 13-15-ти, 15-16-ти і 16-18-ти років. Перші команди в кожній віковій групі тренуються

по 5-6 разів на тиждень, а інші - по 2-4 рази. Окрім цього клуби мають молодіжні команди (вік футболістів до 21 року), що виступають у першій лізі.

За традицією, з молодіжними командами працюють другі тренери елітних команд, а координують всю роботу з підготовки резервів старші тренери цих команд, що забезпечує єдність методики підготовки футболістів, починаючи з дитячого віку і до виходу на професійний рівень. Це полегшує адаптацію молодих гравців до режиму тренувань і особливостей тактичних схем змагальної діяльності елітних команд.

Характерною рисою підготовки резервів у голландських клубах у дитячому і підлітковому віці є менш напружений календар змагань у порівнянні з їх однолітками з інших країн. Якщо юні футболісти Англії і Німеччини беруть участь в 60-70 іграх за сезон, то обсяг змагальної практики у юних голландських футболістів у два рази менший. Футбольні клуби Голландії не надають великого значення результатам дитячих і юнацьких турнірів. Вони ведуть поступову планомірну тренувальну роботу на основі різнобічної підготовки. У процесі підготовки юні футболісти оволодівають техніко-тактичною майстерністю в різних ігрових амплуа. Досить часто практикуються тренувальні зустрічі команд молодшої вікової групи зі старшою.

Клуб "Аякс" має інтернат, у якому юні футболісти знаходяться на повному забезпеченні, навчаються футбольній грамоті і одержують середню освіту. Враховуючи те, що тільки біля 10% випускників стають у подальшому професійними футболістами, адміністрація інтернату старається забезпечити високий рівень загальноосвітньої підготовленості випускників. Вона запрошує для викладання загальноосвітніх дисциплін кращих педагогів країни. Завдяки цьому випускники футбольного інтернату не мають проблем у працевлаштуванні або продовженні навчання у вищих навчальних закладах.

Характерною особливістю підготовки футболістів провідних клубів Європи, як власне і представників інших командних ігрових видів професійного спорту, є тривалий (8-9 місяців) змагальний період і короткий (1,5-2,0 місяці) підготовчий період. У зв'язку з цим постає проблема збереження нервової енергії і фізичних кондицій. Тренування футболістів елітних команд, як правило, нетривалі, але за змістом та інтенсивністю близькі до умов змагальної діяльності (Навоша, 2005). Щоб запобігти перевтомі упродовж дня проводяться, переважно, одноразові тренування. Розглянемо типову побудову підготовчого періоду на прикладі мюнхенської "Баварії". Підготовчий період - 46 днів. За цей час проведено 27 тренувальних занять тривалістю 60-75 хв., три відновлювальні тренування тривалістю 30-45 хв. і 13 тренувальних матчів, в т.ч. 2-денний турнір в залі (три матчі). Шість днів було використано на переїзди і відпочинок. За весь підготовчий період тільки один раз було два тренувальних заняття упродовж дня, один раз ранкове тренування і тренувальна гра ввечері і один раз - два матчі протягом дня на турнірі в залі.

Загальнофізична підготовка здійснювалася шляхом застосування тривалого бігу (30 хв - з метою розвитку витривалості), спринтерських прискорень і силових вправ, а також спільно з техніко-тактичною підготовкою -

шляхом різноманітних ігрових вправ, що виконувалися з високою інтенсивністю. Вісім з 30 тренувань проводилися без м'яча і ще чотири тренування склалися на половину з вправ фізичної і техніко-тактичної підготовки. Спеціальна підготовка і визначення основного складу здійснювались у процесі двосторонніх ігор і тренувальних матчів. Після всіх тренувальних матчів проводилися відновлювальні заходи (відновлювальні тренування або фізіотерапевтичні процедури). Повноцінним складником підготовки була систематична діагностика підготовленості.

У змагальному періоді режим тренувань зумовлюється календарем змагань. Типовий 7-денний змагальний мікроцикл включає: 1-й день - відновлювальне тренування і комплекс відновлювальних процедур; 2-й день - фізична підготовка і вдосконалення техніко-тактичних елементів гри; 3-й день - відпрацювання техніко-тактичних дій з урахуванням майбутнього суперника; 4-й день - відновлювальне тренування; 5-й день - відпрацювання техніко-тактичних дій з урахуванням майбутнього суперника; 6-й день - передматчова розминка, настанова на гру. Важливого значення у підготовці висококваліфікованих футболістів надається психічній підготовці. Чемпіон світу 1998 р. у складі команди Франції Ф.Лебеф вважає, що хороший тренер повинен бути витонченим психологом. Він повинен забезпечити футболістові душевний комфорт, щоб той зміг проявити весь свій талант.

Отже можна констатувати, що в елітних клубах професійного європейського футболу налагоджена розгалужена система підготовки резервів. В дитячому віці тренування спрямовані на формування зацікавленості до занять футболом і оволодіння основами техніки і тактики гри. У підлітковому віці, окрім навчання техніці і тактиці гри, великої уваги надається різнобічній фізичній підготовці. В юнацькому віці акцент переноситься на розвиток спеціальних якостей і здібностей, більш поглиблене вивчення тактики гри і специфіки ігрових функцій. Юні футболісти оволодівають навичками гри в різних ігрових амплуа. В дитячому і підлітковому віці юні футболісти обов'язково беруть участь в районних, а в юнацькому віці - в національних змаганнях. Проте результатам участі в змаганнях не надається великого значення. Це дозволяє не форсовано, а планомірно, з розрахунком на перспективу будувати навчально-тренувальний процес. Молодіжні команди клубів беруть участь у чемпіонатах команд нижчих ліг. Режим їхніх тренувань і участі у змаганнях наближається до аналогічного режиму підготовки професійних команд. Вони фактично є командами, що дублюють основні команди.

Характерною особливістю підготовки елітних футбольних команд є відносно невеликий обсяг тренувальної роботи, що виконується з високою інтенсивністю, а також раціональне поєднання тренувальних і змагальних навантажень з відновлювальними тренуваннями і спеціальними відновлювальними заходами. Це дозволяє зберігати ігрову "свіжість" і націленість на перемогу протягом тривалого сезону змагань.

19.2. Особливості підготовки професійних тенісистів у провідних “тенісних” країнах світу

Теніс. До недавнього часу вважалося, що Австралія і США значно випереджають європейські країни за рівнем розвитку тенісу. На справді цей вид спорту став у них національним - він має прекрасну матеріально-технічну базу і кваліфіковані тренерські кадри. Стало традицією, що спортсмени - представники цих країн перемагають у найбільш престижних турнірах і щорічно виборюють провідні місця в еліті. Однак останнім часом співвідношення сил на міжнародній арені значно змінилося. Деяких європейських країн (Швеція, Німеччина, Чехія, Словаччина, Іспанія, Росія та ін.) торкнувся "тенісний бум", який викликав різке зростання інтересу до цього виду спорту, розширення і модернізацію матеріально-технічної бази, стрімке зростання кількості спортсменів (Nohm, 1988). Увагу тенісних фахівців всього світу привертає нині досвід організації тенісних центрів і розробка науково-методичних основ підготовки гравців вищої кваліфікації в Чехії.

Підготовка тенісистів високого класу в Чехії здійснюється в тенісних школах молоді (ТШМ), тренувальних центрах молоді (ТЦМ) та в центрах вищої спортивної майстерності. Всі вони працюють за єдиними програмами, що орієнтовані на поступове планомірне підвищення спортивної майстерності.

В тенісних школах молоді здійснюється базова підготовка 7-9-річних дітей. Метою цього етапу є формування інтересу до тенісу, ознайомлення з основами техніки і тактики, забезпечення гармонійного розвитку дітей, підготовка до змагальної діяльності.

Спеціальна підготовка здійснюється на менших майданчиках, за спрощеними правилами і з застосуванням спеціального дитячого інвентаря. Перший рік систематичних занять тенісом не поділяється на періоди (табл.2). В наступні роки використовується двохциклове планування річних занять.

Таблиця 2

Типові параметри тренувальних і змагальних навантажень для тенісних шкіл молоді

Вік, роки	Рік систематичних занять	Обсяг навантаження, години		Співвідношення техніко-тактичної та фізичної підготовки			Кількість зустрічей: індивідуальні/ парні
		на рік	на тиждень	Підготовчий період	Змагальний період	Перехідний період	
7	1-й	150	3	50:50	50:50	50:50	-
8	2-й	250	5	30:70	50:50	20:80	15/10
9	3-й	300	6	40:60	60:40	20:80	25/10

Тренувальні групи в ТШМ складаються з 6-12 осіб. Тривалість заняття - 60 хвилин. Головним у роботі вважається формування основних тенісних навичок, які у подальшому будуть удосконалюватися. Важливе значення на

цьому етапі має налагодження оптимальної співдружності між школою і родиною дитини.

Перспективні у спортивному відношенні діти, котрі пройшли базову підготовку в ТШМ, скеровуються до тренувальних центрів молоді, де вони проходять базову підготовку до вищих досягнень. Зарахування до ТЦМ здійснюється після ретельного вивчення перспективності кандидата за такими критеріями:

- вікові межі 11-17 років;
- позитивний висновок лікаря ТЦМ після проходження медичної комісії, що організовується Центром;
- присутність у національній класифікації тенісистів;
- фізична підготовленість відповідає віковим нормативам за результатами батареї тестів;
- технічна підготовленість відповідає нормативам за результатами оцінки експертної комісії.

Метою етапу підготовки до вищих досягнень є створення передумов до максимальної реалізації індивідуальних можливостей в умовах гостроконкурентної спортивної боротьби. Великої уваги на цьому етапі надається плавному розвитку фізичних якостей. Високий рівень фізичної підготовленості вважається однією з найважливіших передумов підвищення спортивної майстерності у подальшому. Разом з тим питома вага техніко-тактичної і змагальної підготовки з року в рік зростає (табл. 3).

Таблиця 3

Типові параметри тренувальних і змагальних навантажень для тенісних центрів молоді

Вік, роки	Рік систематичних занять	Обсяг навантаження, години		Співвідношення техніко-тактичної та фізичної підготовки			Кількість зустрічей: індивідуальні/ парні
		на рік	на тиждень	1-й і 2-й підготовчі періоди	1-й і 2-й змагальні періоди	1-й і 2-й перехідні періоди	
10	4-й	400	8	50:50	60:40	0:100	40/20
11	5-й	500	10	50:50	60:40	0:100	50/25
12	6-й	550	11	60:40	80:20	0:100	60/30
13	7-й	600	12	60:40	80:20	0:100	60/30
14	8-й	650	13	60:40	80:20	0:100	70/35

Важливим аспектом підготовки в ТЦМ є виховання свідомого ставлення до виконання тренувальних планів і обліку та аналізу тренувальної діяльності.

В ТЦМ існує чотири вікові групи:

1-ша - дівчатка і хлопчики - 11-12 років (максимальна кількість у навчально-тренувальній групі - 10 осіб);

2-га - молодші дівчата і підлітки - 13-14 років (6 осіб);

3-тя - старші дівчата - 15-17 років (2 особи);

4-та - юнаки - 15-17 років (2 особи).

Відраховують з центру при: досягненні 17-річного віку; тривалій хворобі; систематичному невиконанні тренувальних планів; серйозних дисциплінарних провинах; систематичному зниженні спортивної майстерності упродовж 2-х останніх років (за рейтингом у національній класифікації); незадовільному навчанні у загальноосвітній школі.

По досягненні 14-річного віку перспективні юні тенісисти спрямовуються в центри вищої спортивної майстерності (ЦВСМ). Коли за встановленими критеріями спортсмен не зараховується до складу ЦВСМ, то він може до 17 років тренуватися в ТЦМ, або продовжити заняття в тенісному клубі. Слід наголосити, що система підготовки тенісистів вищого класу досить демократична. Відсутність необхідних результатів в 14-ти і навіть у 20-річному віці не виключає можливості зарахування спортсмена до складу ЦВСМ, якщо його майстерність прогресує і досягає необхідного рівня.

Критеріями для зарахування до ЦВСМ є: стан здоров'я; присутність в національній класифікації; відповідність результатів тестування техніко-тактичної і фізичної підготовленості встановленим нормативам; певні риси характеру і моральний стан.

Мета занять в ЦВСМ полягає в тому, щоб увійти до світової класифікації і стати спортсменом-професіоналом. Згідно типової програми підготовки тенісистів в ЦВСМ тренувальні і змагальні навантаження зростають до 20-21-річного віку, а в подальшому стабілізуються і навіть дещо знижуються у 25-26-річному віці (табл. 4).

Таблиця 4

Типові параметри тренувальних і змагальних навантажень для центрів вищої спортивної майстерності

Вік, роки	Рік систематичних занять	Обсяг навантаження, години		Співвідношення техніко-тактичної та фізичної підготовки			Кількість зустрічей: індивідуальні/ парні
		на рік	на тиждень	1-й і 2-й підготовчі періоди	1-й і 2-й змагальні періоди	1-й і 2-й перехідні періоди	
15	9-й	700- 900	14-18	50:50	80:20	0:100	70/35
16	10-й	800-1000	16-20	- “ -	- “ -	- “ -	80/40
17	11-й	900-1100	18-20	- “ -	- “ -	- “ -	- “ -
18	12-й	1000-1200	20-24	- “ -	- “ -	- “ -	90/45
19	13-й	1100-1300	22-26	- “ -	- “ -	- “ -	110/50
20	14-й	1100-1300	22-26	- “ -	- “ -	- “ -	120/50
21	15-й	1000-1200	20-24	- “ -	- “ -	- “ -	- “ -
22	16-й	1000-1200	20-24	- “ -	- “ -	- “ -	120/60
23	17-й	1000-1200	20-24	- “ -	- “ -	- “ -	- “ -
24	18-й	1000-1200	20-24	- “ -	- “ -	- “ -	- “ -

25	19-й	900-1100	18-22	- “ -	- “ -	- “ -	110/50
26	20-й	900-1100	18-22	- “ -	- “ -	- “ -	100/50

Характерним для цього етапу є більш стрімке підвищення обсягу тренувальних навантажень на 9-13-й роки систематичних занять, у порівнянні з попередніми роками, а також значне підвищення змагальних навантажень. Найважливішим аспектом підготовки в ЦВСМ є також моделювання у тренувальному процесі різноманітних стресових ситуацій з метою психологічної підготовки спортсменів до подібних умов під час змагань.

Ефективність процесу підготовки в ЦВСМ визначається за: результатами тестування фізичної, техніко-тактичної і психічної підготовленості; кількістю перемог у внутрішніх і міжнародних турнірах; місцем у рейтингах національної і світової класифікації.

Система підготовки висококваліфікованих тенісистів включає в себе і добре збалансовану систему особистих і командних змагань. Серія зимових змагань проводиться з грудня до початку березня, літніх - з травня по вересень. Особисті першості розігруються в 5-ти вікових категоріях: дівчатка і хлопчики - до 12 років; молодші дівчата і підлітки - 13-14 років; старші дівчата і юнаки - 15-18 років; юніори - 19-20 років; дорослі спортсмени (разом з юніорами) - 19 років і старші.

В залежності від рівня спортивної майстерності тенісисти беруть участь у турнірах різного масштабу - від клубних та регіональних до народної та 1-ї національних ліг.

Ефективність системи підготовки висококваліфікованих тенісистів зумовлюється і високими вимогами до професійної майстерності тренерів. За рівнем кваліфікації вони поділяються на п'ять груп. Ліцензії 3-ї і 4-ї категорій можуть отримати особи, рівень спортивної майстерності яких у минулому був нижче народної ліги. Для цього необхідно пройти спеціальні курси при факультеті фізичного виховання вищого навчального закладу. Вони мають право працювати з тенісистами 1-3-го років навчання. Ліцензії 2-ї категорії можуть отримати особи, що в минулому виступали в народній лізі і закінчили спеціальні курси при факультеті фізичного виховання вищого навчального закладу. Ця ліцензія дає право працювати на посаді клубного тренера з гравцями клубних команд, збірних районів і областей. Для отримання ліцензії тренера 1-ї категорії необхідно бути в минулому гравцем не нижче 1-ї ліги і отримати вищу фізкультурну освіту. Вона дасть право працювати в ТЦМ і ЦВСМ або бути провідним тренером клубу. Нарешті вища тренерська кваліфікація - це тренер-інструктор (особистий тренер гравця-професіонала). Цю кваліфікацію присуджують тренерам 1-ї категорії, учні яких отримали статус професіонала. Атестація тренерів проводиться один раз на п'ять років.

Розвиткові тенісу в Швеції у значній мірі сприяли успіхи Б.Борга. В цій країні з 8,5-мільйонним населенням понад 130 тисяч зареєстрованих тенісистів, біля 1000 клубів і біля п'яти тисяч кортів. У шведських загальноосвітніх школах дітей навчають міні-тенісу. Гра ведеться легкими м'ячами і легкою

ракеткою з коротшою ручкою, на кортах розміром з бадмінтонний майданчик. Через пів року або рік, в залежності від успіхів, переходять на звичайний корт.

Біля 500 клубів мають спеціальні тенісні школи, що, як і чеські тренувальні центри, працюють за єдиною програмою. Кращих гравців переводять до груп більш високої спортивної кваліфікації. В кожному з 24-х льонів (округів) Швеції є регіональні комісії у справах молоді, які відповідають за реалізацію національної програми розвитку тенісу. В льонах щорічно проводяться 2-4-тижневі тренувальні збори для 13-14-річних тенісистів. Програма цих зборів включає фізичну і техніко-тактичну підготовку, участь у змаганнях, різноманітні громадські заходи, що сприяють зближенню юних тенісистів, встановленню дружніх стосунків між ними. На зборах привчають до спортивного режиму дня, знайомлять з основами поведінки на турнірах.

Щорічно кращі 13-14-річні тенісисти і тенісистки беруть участь у національному турнірі. Перед турніром проводиться тижневий збір під символічною назвою "Школа Девіса". Щорічні збори проводяться також для 25-30-ти найбільш перспективних дівчат і юнаків 14-18-річного віку з метою селекції та тренувань під керівництвом досвідчених тренерів.

Федерація тенісу розробила типову програму багаторічної підготовки тенісистів. Вона орієнтована на різнобічну технічну підготовку юніорів, котрі вміють грати по всьому корту і володіють широким діапазоном ударів.

Щоб запобігти форсуванню підготовки юних тенісистів національна федерація тенісу не посилає на міжнародні турніри гравців, що молодші 14-річного віку.

Збалансована система тренувань доповнюється чітко організованою системою змагань. Регулярно проводяться тенісні турніри на трьох рівнях: клубні, регіональні і загальнонаціональні. Щорічно проводиться п'ять загальнонаціональних турнірів для юних тенісистів.

Характерною особливістю системи підготовки висококваліфікованих тенісистів в Німеччині є високий рівень науково-методичного забезпечення. Спортивна наукова рада підготувала і видала п'ять томів навчальних програм до кожного з яких в якості ілюстративного матеріалу додається відеофільм. Навчання і підвищення кваліфікації тренерів в Німеччині за своєю структурою аналогічне підготовці тренерських кадрів в Чехії і Словаччині.

В США підготовка висококваліфікованих тенісистів здійснюється здебільшого в так званих "Тенісних академіях". Це приватні заклади які заснували відомі фахівці: Деніс ван дер Меєр, Нік Боллетьєрі, Гаррі Гоцман, Вік Браден та ін. Академії чудово оснащені і укомплектовані висококваліфікованими тренерами. Багато хто з них в минулому були видатними тенісистами: А.Еш, Б.Готфрід, Дж.Крамер, Д.Ралстон, С.Сміт, Т.Траберт, Б.-Дж.Кінг та ін.

Найбільш продуктивно працює в останні роки Тенісна академія Н.Боллетьєрі у Брайдентоні (штат Флоріда). В ній тренувалися або проходили стажування такі відомі тенісисти як А.Агасі, Д.Курьє, П.Сампрас, М.Селеш, М.Навратілова, Б.Беккер, М.Пірс, А.Курнікова, М.Шарапова і багато інших. Це тенісний інтернат, в якому спортсмени живуть і тренуються. Особливої уваги в

тренуваннях - окрім техніко-тактичної і фізичної підготовки - надається формуванню таких важливих і необхідних для тенісиста якостей, як самоконтроль, дисципліна, витримка. Набирають до Академії дітей з 8-річного віку, котрі вже пройшли підготовку. Наприклад, один з найуспішніших учнів академії А. Агасі розпочинав заняття тенісом під керівництвом свого батька ще у трирічному віці, а у п'ять з половиною років взяв участь у своєму першому турі. У трирічному віці залучився до тенісу і кращий гравець початку 2000-х рр. Р. Федерер (Щукин, 2004). Діти шкільного віку відвідують загальноосвітні школи, що розташовані поблизу.

В Академії надзвичайно суворий режим. Все підпорядковано досягненню головної мети – підготовці висококваліфікованих тенісистів. Встають о шостій годині ранку, лягають спати о 10-й годині вечора. Телевізор дозволяється дивитися тільки в суботу і неділю. Щонайменше порушення режиму загрожує відрахуванням з Академії. Однак, за словами самого Н. Боллетьєрі, інколи приходилося "наступати собі на горло". Так було, наприклад, з юним А. Агасі, якого у 15-річному віці ледь не відрахували з Академії за його екстравагантні вчинки, що не вписувалися в її загальний режим (Едличко, 1990).

В Україні також створена Тенісна Академія при Міжнародному тенісному клубі "Наука ". За організаційною структурою вона близька до чеської системи підготовки висококваліфікованих тенісистів. В ній передбачається робота з трьома категоріями учнів: новачки, середній рівень і елітна група. Для елітної групи передбачається стажування в зарубіжних тенісних центрах, зокрема в Тенісній академії у Філадельфії (США). За подібною організаційною схемою будують свою роботу Одеська академія тенісу, харківський тенісний клуб „Унікорт” та дніпропетровський тенісний клуб „Мегарон”.

Стосовно вдосконалення системи підготовки висококваліфікованих тенісистів у світі в цілому, можна констатувати, що упродовж останніх десятиріч високих успіхів добивалися майстри різноманітних ігрових стилів: гра переважно біля сітки, або переважно на задній лінії; гра по всьому корту. Однак слід відзначити, що останнім часом висококласні тенісисти найбільш широко застосовують активну гру по всьому корту. Гравець постійним тиском намагається заплутати суперника і завершити атаку точним ударом в недосяжну для нього на даний момент частину майданчика або ж зіграти так, щоб суперник був змушений помилитися. Найбільш яскравим представником цього стилю є кращий гравець останніх років Р. Федерер.

Важливою прогресивною тенденцією в системі підготовки висококваліфікованих тенісистів є формування вміння пристосовуватися до різноманітних типів покриттів кортів і різноманітних стилів гри суперників. В той же час у техніко-тактичних діях тенісистів, що входять до світової еліти, досить чітко проглядається певна індивідуалізація (дуже потужна подача; висока ефективність обводки гравця, що знаходиться біля сітки; спеціалізація на певному покритті кортів тощо). Довготривалі турнірні зустрічі ставлять високі вимоги до фізичної підготовленості спортсменів, особливо до витривалості, швидкості та спритності.

Виняткова напруженість спортивної боротьби упродовж тривалого сезону змагань (8-9-ть місяців на рік) ставить високі вимоги щодо

підвищення психічної стійкості гравців до стресових ситуацій і вимагає застосування ефективних засобів відновлення. У дні найбільш напружених тренувань і змагань добові витрати енергії у висококваліфікованих тенісистів складають до 10 тис. кілокалорій, тоді як при звичайній життєдіяльності – біля 2 тис. кілокалорій. Тому для забезпечення організму необхідними поживними речовинами широко застосовуються біологічно активні харчові добавки. У спортивній дієтології виділяють два основних напрями:

- базове харчування, орієнтоване на повноцінне задоволення всіх харчових потреб спортсменів і забезпечення високого рівня їх здоров'я і працездатності;
- ергогенічна дієтика (з грецького ergo – робота, gen – народжуючий) – спеціальний режим харчування, що сприяє вираженому зростанню фізичної працездатності спортсмена. Це вимагає зосередження уваги не на задоволенні від вживання їжі, а на ефективності її впливу на біохімічні процеси в організмі, що лімітують працездатність у конкретному виді змагальної діяльності (Голенко, Скородумова, Тарпищев, 2002).

Ще одна тенденція системи підготовки у світовому тенісі проявляється у зниженні вікових меж досягнення вищих результатів, особливо в жіночому тенісі (М.Хінгіс, А.Курнікова, сестри Уільямс, М. Шарапова та ін.), що, на жаль як і в інших видах спорту, призводить до негативних наслідків при нераціональному відношенні до різнобічної підготовки у дитячому і підлітковому віці.

Отже підготовка майбутніх тенісних зірок розпочинається у 7-8-річному віці. В дитячому і підлітковому віці спеціальна тренуваність не форсується, робота ведеться на перспективу. Лише в юнацькому віці метою підготовки стає досягнення високих спортивних результатів. Найбільших успіхів досягають спортсмени, система підготовки яких орієнтована на формування універсалізму і високої психічної стійкості до стресових ситуацій.

Характерним для ефективних національних систем підготовки висококласних тенісистів є поєднання раціональної побудови багаторічного тренувального процесу і широкої змагальної практики та наявності висококваліфікованих тренерів.

У кожному виді спорту, у кожній провідній спортивній країні і навіть у кожному спортивному клубі є певні особливості системи підготовки кваліфікованих спортсменів. Поряд з цим є ряд фундаментальних засад, які обумовлюють ефективне функціонування систем підготовки спортсменів в ігрових видах спорту.

Як в американському, так і в європейському професійному спорті налагоджена розгалужена система підготовки спортивних резервів. В дитячому віці тренування спрямовані на формування зацікавленості до систематичних занять певним видом спорту і навчання основам техніки і тактики обраного виду спорту. У підлітковому віці, окрім навчання

техніці і тактиці гри, великої уваги надається різнобічній фізичній підготовці. В юнацькому віці акцент переноситься на розвиток спеціальних якостей і здібностей. Особливої ваги надається формуванню психічної стійкості до стресових ситуацій. Значне місце в підготовці юних спортсменів відводиться набуттю змагальної практики. Проте результатам участі у змаганнях не надається великого значення. Це дозволяє не форсовано, а планомірно, з розрахунком на перспективу будувати навчально-тренувальний процес.

У тренуванні кваліфікованих спортсменів культивується вузька спеціалізація - кожний спортсмен повинен чимось виділятися, як кажуть на Заході мати у своєму арсеналі хоча б один елемент "ультра - сі": найкраще виконувати підбори м'яча на щитах, досконало виконувати стандартні положення, ефективно грати в більшості, або в меншості, мати сильну подачу в тенісі тощо. Проте найбільш видатні гравці це універсали: М.Джордан в баскетболі, У.Гретцкі в хокеї, Р. Федерер в тенісі, Роналдіньо у футболі.

Характерною особливістю підготовки елітних професійних команд є відносно невеликий обсяг спеціалізованої тренувальної роботи, що виконується з близькою до змагальної інтенсивністю, а також раціональне поєднання тренувальних і змагальних навантажень з відновлювальними тренуваннями і спеціальними відновлювальними заходами. Це дозволяє зберігати ігрову "свіжість" і націленість на перемогу протягом тривалого сезону змагань. Серйозного значення у професійному спорті надають раціональному харчуванню. Лікар-дієтолог розробляє дієти з урахуванням специфіки виду спорту та індивідуальних особливостей конкретних гравців.

Підготовкою спортсменів на всіх рівнях керують кваліфіковані тренери. Це, як правило, відомі у минулому спортсмени, які пройшли ступеневу фахову підготовку на спеціальних курсах чи у навчальних закладах. У професійних клубах практикується спеціалізація тренерів. Всією підготовкою керує головний тренер, який користується незаперечним авторитетом. Йому допомагають тренери-асистенти з різних компонентів підготовки (фізична підготовка, розіграші стандартних положень, підготовка воротарів тощо).

19.3. Підготовка професійних велосипедистів-шосейників

Велоспорт. Сутність професії велосипедиста-професіонала передусім полягає в рекламі будь-якої продукції, послуг, фірм і т.п. під час участі у змаганнях. Отже, робота професійного велосипедиста полягає в участі у змаганнях зі спортивною і комерційною метою. Беручи участь у різноманітних змаганнях, велосипедисти підводять себе до найвищої спортивної форми до тих гонок, які згідно контракту визначені головними в поточному сезоні. Отже основним методом підготовки велосипедистів-професіоналів є змагальний метод. Контракт же є тим головним документом, що визначає організаційно-методичну форму підготовки велосипедиста-професіонала. Керівництво

спортивної групи (команди) визначає спортсменіві завдання на майбутній спортивний сезон. Виходячи з цього і планується його підготовка.

Як вже відзначалося вище, до професійного спорту велосипедисти приходять у віці 20-22-х років. Розквіту спортивної майстерності переважна більшість професійних гонщиків-шосейників досягає у віці 25-30 років (рис. 1).

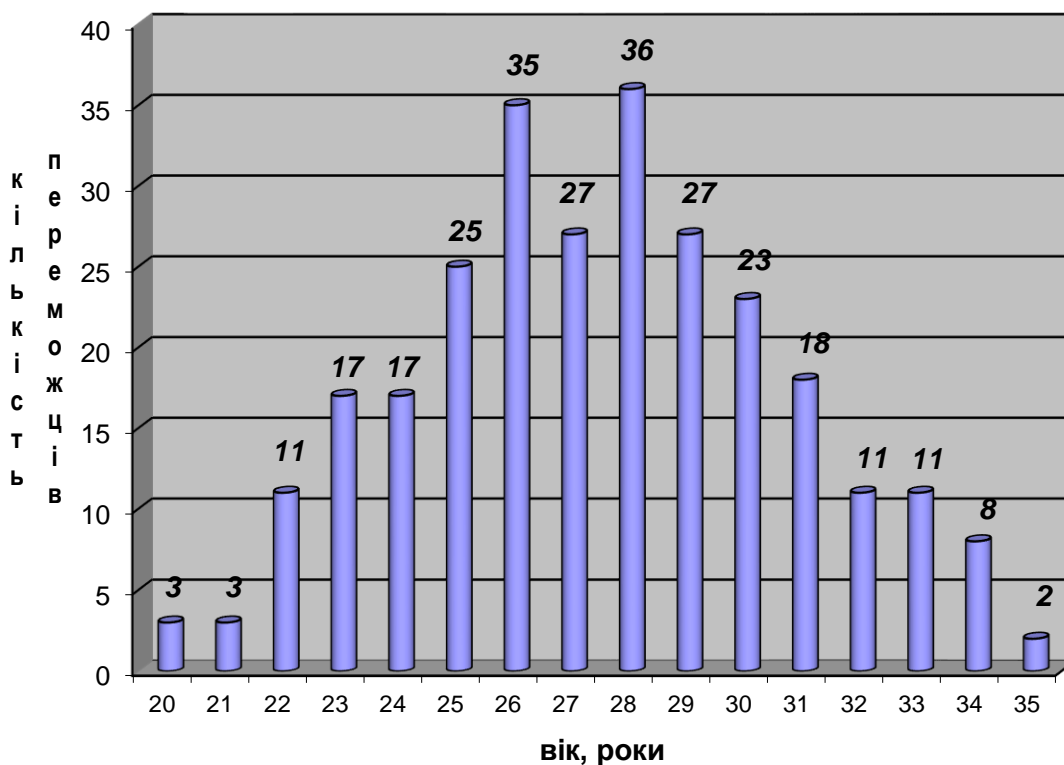


Рис. 1. Динаміка віку велосипедистів-професіоналів, переможців Чемпіонатів світу та великих турів ("Вуельта Іспанії", "Джіро Італія", "Тур де Франс")

Однак бувають і винятки. Так голандець Л.Зотемелк виграв звання чемпіона світу в шосейних гонках у 39 років. Вік всіх переможців найбільш престижних змагань серед професійних велогонщиків ("Тур де Франс", "Джіро Італія", "Вуельта Іспанії", "Чемпіонат світу") коливається у досить широкому діапазоні - від 20-21-го року до 33-34-х років. При цьому середній вік найвищих досягнень в означених змаганнях становить 27 ± 1 років. **Отже, більшість велосипедистів-аматорів, що перейшли у професіонали, досягали найвищих спортивних результатів через 7-8 років. Разом з тим перспективні плани підготовки у професійному велоспорті, як правило, не розробляються. У кожній професійній спортивній групі план підготовки складається на сезон. Його мета полягає у підведенні гонщиків команди до певної гонки в стані оптимальної спортивної форми.** Справа у тім, що ані аматори ані професійні велогонщики не можуть знаходитися в стані найвищої бойової готовності протягом 8-9-ти місяців сезону змагань. Навіть найбільш видатним велогонщикам сучасності не вдавалося зберігати високий рівень спортивної працездатності упродовж всього сезону. Більше того, навіть упродовж 3-4 місяців, де сконцентровані найбільш значущі змагання, дуже

рідко одні і ті ж гонщики добивалися перемог. За всю історію професійного велоспорту тільки два спортсмени в одному сезоні змогли послідовно отримати перемоги в трьох найбільш престижних змаганнях. Це Е.Меркс (1974 р.) і С.Роше (1987 р.). Вони послідовно виграли по два супертури ("Джіро Італія" - травень-червень; "Тур де Франс" - липень) і одержали перемоги на чемпіонаті світу (серпень). В цих випадках тільки у великих турах гонщики змагалися 44 дні і подолали біля 8000 км. Однак після потрійного успіху жоден з них у майбутньому не зміг отримати перемогу в жодному змаганні подібного рангу, хоча Е.Меркс завершив кар'єру через три роки, а С.Роше - через шість років після потрійного успіху. Це дає підстави припустити, що навантаження в тих сезонах істотно перевищили адаптаційні можливості організму спортсменів, що й не дозволило їм у подальшому вийти на аналогічний рівень спортивної форми.

Ще дев'ять видатних велогонщиків, у тому числі Е.Меркс, змогли послідовно виграти два великих тури, або "Тур де Франс" і чемпіонат світу. В цьому випадку вони протягом 2-3-х місяців зберігали найвищий рівень спортивної працездатності. Основна ж маса велосипедистів-професіоналів готується до найбільш значущої для них гонки. Тим не менш свою підготовку вони здійснюють шляхом участі в серії підвідних стартів. Після участі в найбільш відповідальній для спортивної групи гонці велосипедисти продовжують участь у різноманітних гонках до кінця сезону. Середні показники параметрів тренувальних і змагальних навантажень професіоналів свідчать про те, що вони значно вищі ніж у велосипедистів-аматорів (Вавилов, Лаптев, 1990; Ердаков, Захаров, 1997). Однак в останні роки обсяги навантажень стабілізувались і не є ключовим чинником підвищення спортивної майстерності (Кондрашова, 1993; Платонов, 2004). Більше половини річного обсягу навантаження професійні гонщики-шосейники виконують в умовах офіційних змагань (табл. 5).

Таблица 5

Обсяг річних навантажень провідних велосипедистів-професіоналів світу в гонках на шосе

Показники обсягу навантажень	Групи спортсменів	
	Велосипедисти-універсали	Велосипедисти-шосейники
Кількість робочих днів	330-345	330-345
Кількість стартів	150-180	130-160
Обсяг змагальних навантажень, км	до 24000	до 20000
Обсяг тренувальних навантажень, км	до 16000	до 20000
Загальний обсяг навантажень, км	до 40000-45000	до 40000-45000

Тренери професійних команд і самі велосипедисти усвідомлюють, що для участі в найбільш значущих гонках необхідно було б планувати етап безпосередньої підготовки до них (як це має місце в олімпійському велоспорті). Про ефективність цього підходу у професійному велоспорті переконливо свідчить досвід видатного велосипедиста кінця ХХ початку ХХІ ст. Ленса

Армстронга. Після операції з приводу ракової хвороби у 1996 р. і лікування він повернувся у 1998 р. у професійний велоспорт. Всю систему підготовки Армстронг підпорядкував підготовці лише до найпрестижнішої багатоденки „Тур де Франс”. Це дозволило йому добитися феноменального результату. З 1999 по 2005 рік Армстронг сім разів підряд ставав переможцем „Тур де Франс” в індивідуальному заліку. Однак керівники команд не можуть не рахуватися з інтересами фірм і професійних спортсменів, котрі надають перевагу участі в оплачуваних гонках, оскільки тренувальний процес не оплачується.

Отже, професійний спорт висунув немов би альтернативу тренувальному процесові - участь у змаганнях. Незважаючи на відсутність у спортивній літературі переконливих даних щодо переваги того або іншого підходу, можна стверджувати, що на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей широка змагальна практика має певні переваги. Головними з них є постійне перебування спортсмена в умовах протистояння і високий емоційний фон. Тренери команд планують участь своїх спортсменів у змаганнях таким чином, щоб забезпечити поступовість збільшення фізичного навантаження, психічного напруження та розвитку спортивної форми. Починаючи з лютого, спортсмени беруть участь в серії одноденних гонок. У березні-квітні одноденні змагання поєднуються з кількома нетривалими багатоденними гонками. У подальшому команди беруть участь у найбільш значущих для них змаганнях сезону. Незважаючи на постійне розширення календаря міжнародних змагань індивідуальні річні показники обсягу змагальних навантажень залишаються на рівні кінця 1980-х років. Певно при раціональному застосуванні засобів тренування та відновлення річні обсяги змагальних навантажень в діапазоні 20-24 тис. км за 95-130 днів змагань є близьким до оптимальних.

У плануванні підготовки професійних велосипедистів "культивується" переважно вдосконалення сильних сторін кожного гонщика. У підготовці так званих "гірських" гонщиків акцент робиться на переважний розвиток силової витривалості. В роботі з "фінішерами" пріоритет надається розвиткові швидкісних якостей. Велосипедисти-універсали удосконалюють всі компоненти змагальної діяльності. Вони мають найбільші обсяги змагальної підготовки за сезон - біля 24 тис. кілометрів. Взимку вони беруть участь в шестиденних парних гонках, влітку - в одноденних і багатоденних гонках, а восени - у змаганнях з кросу. Причому ці спортсмени досить часто успішно виступають в чемпіонатах світу як на шосе, так і на треку. Наприклад, Ф.Коппі (Італія) - 1-е місце в гонках на треку і 3-є - в шосейних гонках чемпіонатів світу 1949 р.; Ф.Мозер (Італія) - відповідно 1-е і 2-е місця в 1976 р.; К.Бордмен (Великобританія) - 1-е і 2-е місця в чемпіонатах світу 1996 р. Інші відомі спортсмени виступають тільки у змаганнях на шосе. До них можна віднести С.Роше (Ірландія), М.Індурайна (Іспанія), П.Тонкова і Є.Березіна (Росія), А.Чміля (Україна) та ін. Їхній річний обсяг змагальних навантажень на 4 тис. км менший. Однак, за рахунок великого обсягу тренувальної роботи в зимові місяці загальний річний обсяг навантажень у цих спортсменів також складає 40-45 тис. кілометрів (табл. 5).

Більш детально розкрити підготовку в одному річному циклі, а також протягом декількох років доречно на прикладі видатного спортсмена Едді

Меркса (Бельгія). Цей талановитий велосипедист закінчив спортивну кар'єру в 1978 р. (табл. 6), але й до цього часу утримує лідерство в світовому велоспорті за кількістю отриманих перемог. Вже на четвертому році занять велосипедним спортом, коли йому виповнилося тільки 19 років, Е.Меркс виграв чемпіонат світу серед спортсменів-аматорів. Наступного року він переходить у професійний спорт. У 1968 році вперше виграє гонку "Джіро Італія". Всього за свою спортивну кар'єру Е.Меркс взяв участь в 1800 гонках і в 525 отримав перемоги в т.ч. у 445 професійних гонках (табл. 6).

Е.Меркс з однаковим успіхом виступав у всіх видах гонок. Біля третини всіх перемог (164 перемоги), він завоював в критеріумах і кільцевих гонках. Цей вид гонок дуже популярний в Бельгії. Вони розвивають якості, що необхідні кожному хорошому гонщиківі, а саме - здатність активно спуртувати на фініші і вміння орієнтуватися в гонці. Ці ж якості розвиваються і в шестиденних гонках на треку. У Е.Меркса ці гонки займали до 25 змагальних днів на рік.

Таблиця 6

**Кількість змагань і перемог за спортивну кар'єру
видатного велосипедиста Едді Меркса**

Рік	Вік, роки	Категорія ліцензії	Кількість гонок	Кількість перемог
1961	16	юнацька	14	1
1962	17	- " -	55	23
1963	18	аматорська	72	28
1964	19	- " -	72	24
1965	20	- " -	5	4
1965	20	професіональна	69	9
1966	21	- " -	95	20
1967	22	- " -	113	26
1968	23	- " -	129	32
1969	24	- " -	129	43
1970	25	- " -	138	52
1971	26	- " -	120	54
1972	27	- " -	127	50
1973	28	- " -	136	51
1974	29	- " -	140	38
1975	30	- " -	151	38
1976	31	- " -	111	15
1977	32	- " -	119	17
1978	33	- " -	5	-
Всього	-	-	1800	525

Побудова його річного змагального циклу показана в табл. 7. У 1975 році обсяг змагального навантаження у Е.Меркса досягнув 185 змагальних днів. В січні-лютому він брав участь у змаганнях на шосе, треку і в кросі. В березні-вересні тільки у змаганнях на шосе. В жовтні він знову взяв участь у змаганнях на шосе, треку і з кросу, а в листопаді-грудні - участь в чотирьох шестиденних гонках на треку. Слід також відзначити, що це один з небагатьох велосипедистів, що брав участь і в спринтерських гонках на треку.

Таблиця 7

Динаміка участі Едді Меркса в різних видах змагань у 1975 році

Місяці	Види гонок	Кількість днів змагань
січень	шосе, трек, крос	4
лютий	шосе, трек, крос	20
березень	шосе	17
квітень	шосе	9
травень	шосе	13
червень	шосе	25
липень	шосе	26
серпень	шосе	21
вересень	шосе	16
жовтень	шосе, трек, крос	9
листопад	трек	25
грудень	трек	(6-денні гонки)
Всього	–	185

Таким чином більшість гонщиків провідних професійних команд світу виконують 40-45 тис. кілометрів спеціальної роботи протягом річного макроциклу. Найважливішим компонентом їхньої підготовки є змагальна практика: 95-130 змагальних днів на рік; 20-24 тис. км змагальних навантажень на рік. Однак піку спортивної форми вони досягають до певних змагань сезону у відповідності з завданнями, що ставлять перед командами їхні власники. Провідні велогонщики зберігають оптимальну спортивну форму протягом 2-3-х місяців.

Підготовка велосипедистів-професіоналів здійснюється з акцентом на переважний розвиток їхніх індивідуально виражених здібностей.

Професійну кар'єру більшість велогонщиків розпочинають у 20-22-річному віці. Найвищих досягнень вони добиваються через 7-8 років виступів у професійному велоспорті. Однак перспективне планування підготовки професійних велогонщиків, як правило, не застосовується. Організаційне і методичне спрямування підготовки велосипедиста-професіонала зумовлює контракт.

19.4. Відмінні риси підготовки професійних боксерів

Бокс. Підготовка професійних боксерів здійснюється у сучасних добре обладнаних спортивних комплексах. В одному з найстаріших і найкращих тренувальних центрів США "Гліссокс", де підготовлено біля 100 чемпіонів світу серед професіоналів у різних вагових категоріях, розташовано декілька стаціонарних рингів, велика кількість боксерських мішків, платформ для пневматичних груш, м'ячів на розтяжках, насипних груш, настінних подушок. В комплексі є зали атлетичної гімнастики, силової підготовки, басейн. Не менш якісно обладнаний і тренувальний центр ексчемпіона світу у суперважкій категорії Леннокса Льюїса („Льюїс-Центр”), що розташований у передмісті Лондона. В одному будинку розташовано готель, їдальню, пральню, два великих тренувальних зали, сучасні тренажери, велика відеотека з записами боїв найліпших боксерів. Для спарингових боїв запрошуються провідні боксери світу, у т.ч. призери Ігор Олімпіад та світу (Даценко, 2002).

Системно-структурний метод підготовки у професійному боксі практично не застосовується. Підготовка ведеться з урахуванням індивідуальних

особливостей боксера, знань, вмінь і особистих переконань тренера. Провідний тренер готує 2-3-х боксерів. Йому допомагають тренери-асистенти, спортивний лікар, масажист, психолог, спаринг-партнери, дієтолог.

Сучасний професійний бокс характеризується агресивно-наступальною формою ведення двобою. Тому поряд з техніко-тактичною підготовкою великої уваги надається фізичній і психічній підготовці.

В методиці тренування професійних боксерів не практикуються групові заняття. Як правило, тренувальні заняття проводяться з конкретним боксером. Тому особистий тренер є ключовою фігурою в складному і багатогранному процесі формування професійного боксера, його індивідуальної манери ведення двобою.

В тренуванні професійних боксерів широко застосовується бій з тінню. Під спостереженням тренера боксер виконує цю вправу протягом 3-5-ти раундів по 5 хвилин як в реальному двобої. Тренер постійно коригує техніку атакуючих і захисних дій, раціональне розташування частин тіла при виконанні відповідних техніко-тактичних дій, синхронність роботи рук і ніг, економність рухів.

Бій на середній і ближній дистанціях займає основне місце в техніко-тактичному арсеналі професійних боксерів, особливо американських. Техніка прийомів ближнього бою професіоналів досить раціональна і за структурою рухів дає максимальний ефект при мінімальних витратах сил.

Найважливішим елементом системи підготовки професійних боксерів є спаринг-двобої, в яких моделюються реальні умови офіційних змагань. Зі спаринг-партнерами професіонали проводять двобої упродовж 12-16-ти раундів. Зміна спаринг-партнерів через 3-5 раундів дозволяє підтримувати високу щільність бою і вимагає від боксера граничної фізичної і психічної мобілізації. Це сприяє формуванню психічної стійкості до перенесення тренувальних навантажень і виступів у змаганнях. В спаринг-двобоях відпрацьовується модель бою з конкретним суперником. З цією метою вивчаються сильні і слабкі сторони суперника, особливості його фізичної і психічної підготовленості, манера ведення бою тощо і моделюються умови майбутнього двобою шляхом підбору схожих на суперника спаринг-партнерів.

Тренувальні програми боксерів-професіоналів великі за обсягом і різноманітні. Так, наприклад, відомі українські боксери Віталій та Володимир Кличко на початку своєї кар'єри у професійному боксі тренувалися по п'ять годин на день. В якості активного відпочинку займалися тенісом, віндсерфінгом, бігом на лижах і гірськолижним спортом. Неодноразовий чемпіон IBF в середній вазі американець Рей Джонс-молодший поєднував заняття боксом зі грою в баскетбол.

Як і в інших видах спорту, в системі підготовки боксерів важливе місце займають засоби відновлення, раціональне харчування та чітке дотримання спортивного режиму.

Певну роль у професійному спорті, яку не варто недооцінювати, відіграють ритуали і талісмани. На думку вчених, серед професійних спортсменів практично кожний бере на змагання талісман або дотримується перед початком гри чи виходом на старт певного ритуалу. Талісман або ритуал не екстравагантна примха спортсменів, а скоріше засіб психо-терапевтичного

впливу. Символічні дії, ритуали і віра в свій талісман додають впевненості, допомагають зняти напруження в стресових ситуаціях. При цьому гравці європейських команд частіше застосовують індивідуальні ритуали, а африканські – переважно групові (Старостин, 1988; Кревуазьє, 2005).

В ігрових видах спорту у провідних "спортивних державах" і клубах функціонують системи підготовки спортсменів за типом піраміди: дитячо-юнацький спорт - початкова і найбільш масова ланка; юніорський (молодіжний) спорт - середня ланка; аматорські і напівпрофесійні команди - вища ланка. Увінчують піраміди гравці елітних професійних ліг. З дитячого віку системи підготовки орієнтовані на досягнення кінцевого результату - успішні виступи в елітних професійних лігах.

В таких популярних професійних видах спорту як бокс і шосейні велогонки не налагоджені системи підготовки резерву. Команди (клуби) поповнюють свої ряди за рахунок найбільш обдарованих спортсменів-олімпійців.

В системах підготовки спортсменів-професіоналів провідне місце відіграє змагальна діяльність. Командні тренування в ігрових видах спорту нетривалі, але проводяться з високою інтенсивністю. В них здебільшого відпрацьовуються до автоматизму певні техніко-тактичні схеми. Особливо це характерно для NBA і NHL. В індивідуальних тренуваннях акцент робиться на вдосконаленні найбільш сильних сторін майстерності конкретного гравця. Винятково важливого значення у професійному спорті надається формуванню психічної стійкості до стресових ситуацій і вихованню здатності до максимальної самовіддачі в тренуваннях і особливо у змаганнях.

Команди елітних ліг мають у своїх штатах професійних психологів. Багато провідних спортсменів-професіоналів користуються послугами персональних психологів.

Важливим елементом підготовки професіоналів є широке застосування ефективних позатренувальних засобів і серйозне ставлення до спортивного режиму: раціональний добовий режим; особиста гігієна; спеціалізоване харчування; оптимальні умови побуту, проведення тренувань та участі у змаганнях; профілактика і лікування травм; позатренувальні засоби підвищення працездатності і прискорення відновлення (масаж, гідропроцедури, лазня і теплові камери, фізіотерапевтичні засоби, адаптогени, психологічні засоби та ін.). Особливої уваги надається спеціалізованому харчуванню. Воно складається з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів, етапів підготовки, змісту і величини тренувальних та змагальних навантажень.

У професійному спорті, як правило, не практикується розробка багаторічних перспективних планів підготовки. Організаційне і методичне спрямування плану підготовки у значній мірі визначає контракт спортсмена-професіонала.

Найважливішими чинниками підготовки професіоналів є висока самодисципліна, персональна відповідальність за рівень фізичної, функціональної і технічної підготовленості.

Рекомендована література

Основна:

46.Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.

47.Гуськов С. И. Профессиональный спорт в США / Гуськов Г. И. // Спорт за рубежом. – 1990. – № 10. – С. 10–11.

48.Гуськов С. И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Киев : КГИФК, 1991. – 46 с.

49.Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професіонального спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези III Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.

50.Линець М. Особливості розвитку і функціонування професійного спорту в Європі / Михайло Линець, Володимир Артюх // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Т. 1. – С. 24–26.

51.Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>

52.Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.

53.Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.

54.Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.

55.Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.

56.Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.

57.Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

58. Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода // Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>

59. Профессиональный спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

60. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линец М. М. // Матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет-конференції (20-21 грудня 2016 р.) «Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі. – Дніпро, ЛДФКіС, 2016. – С.176-178.

Допоміжна:

13. Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

14. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1995. – 296 с.

15. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 24(193). – 13 июня.

16. Платонов В. Труден путь к истинному профессионализму. Украинский футбол: несбывшиеся надежды, поиски, ошибки / Владимир Платонов // Зеркало недели. – 1998. – № 25(194). – 20 июня.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>

2. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>

3. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>

4. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>

5. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>

Тема 20 Структура системи підготовки спортсменів

1. Змагання як системоутворюючий чинник спорту.
2. Спортивне тренування як основний компонент системи підготовки спортсменів.
3. Науково-методичне, матеріально-технічне та медичне забезпечення як компоненти системи підготовки спортсменів.

20.1. Змагання як системоутворюючий чинник спорту

Змагання в ОС – центральний елемент, який визначає усю систему організації, методики і підготовки спортсменів для результативної змагальної діяльності.

Спортивні змагання – це своєрідна модель людських взаємовідносин, які реально існують у світі: боротьби, перемог і поразок, спрямованості до постійного вдосконалення, досягнення найвищого результату, творчих, престижних і матеріальних цілей.

З іншого боку, спортивні **змагання** – це об'єктивний спосіб демонстрації досягнутого рівня підготовленості, спосіб оцінки і порівняння досягнень окремих спортсменів і команд. Вони є системоутворюючим фактором спорту. В свою чергу, системоутворюючим фактором змагань є результат.

У змаганнях виявляється дієвість організаційних. Матеріально-технічних основ підготовки, системи відбору і виховання резерву для ОС, кваліфікація тренерських кадрів і ефективність системи підготовки спеціалістів, рівень спортивної науки і результативність системи науково-методичного і медичного забезпечення підготовки та ін.

Змагання характеризуються наявністю конкуренції між їх учасниками. При цьому конкуренція виникає не лише між спортсменами і тренерами, але й між НОКами, національними федераціями, організаторами СПС, керівниками команд, лікарями, спеціалістами служб забезпечення та ін.

Окрім конкуренції на змаганнях створюються умови для об'єднання спортсменів і спеціалістів спільними інтересами – підвищенням авторитету виду спорту, його видовищності і популярності, обміном досвіду підготовки і ЗД, досягненнями в області спортивної науки та ін.

Спортивні змагання як явище соціального життя підвладні основним принципам, які діють у будь-якій людській діяльності.

Гласність гарантується різносторонньою інформацією, присутністю глядачів. Це створює умови для суспільного контролю за поведінкою тих, хто змагається.

Порівняльність результатів забезпечується дією правил змагань, об'єктивними способами реєстрації спортивних досягнень, рівністю умов для усіх, хто змагається.

Можливість практичного повторення досвіду визначається їх періодичністю, традиційністю, стабільністю календаря, правилами відбору і допуску до змагань.

Змагання – потужний мобілізаційний фактор практично для усіх резервів організму спортсменів.

Види спортивних змагань

В залежності від мети, завдань, форм організації, складу учасників змагання поділяються на різні види. В системі олімпійського спорту змагання можуть поділятися за наступними критеріями:

- за значенням (підготовчі, відбіркові, головні);
- за масштабами (районі, місцеві, регіональні, континентальні, Олімпійські ігри);
- за вирішенням завдань (контрольні, класифікаційні, відбіркові, показові);
- за характером організації (відкриті, закриті, традиційні, матчеві, кубкові та інші);
- за формою заліку (особисті, командні, особисто-командні);
- за віковими категоріями учасників (дитячі, юнацькі, для дорослих, для ветеранів);
- за статтю (серед чоловіків або жінок);
- за професійною орієнтацією учасників (шкільні, студентські ті інші).

Масштабні офіційні змагання визначають тривалі етапи підготовки, дозволяють оцінити, як діють системи підготовки спортсменів і команд. Інші змагання можуть вирішувати завдання відбору спортсменів з метою участі у важливих змаганнях, бути ефективним засобом удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів.

Виділяють підготовчі, контрольні, підвідні (модельні), відбіркові та головні змагання.

Підготовчі змагання. В цих змаганнях головними завданнями є: удосконалення раціональної техніки і тактики змагальної діяльності спортсмена, адаптація різних функціональних систем організму на змагальні навантаження та інші. При цьому підвищується рівень тренуваності спортсмена, набувається змагальний досвід.

Контрольні змагання дозволяють оцінювати рівень підготовленості спортсмена. В них перевіряється ступінь оволодіння технікою, тактикою, рівень розвитку фізичних якостей, психічна готовність до змагальних навантажень. Результати контрольних змагань дають можливість проводити корекцію побудови процесу підготовки. Контрольними можуть бути як спеціально організовані, так і офіційні змагання різного рівня.

Підвідні (модельні) змагання. Важливим завданням цього етапу є підведення спортсмена до головних змагань макроциклу, року, чотирьохріччя.

Підвідними можуть бути як спеціально-організовані змагання в системі підготовки спортсмена, так і офіційні календарні змагання. Вони повинні повністю або частково моделювати головні змагання.

Відбіркові змагання проводяться для відбору спортсменів в збірні команди і визначення учасників особистих змагань найвищого рангу. Відмінною особливістю таких змагань є умови відбору: завоювання певного місця або виконання контрольного нормативу, який дозволить виступати на головних змаганнях. Відбірковий характер можуть носити як офіційні, так і спеціально організовані змагання.

Головні змагання. Головними змаганнями є ті, в яких спортсмену необхідно продемонструвати найвищий результат на даному етапі спортивного удосконалення. На цих змаганнях спортсмену необхідно проявити повну мобілізацію техніко-тактичних і функціональних можливостей, максимальну спрямованість до досягнення найвищого результату, найвищий рівень психічної підготовленості.

Цілком природньо, що в олімпійському спорті центральне місце займають масштабні комплексні змагання – Ігри Олімпіад і зимові Олімпійські ігри, чемпіонати світу, великі континентальні і регіональні змагання, а також такі комплексні змагання, як Всесвітні Універсіади.

Кількість стартів, яка прийнята спортсменами в змаганнях різних видів, суттєво коливається. Найбільша кількість стартів припадає на підготовчі, контрольні і підвідні змагання.

Таблиця 1

Максимальна кількість днів офіційних змагань і стартів спортсменів найвищої кваліфікації в річному циклі

Вид спорту, змагань	Кількість змагальних днів	Кількість стартів
Біг на короткі дистанції	22-26	28-32
Футбол	70-85	70-85
Боротьба вільна, греко-римська	30-40	50-70

Регламентация і способи проведення змагань

Регламентация спортивних змагань здійснюється за двома основними документами.

Спортивні змагання регламентовані спеціальними правилами, специфічними для кожного виду спорту. Правила змагань виявляють: організацію змагань з даного виду спорту; види змагань і способи їх проведення; особливості місць проведення змагань, інвентар і обладнання; склад суддівської колегії і її обов'язки; правила суддівства; правила поведінки і дій учасників та інше.

В правилах змагань відзначається прагнення, по можливості, більш чітко диференціювати і зробити більш об'єктивними різні пункти, максимально зменшити вірогідність впливу зовнішніх факторів на результат змагань. Але не дивлячись на те, що багато пунктів правил віддзеркалюють параметри які об'єктивно вимірюються (тривалість гри, час виходу на поміст або доріжку,

паузу між підходами, спробами та інше.), залишається велика кількість пунктів, виконання яких залежить від кваліфікації і совісті суддів. У видах спорту, в яких результат може визначатися за часом, відстанню і т.п. (плавання, легка атлетика, стрільба та інш.), вплив суб'єктивних оцінок суддів на результат змагань невеликий. В ігрових, складнокоординованих видах, спортивних одноборствах, в свою чергу, суб'єктивна оцінка суддів, їх здатність приймати рішення в суворій відповідності з правилами змагань виявляється вирішальною для розподілу зайнятих місць.

Міжнародні спортивні федерації постійно працюють над удосконаленням правил змагань, прагнуть зробити об'єктивною систему оцінки їх результатів, зробити змагання більш видовищними і цікавими для глядачів і засобів масової інформації.

Документом, який виявляє умови проведення конкретних змагань, їх правове оформлення, є Положення про змагання. Розробка Положення про змагання та своєчасна розсилка зацікавленим організаціям покладається на організаторів даних змагань.

В Положенні визначаються: назва змагання (класифікаційні, першість і т.п.); мета та завдання змагань (перевірка навчально-тренувальної роботи, підведення підсумків, обмін досвідом та інше); допуск до участі (вік, кваліфікація, приналежність до країни, НОК, спортивної організації та інше); характер змагань (особисті, командні, особисто-командні); час і місце проведення; програма і календар по днях змагань; умови проведення, способи оцінки і виведення результатів; кількість учасників, яка допускається; порядок визначення переможців; форма учасників і їх інвентар; нагородження переможців; умови прийому учасників і суддів (зобов'язання по матеріальному забезпеченню); документація учасників, яка необхідна для допуску до змагань; форма офіційної заявки для участі у змаганнях і терміни її представлення.

Положення про змагання є важливим фактором, який регламентує в певній мірі розвиток спорту. Розширення складу учасників змагань за класифікацією, віком і статтю позитивно впливає на розвиток спорту: Положення також сприяє розширенню кола осіб, які займаються, їх демографічної різноманітності; збільшенню кількості необхідних тренерських кадрів і їхньої вікової і кваліфікаційної спеціалізації (необхідної для підготовки дітей, юнаків, дорослих, новачків і кваліфікованих спортсменів); розвиткові матеріально-технічної бази спорту і т.п.

В олімпійському спорті застосовуються різноманітні **способи проведення змагань**. Вибір способу залежить від виду спорту і традицій проведення змагань в цьому виді; мети змагань; кількості учасників і місця проведення; можливостей суддівської колегії; часу, який виділений на проведення змагань.

У більшості видів спорту найчастіше зустрічаються такі способи: **коловий, відбірково-коловий, змішаний і спосіб прямого вибування**.

Коловий спосіб. При проведенні змагань цим способом всі учасники змагань зустрічаються з усіма суперниками почергово. Результати зустрічей (перемоги, поразки, нічий) враховуються при визначенні порядкового місця, яке посів спортсмен (команда). Вище місце присвоюється спортсмену (команді), які набрала найбільшу суму очок.

При проведенні змагань коловим способом виникають випадки, коли однакову суму очок набирають два або декілька учасників (команд). В таких випадках перевага надається спортсмену або команді у відповідності з умовами, які регламентовані в Положенні про змагання. Умови, які виявляють переваги того або іншого спортсмена (команди) при набраній однаковій кількості очок, можуть бути: перемога спортсмена (команди) в особистій зустрічі; перевага в кількості перемог даного спортсмена (команди); краще співвідношення нанесених і отриманих голів (футбол) та інші. Положенням про змагання може бути передбачено, що при рівності результатів у деяких учасників для визначення зайнятого місця між ними можуть бути призначені додаткові зустрічі.

Відбірково-коловий спосіб. При проведенні змагань цим способом учасників (команди) спочатку розділяють на попередні групи, в яких кожен спортсмен (команда) зустрічається зі всіма суперниками даної групи. Потім спортсмени, які посіли місця в групі (в більшості видів спорту 1-3-є місця, але не більше 50 % учасників даної групи), переходять до наступного туру змагань. Цих учасників розбивають на групи, які проводять поєдинки між собою для подальшого відбору, аж до фінальної зустрічі (туру), в якій і визначають переможця змагань.

При досить великій кількості учасників (команд) відбірково-коловий спосіб дозволяє учасникам набути змагального досвід. При цьому, в певній мірі, об'єктивно визначаються сильніші спортсмени (команди).

Змішаний спосіб. Всі спортсмени (команди) попередньо беруть участь в одному-трьох турах, які проводяться відбірково-коловим способом. Потім переможці попередніх змагань зустрічаються між собою за жеребом способом прямого вибування. Кількість фіналістів, як і кількість переможців попередніх змагань, визначається Положенням про змагання. Фінальні поєдинки проводяться коловим способом.

Можливі варіанти змішаного способу, коли після турів, проведених відбірково-коловим способом, фінальні поєдинки проводяться способом прямого вибування.

Приблизно за такою схемою проводяться популярні в США та багатьох країнах Європи змагання зі спортивних ігор. Зокрема, таким чином розігрується Кубок УЄФА. Також цим способом проведення змагань користуються провідні професійні ліги північно-американського спорту (NHL, NBA, NFL та ін.)

Визначення переможця в змаганнях, які проводяться змішаним способом, багато в чому залежать від характеру жеребкування. Найбільш об'єктивним є розсіювання спортсменів (команд) по попередніх групах у відповідності з їх кваліфікацією, яка виявляється за результатами попередніх змагань.

Спосіб прямого вибування. В змаганнях, які проводяться цим способом, учасник (команда), які програли поєдинок, вибувають з подальшої боротьби. Проте можливі заохочувальні поєдинки між командами, що програли, які дозволяють їх переможцям продовжувати подальші змагання. Допускаються також варіанти вибування спортсмена з подальших змагань не після першої поразки, а після другої. При проведенні змагань способом прямого вибування на результат змагань впливає жеребкування спортсменів (команд), яке може звести в одному поєдинку дві сильні команди. Важливий момент об'єктивізації

проведення змагань таким способом – розсіювання учасників, що суттєво впливає на виявлення переможця.

Незалежно від способів проведення змагання можуть складатись з двох основних етапів: попередніх та фінальних. В залежності від кількості учасників між попередніми та фінальними змаганнями можуть бути проміжні етапи: 1/8, 1/4, 1/2 фіналу.

В легкій і важкій атлетиці, плаванні та інших спортивних дисциплінах можуть проводити змагання, які складаються з двох етапів: кваліфікаційні та основні. В процесі кваліфікаційного етапу проводиться відбір спортсменів для участі в основному етапі. При цьому встановлюється кваліфікаційний норматив. Спортсмени, які виконують його, допускаються до участі в основних змаганнях, де і виявляються переможці.

Визначення результату у змагання може відбуватися в особистій, командній та особисто-командній першості .

В особистих змаганнях визначаються місця всіх спортсменів, які беруть участь у змаганнях, переможці і призери.

В особисто-командних змаганнях, окрім особистих місць учасників, за зайнятими ними місцями визначаються місця команд, які приймають участь. Характерною особливістю особисто-командних змагань є те, що всі учасники, в тому числі спортсмени одного колективу, змагаються між собою.

В командних змаганнях визначається лише місце, яке займає команда. На відміну від особисто-командних змагань, в командних змаганнях учасники однієї команди змагаються лише зі спортсменами другої команди.

В спортивних іграх (футбол, баскетбол, волейбол та інш.), а також в греблі (крім човнів-одиночок) практично проводять тільки командні змагання. В інших змаганнях можуть проводити особисті, особисто-командні та командні змагання.

Визначення результату в змаганнях

Різні види спорту за способом визначення результату можуть бути згруповані в чотири групи:

1. Види з об'єктивнометричним вимірювальним результатом.
2. Види, в яких результат визначається умовними одиницями (балами, очками), які присвоюються за виконання обумовленої програми змагань.
3. Види, в яких спортивний результат визначається кінцевим ефектом або перевагою в умовних одиницях (очках) за виконані дії в варіативних ситуаціях.
4. Комплексні види спорту.

До першої групи відносяться види спорту, в яких спортивний результат змінюється за часом, відстанню, масою снаряду, точністю. Сюди входять:

• *види спорту з відносно постійними умовами змагань: легка та важка атлетика, плавання, велосипедний (трек), стрільковий, ковзанярський спорт, та ін.*

Змагання з перелічених видів спорту проходять на стандартних спортивних аренах (стадіонах, басейнах, залах, треках і інш.) з відносною стабільністю зовнішніх умов;

- *види спорту з непостійними умовами проведення змагань: лижний, гірськолижний, вітрильний, велосипедний (шоце) та ін.*

Відмінною характеристикою змагань цих видів спорту є зміна профілю трас і умов, що ставить своєрідні вимоги до змагальної діяльності, а відповідно, і підготовленості спортсменів.

Особливість змагальної діяльності спортсменів в даній групі видів спорту полягає в тому, що спортсмен попередньо знає об'єктивний рівень своїх результатів та результатів майбутніх суперників. Очевидно, що знання (навіть приблизне) рівня результатів дозволяє більш визначено їх планувати, обирати тактику змагальної поведінки в процесі змагальної боротьби.

В другу групу входять види спорту, в яких спортивний результат визначається суддями суб'єктивно в умовних одиницях за зовнішнім враженням про точність, складність і красу виконання спортивних вправ. До цієї групи відносяться:

- гімнастика художня та спортивна, акробатика, стрибки у воду, синхронне плавання та ін.;

- стрибки на лижах з трампліну, фігурне катання на ковзанах та ін.

В стрибках на лижах з трампліну кінцевий результат залежить як від дальності польоту, так і від оцінки його краси. У фігурному катанні кінцевий результат визначається як оцінкою виконання вправи в балах, так і сумою зайнятих спортсменом місць, присуджених суддями за загальним враженням про виступ спортсмена в окремих видах змагань.

Третя група представлена наступними трьома підгрупами:

- види спорту, в яких спортивний результат визначається досягнутим кінцевим ефектом за встановленими правилами змагань час, який має бути повністю вичерпаний (футбол, хокей, баскетбол, гандбол та ін.);

- види спорту, в яких, не дивлячись на лімітований правилами час змагального поєдинку (боротьба, бокс, фехтування), можливе прискорене досягнення перемоги в двох варіантах: 1) виконання дії, яка дає так званий чистий вигреш: нокаут, «чиста» перемога в боротьбі; 2) досягнення перемоги при вигреші певної кількості очків раніше ніж вичерпається час, який обумовлений правилами ліміту часу (фехтування);

- види спорту, в яких перемога визначається обумовленим кінцевим ефектом, але змагання не обмежені у часі їх проведення (теніс, волейбол та ін.).

Четверта група об'єднує комплексні види спорту – сучасне п'ятиборство, біатлон, лижне двоборство, легкоатлетичне десятиборство та ін.

Особливістю змагальної діяльності в цих видах спорту є можливість компенсаторної взаємодії і переважального впливу на кінцевий спортивний результат окремих, включених в даний комплекс, спортивних дисциплін.

Змагальна діяльність в цих видах спорту потребує врахування як особливостей окремої спортивної дисципліни, так і позитивних і негативних факторів, які витікають із своєрідного комплексу, індивідуальних переваг в тій або іншій спортивній вправі. Особливо специфічним в цьому відношенні є біатлон, змагання в якому проходять нерозривно з двох видів спорту (гонка і стрільба), що ускладнює змагальну діяльність спортсмена.

4. Умови, які впливають на результативність змагальної діяльності

До факторів, які впливають на змагальну діяльність спортсменів відносять особливості місця проведення змагань; поведінку уболівальників; обладнання місця проведення змагань; географічне місце проведення змагань; характер суддівства; поведінка тренерів та ін.

Особливість місця проведення змагань. У зв'язку із зростаючою престижністю спорту і гострим суперництвом спортсменів, місце проведення змагань набуває все більшого значення. Фактор «свого» та «чужого» поля стає одним із важливіших при визначенні тактичних завдань в ігрових видах спорту – футболі, баскетболі, хокеї та ін. У футболі, при проведенні деяких змагань в два кола, при рівності набраних очків переможець визначається за більшою кількістю забитих та пропущених голів на чужому полі (один гол на полі супротивника зараховується в такому випадку за два).

Поведінка уболівальників. Уболівальники своєю поведінкою здійснюють певний психологічний фон проведення змагань. Реакція уболівальників (навіть у рамках етичних норм) впливає на стан спортсмена, оскільки таким чином може визначатися позитивний або негативний емоційний фон проведення змагань.

Обладнання місця проведення змагань та інвентар. При виборі тактики змагань, особливостей безпосередньої підготовки до старту слід враховувати якість покриття (штучне, дерев'яне); час проведення (ранок, день, вечір); розклад змагань (звичний, незвичний); характер освітлення (штучне, природне); якість інвентарю, обладнання (сучасне, застаріле, звичне, незвичне); і допоміжних приміщень (зручні, незручні); розміщення спортивної бази від місця проживання спортсменів; наявність і якість місць відпочинку і умови для відпочинку та ін.

Практика свідчить про те, що ріст результатів у більшості олімпійських видів спорту обумовлений впровадженням нового спортивного обладнання і інвентарю не в меншій мірі ніж відбір талановитих спортсменів і раціональність системи їхньої підготовки. Нове спортивне обладнання та інвентар здатні суттєво змінити структуру змагальної діяльності, техніку і тактику виду спорту, систему підготовки спортсменів. Найбільш яскраве підтвердження цьому ми бачимо в таких видах спорту, як велосипедний, гімнастика спортивна, окремі види легкої атлетики (стрибки з жердиною, метання спису), гірськолижний спорт, стрибки на лижах з трампліну, бобслей, санний спорт та ін.

Географічні та кліматичні умови. Географічні та кліматичні особливості слід обов'язково враховувати при плануванні змагальної діяльності. Так, наприклад, змагання в середньогір'ї вимагає обов'язкового врахування впливу гіпоксії на організм спортсмена. Не менша увага повинна звертатися на необхідність адаптації спортсменів до умов спеки і підвищеної вологості. Часові різниці впливають на встановлений добовий ритм рухової і вегетативних функцій спортсменів, що також повинно враховуватися як в процесі підготовки, так і безпосередньо під час змагань. Окремі змагання пов'язані з комплексом труднощів. Наприклад, спортсмени європейських країн на Іграх Олімпіади 1996р. в Атланті зіштовхнулись не лише з проблемою

часової адаптації, але і необхідністю пристосування до умов спеки і високої вологості.

Характер суддівства. Організатори змагань повинні забезпечувати змагання кваліфікованим і об'єктивним суддівством. Але, як і вся інша людська діяльність, суддівство змагань несе в собі певну долю суб'єктивізму. І класифікація суддів буває різною, але іноді спостерігаються факти явного суб'єктивного суддівства змагань. Це, особливо, стосується суддівства міжнародних змагань суддями, які у своєму ставленні до спорту виходять з політичних, ідеологічних або комерційних міркувань. І якщо проблема суб'єктивного суддівства в видах спорту з метрично вимірюваними результатами є менш гострою, то в видах спорту, в яких результат оцінюється суддями в умовних одиницях (друга група) і кінцевим ефектом (третья група), вона може виявитися центральною, визначати не тільки результат окремих стартів, але і всіх змагань.

Проблема суддівства постійно знаходиться в полі зору спеціалістів, які готують спортсменів і команди в ігрових видах спорту, одноборствах, видах спорту зі складною координацією. Є багато випадків в історії сучасного олімпійського руху, коли навмисні або ненавмисні помилки суддів призвели до необ'єктивності при виявленні переможців великих змагань в гімнастиці, фігурному катанні та ін.

Слід підкреслити, що в правилах змагань в багатьох видах спорту (гімнастика художня та спортивна, стрибки у воду, стрибки на лижах з трампліну, фігурне катання на ковзанах) не існує чітко диференційованих критеріїв оцінки таких показників, як видовищність виконання вправи, артистизм спортсмена, оригінальність прийомів, які застосовуються, складність та послідовність виконання вправ та інших, які мають важливе значення для визначення переможця.

Поведінка тренерів. Не дивлячись на відомі (часто визначені правилами змагань) норми поведінки тренерів, напруженість змагальної боротьби виражається на характері їх поведінки. По відношенню до дій тих, хто змагається поведінку тренерів в умовах змагань можна класифікувати як сприятливу, заважаючу та індиферентну.

Кваліфікований спортсмен, який знає характер поведінки свого наставника в екстремальних умовах змагань, обов'язково враховує можливі втручання тренера в хід змагальної боротьби і відповідно з цим може скоригувати план змагальної діяльності.

Тренери повинні своєчасно планувати різні варіанти впливу на зміни змагальних дій спортсменів, не піддаючись емоціям, оскільки це може призвести до необдуманих рішень, конфліктних ситуацій, порушення ефективної техніко-тактичної схеми ведення боротьби.

Змагання в системі підготовки спортсменів

Змагання в СПС – не лише засіб контролю за рівнем підготовленості, але й важливий засіб підвищення тренуваності і спортивної майстерності. Особливості безпосередньої підготовки до змагань і власне змагальної боротьби є потужним засобом мобілізації функціонального

потенціалу організму спортсмена, подальшої стимуляції його адаптаційних резервів та ін.

Роль і місце змагань суттєво відрізняються в залежності від етапу багаторічної підготовки. На початкових етапах плануються, як правило, підготовчі і контрольні змагання. З ростом кваліфікації спортсменів кількість змагань зростає, в змагальну практику вводяться підвідні, відбіркові і головні змагання.

Система змагань в багаторічній підготовці спортсменів повинна знаходитися в органічній єдності з метою, завданнями і змістом тренувального процесу на різних етапах багаторічної підготовки (табл.2). На перших двох етапах багаторічної підготовки змагання повинні повністю відповідати вирішенню завдань планомірної підготовки. Спортивний результат є виключно засобом підготовки і контролю за її ефективністю. Змагальна практика на цих етапах повинна сприяти адаптації до змагальної атмосфери. Розвиток спрямованості у дітей та підлітків до змагальної боротьби – засіб контролю за ефективністю процесу підготовки. Програма змагань повинна виключати вузьку спеціалізацію, бути різноманітною, будуватися на матеріалі різних змагальних вправ, які дозволяють оцінити технічні можливості спортсменів, рівень їх координаційних здібностей.

Таблиця 2

Спрямованість змагань і підготовки до них на етапах багаторічного спортивного удосконалення

Етап багаторічної підготовки	Мета змагань	Результат змагань	Спрямованість підготовки
Початкової підготовки	Виявлення вихідного рівня спортивних результатів	Виконання заданих нормативів, набуття початкового досвіду участі у змаганнях	Зміцнення здоров'я дітей, навчання основам техніки виду спорту, розвиток фізичних якостей та ін.
Попередньої базової підготовки	Планомірне підвищення спортивного результату	Виконання заданих нормативів	Різносторонній розвиток фізичних якостей, засвоєння різноманітних рухових дій, формування мотивації та ін.
Спеціалізованої базової підготовки	Досягнення заданого рівня спортивних результатів	Місце і результат в головних змаганнях, виконання заданих нормативів	Поглиблення у розвитку фізичних якостей, різностороннє технічне удосконалення, тактична і психологічна підготовка
Підготовки до вищих досягнень	Досягнення високих результатів	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Досягнення високого рівня специфічної адаптації і готовності до змагань
Максимальної реалізації індивідуальних можливостей	Досягнення найвищих результатів	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Досягнення максимального рівня специфічної адаптації і готовності до змагань
Збереження вищої	Збереження найвищого	Місце у відбіркових і головних змаганнях	Збереження максимального рівня

спортивної майстерності	результату	сезону, місце у світовому рейтингу	специфічної адаптації і готовності до змагань
Поступового зниження досягнень	Збереження високих результатів	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Протидія зниженню рівня специфічної адаптації і готовності до змагань

На етапі спеціалізованої базової підготовки, коли вже визначений предмет спеціалізації юного спортсмена, риси прийнятної для нього моделі змагальної діяльності і відповідним чином зорієнтовано зміст підготовки, змагання, поряд з контрольнo-підготовчими завданнями пов'язані і зі спрямованістю до досягнення високих спортивних результатів. Проте, спрямованість до демонстрації максимально доступного результату, успіху і перемог ніякою мірою не повинно супроводжуватися форсуванням підготовки, порушенням процесу планомірного спортивного удосконалення.

На етапі підготовки до вищих досягнень змагання вже спрямовані на досягнення максимально можливого результату. Проте по відношенню до побудови підготовки вони носять другорядний характер і є наслідком раціонально побудованого тренувального процесу, використання періодизації річної підготовки, орієнтованої виключно на планомірне удосконалення і досягнення найвищих результатів в головних змаганнях року. Участь в усіх інших змаганнях року відповідає вирішенню цього завдання.

Ситуація змінюється на наступних етапах багаторічної підготовки. Коли спортсмен, який досягнув високого рівня майстерності, вже змушений і зацікавлений експлуатувати свою майстерність в різних змаганнях обумовлених національним та міжнародним календарями. І тут уже календар змагань в значній мірі визначає зміст підготовки. Система змагань і необхідність демонстрації у них високих результатів має суттєвий вплив на зміст підготовки, що може впливати на її якість по відношенню як до подальшого зростання спортивного результату на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей і збереження досягнень, так і по відношенню до можливості формування найвищої готовності до стартів в межах часу відведеного на проведення головних змагань року.

В сучасній змагальній практиці можна виділити три методичні підходи до участі у змаганнях упродовж року. 1. Стартувати як можна частіше, досягати найвищих результатів у кожному змаганні; 2. Малоінтенсивна змагальна практика. Уся увага на підготовку до головних змагань; 3. Широка, але суворо диференційована змагальна практика: підготовчі і контрольні змагання використовуються лише як засіб підготовки.

Перевагами першого є те, що його застосування дозволяє спортсменам широко використовувати змагання як засіб і метод підготовки і контролю за ефективністю тренувального процесу. Проте, як демонструють спеціальні дослідження, постійна спрямованість до досягнення високих спортивних результатів в різних змаганнях, хоч і стабілізує результат, пов'язано з надлишковими нервово-психічними і фізичними навантаженнями, погіршенням

технічної підготовленості, і, як правло, призводить до зниження спортивних результатів в головних змаганнях.

Другий підхід також має свої недоліки, особливо при підготовці спортсменів високої кваліфікації. По-перше обмежена змагальна практика позбавляє спортсмена одного з найважливіших факторів, який забезпечує подальший розвиток пристосувальних реакцій організму. По-друге, недостатній змагальний досвід часто не дозволяє повноцінно реалізувати в головних змаганнях техніко-тактичний і функціональний потенціал. При такій підготовці змагання приховують багато неочікуваних аспектів, до яких спортсмен може виявитися неготовим і викликати в його організмі постійний стан тривоги і відповідно результат може бути негативним.

Третій підхід вважається найбільш оптимальним.

При плануванні змагань протягом року необхідно враховувати єдність тренувальної і змагальної діяльності спортсменів в системі підготовки. Цілі участі спортсмена у змаганнях на різних етапах підготовки повинні відповідати рівню його підготовленості і здатності вирішувати поставлені завдання.

20.2 Спортивне тренування як основний компонент системи підготовки спортсменів

Сучасна система спортивного тренування характеризується прогресивними принципами, широким колом взаємозалежних завдань, науково обґрунтованим підбором засобів і методів, перспективним багаторічним плануванням, високою організацією контролю, забезпеченням гігієнічних умов тощо.

СПОРТИВНЕ ТРЕНУВАННЯ – системно побудована підготовка спортсмена за допомогою методів вправи.

СПОРТИВНЕ ТРЕНУВАННЯ у широкому значенні – це процес фізичного виховання, спеціалізований стосовно спортивної діяльності.

Мета спортивного тренування – досягнення фізичного вдосконалення, оволодіння системою рухів в обраному виді спорту, досягнення високих спортивних результатів. Завдання спортивного тренування:

- зміцнення здоров'я та всебічний фізичний розвиток;
- оволодіння спортивною технікою і тактикою;
- розвиток фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) у відповідності до обраного виду спорту;
- виховання моральних і вольових якостей;
- оволодіння практичними та теоретичними знаннями в галузі фізичного виховання і спорту.

Всі завдання спортивної підготовки вирішуються у комплексі протягом усього процесу тренування.

Спортивне тренування в повній мірі має відображати сам процес спортивної підготовки спортсменів, який характеризується метою, завданнями, засобами, методами, принципами, сторонами та напрямками спортивної підготовки, а також структурою тренувального процесу.

Закономірності спортивного тренування впливають на прогнозування спортивних результатів. Так, знаючи скільки часу необхідно затратити на

базову фізичну підготовку, також на спеціальну підготовку та інші елементи спортивного тренування, можна спрогнозувати час досягнення поставлених орієнтирів. Спортивне тренування підпорядковується як загальним педагогічним, так і специфічним закономірностям, властивим тільки процесу спортивного вдосконалення.

Сторони підготовки спортсмена.

Спортивна підготовка здійснюється за окремими розділами, які мають самостійні ознаки, а саме сторони підготовки: фізична, технічна, тактична, теоретична, психологічна та інтегральна.

Фізична підготовка спрямована на виховання фізичних здібностей (силових, швидкісно-силових, швидкісних, витривалості, гнучкості тощо), необхідних для спортивної діяльності. Фізична підготовка розподіляється на загальну та спеціальну. Завданнями загальної фізичної підготовки є різноманітний розвиток фізичних якостей, які не обумовлюються специфічними здібностями, що проявляються в обраному виді спорту. Спеціальна фізична підготовка вирішує завдання виховання специфічних здібностей, завдяки яким спортсмен досягає успіху в обраному виді спорту. В процесі фізичної підготовки спортсмени підвищують рівень функціональної підготовленості та спеціальної тренуваності.

Технічна підготовка - це процес засвоєння спортсменом системи рухів, що відповідає особливостям виду спорту і спрямована на досягнення високих результатів.

Тактична підготовка має сприяти спортсмену в реалізації спортивної майстерності в умовах змагання. В процесі тактичної підготовки відбувається формування у спортсмена вміння вести спортивну боротьбу з урахуванням своєї підготовленості, можливостей суперника, зовнішніх умов тощо.

Теоретична підготовка необхідна спортсмену, щоб озброїтись знаннями з теорії та методики спортивного тренування, змісту і закономірностей підготовки спортсменів, еволюції розвитку виду спорту тощо.

Досягнення високого спортивного результату неможливо без належної психологічної підготовки, в процесі якої виховуються та вдосконалюються морально-вольові якості, вміння налаштовуватись на спортивну боротьбу. Належна психологічна підготовка дозволяє сформувати в спортсмена спеціальні психологічні функції, пов'язані з особливостями змагальної діяльності в обраному виді спорту.

Сутністю інтегральної підготовки є об'єднання в одне ціле умінь та навичок, фізичних якостей, знань, досвіду, рівня підготовленості, що дозволяє здійснювати комплексну (інтегральну) підготовку. Інтегральна підготовка особливо важлива для спортсменів високої кваліфікації.

Планування тренувального процесу спортсменів з урахуванням окремих сторін підготовки дозволяє більш систематизовано підібрати засоби і методи підготовки, а також визначити критерії контролю за рівнем підготовленості спортсменів.

Закономірності та принципи спортивного тренування

Спортивне тренування здійснюється на основі загальнопедагогічних принципів і принципів методики фізичного виховання і спорту. Сучасна

система підготовки спортсменів здійснюється на таких основних принципах, що базуються на науково-методичній основі:

- спрямованість до максимально можливих досягнень;
- поглиблена спеціалізація та індивідуалізація;
- єдність загальної та спеціальної підготовки;
- безперервність тренувального процесу;
- єдність поступовості та граничного збільшення тренувальних навантажень;
- хвилеподібність динаміки навантажень;
- циклічність тренувального процесу.

Спрямованість до максимально можливих досягнень. Цей принцип в найбільш повній мірі відображає сутність спорту – перемога у змаганні. Тому цілком закономірним є намагання кожного спортсмена пройти шляхом вдосконалення якомога далі, що стимулюється самою системою спортивних змагань та єдиною спортивною класифікацією.

Поглиблена спеціалізація та індивідуалізація. Закономірністю сучасного спорту є неможливість досягти максимально можливого результату не дотримуючись принципу поглибленої спеціалізації та індивідуалізації. Використання цього принципу також пов'язане з природною обдарованістю того чи іншого спортсмена, його схильністю до певної специфічної діяльності.

Єдність загальної та спеціальної підготовки. Взаємозалежність загальної та спеціальної підготовки обумовлена нерозривністю і безумовною необхідністю кожної із сторін спортивної підготовки. Спеціальна підготовка базується на загальній підготовленості, тобто зміст спеціальної підготовки залежить від передумов, які створюються загальною підготовкою, а зміст загальної підготовки визначається особливостями спортивної спеціалізації.

Безперервність тренувального процесу. Основна сутність цього принципу полягає в тому, що спортивне тренування будується як цілорічна та багаторічна система занять. Зв'язок між ланками тренувального процесу забезпечується безперервною послідовністю термінових відставлених та кумулятивних ефектів тренування. Інтервал між заняттями визначається на основі закономірностей відновлення та підвищення працездатності.

Єдність поступовості та граничного збільшення тренувальних навантажень. Принцип відображає закономірності адаптації до тренувальних і змагальних навантажень. В процесі багаторічного тренування спортсмену на кожному наступному етапі пред'являють більш високі вимоги. В той же час обсяг тренувальних навантажень обмежується підготовленістю та кваліфікацією спортсмена.

Хвилеподібність динаміки навантажень. Принцип обумовлений необхідністю відпочинку після навантаження. Прогресуюче підвищення навантаження на певних етапах вступає у певне протиріччя зі змінами в організмі, які викликані процесами пристосування до навантажень та необхідністю відпочинку і біологічному перевлаштуванню організму. Виходячи з цього виділяють малі, середні і великі „хвилі”.

Малі „хвилі” характеризують динаміку навантажень в мікроциклах, які охоплюють декілька днів. Середні „хвилі” відображають загальну тенденцію

динаміки навантажень в мікроциклах декількох малих „хвиль” в межах мезоциклу тренувального процесу. Великі „хвилі” відображають загальну тенденцію навантажень в межах середніх „хвиль” в період великих циклів тренування.

Принцип циклічності проявляється в систематичному повторенні відносно закінчених структурних одиниць (циклів) тренувального процесу. Виділяють: 1) малі цикли – мікроцикли; 2) середні цикли – мезоцикли; 3) великі цикли – макроцикли (піврічні, річні, олімпійські).

Дотримання принципу циклічності тренувального процесу змушує враховувати наступне:

- побудова тренувального процесу виходить із необхідності повторення основних елементів його змісту і послідовної зміни тренувальних занять у відповідності з логікою підготовки до основних змагань;

- будь-який фрагмент тренувального процесу розглядати у взаємозв'язку з формами його циклічної структури (структура і зміст мікроциклів визначається його місцем в структурі мезоциклу, а структура мезоциклу визначається мікроциклами, з яких він складається та його місцем в структурі макроциклу);

- використання засобів і методів спортивного тренування призведе лише тоді до позитивних результатів, коли вони відповідають певному циклу і його завданням;

- під час побудови циклів тренувань необхідно враховувати природні, біологічні ритми організму.

Єдність та взаємозв'язок структури змагальної діяльності та структури підготовленості. Цей принцип обумовлений закономірностями, що відображають структуру і взаємозв'язок змагальної та тренувальної діяльності спортсмена. В першу чергу це стосується побудови тренувального процесу, яка має бути спрямована на формування оптимальної структури змагальної діяльності. Цим принципом необхідно керуватися при розробці програми підготовки спортсменів на довготривалій період.

Єдність і взаємозв'язок тренувального процесу і змагальної діяльності з позазмагальними чинниками. Цей принцип передбачає врахування можливостей росту спортивних досягнень за рахунок: використання засобів відновлення і стимуляції працездатності спортсмена; використання спеціальних дієт, що відповідають специфіці виду спорту і особливостям підготовки спортсменів, використання тренувань в середніх та високих горах, а також штучних гіпоксичних тренувань; оптимізація підготовки в умовах високих і низьких температур оточуючого середовища; подолання порушення циркарних ритмів внаслідок дальніх перельотів до місць підготовки і змагань, використання високоточної діагностичної апаратури, ефективного тренажерного обладнання.

Взаємообумовленість ефективності тренувального процесу і профілактик спортивного травматизму. Дотримання цього принципу в процесі підготовки спортсменів вимагає поряд із вирішенням завдань фізичної, техніко-тактичної, психологічної підготовки передбачати постійну роботу з профілактики спортивного травматизму. При цьому акцент повинен бути зроблений на покращення матеріально-технічного і організаційного

забезпечення тренувальної та змагальної діяльності, раціональній побудові багаторічної та річної підготовки, врахуванні погодних та кліматичних умов, раціональному харчуванні та засобах відновлення і стимуляції працездатності, активізації адаптаційних процесів. Дидактичні принципи

В процесі підготовки спортсменів окрім специфічних принципів використовуються також загально дидактичні принципи: систематичності та послідовності, свідомості, активності та самостійності, наочності, доступності, індивідуалізації. Однак, для практики спорту важливими є дидактичні принципи, що відповідають запитам сучасного спорту (Ю.К. Гавердовський, 1991; В.М. Платонов, 2004).

Принцип доцільності та практичності. Дотримання цього принципу дозволяє не лише цілеспрямовано засвоювати програмний матеріал, але й досягнення відповідної межі при техніко-тактичному та фізичному удосконаленні. При цьому в самому процесі навчання і тренування відкидається все зайве і безперспективне. Процес засвоєння всієї системи рухів має носити практичний та прикладний характер.

Принцип готовності. Принцип вимагає, щоб до проведення навчально-тренувального процесу були готові як тренер, так і спортсмен. Тренер має володіти професійними вміннями та навичками практичної роботи, а спортсмен повинен мати попередню базову готовність для досягнення успіху в подальшій спортивній підготовці.

Принцип керованості та підконтрольності. Принцип обумовлює зворотній зв'язок між тренером та спортсменом. Особливо увага приділяється поточному контролю, що дозволяє вносити відповідні корекції в тренувальний процес.

Принцип позитивної мотивації. Цей принцип дозволяє за рахунок психологічної стимуляції постійно підтримувати у спортсменів орієнтацію не лише на заняття певним видом спортом, але й досягнення відповідних спортивних результатів.

Принцип систематичності. Дотримання цього принципу дозволяє не лише раціонально побудувати тренувальну роботу з урахуванням стимуляційних та відновлювальних фаз, але й враховувати закономірності адаптації організму спортсменів до тренувальних і змагальних навантажень.

Принцип смислової та перцептивної «наочності». Основною сутністю цього принципу є аналіз смислової та сенсомоторної інформації в процесі виконання рухів спортсменом.

Принцип планованості та поступовості. Принцип передбачає стратегічно сплановану програму засвоєння рухів, розвитку фізичних якостей та удосконалення спортивної майстерності. Така програма має бути розроблена за кроками і носити алгоритмізований характер. При цьому планується поступове ускладнення виконання тренувальних завдань.

Принцип методичного динамізму і прогресування. Важливо в процесі навчання та тренування досягати позитивної динаміки. Тобто, процес навчання та тренування має активно просуватися вперед, що обумовлює правильно вибрані засоби та методи та їх ротацію у відповідності з поточними завданнями.

Принцип функціональної надлишковості та надійності. Цей принцип передбачає функціональні резерви організму спортсмена в процесі засвоєння та удосконалення спеціалізованих рухів, що дозволяє ефективно виконувати тренувальні та змагальні дії в умовах стомлення та різних чинників, які збивають.

Принцип міцності та пластичності. Процес засвоєння рухів передбачає формування рухової навички. В той же час при досягненні рухової навички необхідно зберігати за нею певну пластичність, тобто відповідну варіативність у виконанні.

Принцип доступності та стимулюючої складності. Вправи, що виконуються спортсменом не лише повинні бути доступні, але в певній мірі вони мають бути достатньо складними, що стимулює спортсмена до повної мобілізації психічних та фізичних можливостей.

Принцип індивідуалізованого навчання в колективі. Індивідуалізоване навчання в колективі є достатньо ефективним в силу порівняння результатів різних спортсменів, обміну досвідом, взаємодопомоги, атмосфері суперництва тощо.

Принцип формально-евристичної єдності. Принцип передбачає діалектичний баланс між традиційними підходами до процесу навчання і тренування та новаторством.

Принцип науково-раціонального та інтуїтивно-емпіричної єдності. Принцип передбачає не лише дотримуватись достовірних наукових даних щодо закономірностей засвоєння рухів, але й необхідність враховувати евристичний підхід як тренерів практиків, так і самих спортсменів. Наведені дидактичні принципи підготовки спортсменів, викладені В.М. Платоновим дозволяють раціональніше будувати процес підготовки спортсменів високої кваліфікації.

Засоби та методи спортивного тренування

Засоби спортивного тренування розподіляються на загально-підготовчі, спеціально-підготовчі, змагальні.

Загально-підготовчі вправи – засоби, що служать всебічному функціональному розвитку організму спортсмена. Засоби загальної підготовки мають бути:

- різнобічними, що дозволяють в комплексі зі спеціальними вправами забезпечити всебічний розвиток здібностей;
- вони повинні відображати специфіку спортивної спеціалізації та забезпечувати позитивне перенесення тренуваності та рухових навичок.

Спеціально-підготовчі вправи включають в себе елементи змагальних дій, їх варіанти, а також дії, що мають суттєву подібність з обраним видом спорту, як за формою, так і за характером прояву здібностей. Спеціально-підготовчі вправи в свою чергу поділяються на підвідні, імітаційні та підготовчі вправи. Підвідні вправи сприяють засвоєнню форми, техніки рухів. Імітаційні вправи відповідають координаційній та кінематичній структурі характеру виконання обраного виду спорту. Підготовчі вправи спрямовані на розвиток спеціальних рухових якостей.

Змагальні вправи. Цілісні рухові дії чи їх сукупність, які є засобом ведення спортивної боротьби і виконуються у відповідності з правилами змагань обраного виду спорту.

Методи спортивного тренування

Методи спортивного тренування розподіляються на загально-педагогічні, специфічні, додаткові методи, що спеціально розроблені до запитів спортивної практики.

Загально-педагогічні методи спрямовані на оволодіння знаннями. Вони розподіляються на методи, що забезпечують:

- сенсорну передачу та засвоєння інформації (натуральний показ, демонстрація тощо);
- друковану передачу, засвоєння та відтворення інформації (робота з документальною інформацією);
- усну передачу, засвоєння та відтворення інформації (лекція, розповідь, пояснення тощо).

Специфічні методи використовуються з метою оволодіння руховими вміннями та навичками, а також для вдосконалення рухових навичок і розвитку фізичних якостей. Для оволодіння руховими вміннями та навичками використовуються методи, що передбачають формування цілісної рухової навички (цілісні вправи), а також методи, передбачаючи формування цілісної рухової навички по частинам з наступним їх з'єднанням в одне ціле (розчленовані вправи). Для вдосконалення рухових навичок і розвитку фізичних якостей використовуються методи, які передбачають точне нормування та регулювання навантаження в процесі виконання вправи: безперервної вправи, інтервальної вправи, комбінованої вправи. З цією ж метою використовуються ігровий і змагальний методи, які передбачають створення ігрових і змагальних обставин в процесі виконання завдання.

Додаткові методи спеціально розробляються відносно запитів спортивної практики. Ними є аутогенне тренування, психомоторне тренування, тренування в екстремальних умовах тощо.

Таким чином, підготовка спортсмена – багатогранний, різносторонній процес. Всі її сторони тісно пов'язані. Такі ж тісні зв'язки існують між іншими розділами підготовки. Особливо велике значення має мотиваційна основа, оскільки вона визначає ставлення спортсмена до своєї діяльності загалом. Спортивне тренування не вичерпує всього змісту та форм підготовки. Воно постійно доповнюється іншими формами підготовки і органічно включене в загальну систему підготовки спортсменів.

Література

1. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця: «Планер», 2007. – 273 с.
2. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: монографія / Мар'ян Пітин. – Л. : ЛДУФК, 2015. – 372с.
3. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 334 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник для студ. высш.

Тема 21. Структура та зміст спортивного тренування

1. Фізична підготовка.
2. Технічна підготовка.
3. Тактична підготовка.
4. Психічна підготовка.
5. Теоретична підготовка.

21.1 Фізична підготовка

Підготовленість спортсменів має такі чотири відносно самостійні сторони: фізичну, технічну, тактичну, психічну. Їх правильна оцінка упорядковує уявлення про складники спортивної майстерності, дає змогу певною мірою систематизувати засоби і методи їх вдосконалення, обрати систему контролю і управління процесом спортивного вдосконалення. Разом з тим в тренувальній, і особливо в змагальній, діяльності жодна з цих сторін не проявляється ізольовано, вони об'єднуються в складний комплекс, спрямований на досягнення найвищих спортивних результатів. Ступінь включення різноманітних елементів в такий комплекс, їх взаємозв'язок і взаємодія обумовлюються закономірностями формування функціональних систем організму спортсмена, націлених на

кінцевий, специфічний для кожного виду спорту і компоненту тренувальної або змагальної діяльності, результат.

Таким чином, кожна зі сторін підготовленості залежить від трьох інших і обумовлюється ними. Наприклад, технічне вдосконалення спортсмена залежить від рівня розвитку різних рухових якостей – сили, швидкості, гнучкості, координаційних здібностей. Рівень прояву рухових якостей, наприклад витривалості, тісно пов'язаний з ефективністю техніки, психічною стійкістю для подолання втоми, вмінням реалізувати раціональну тактичну схему змагальної боротьби в складних умовах. В свою чергу, тактична підготовленість пов'язана із здатністю спортсмена сприймати і оперативно переробляти інформацію, вмінням скласти раціональний тактичний план і знайти ефективні шляхи вирішення рухових завдань в залежності від ситуації, яка склалася, а це теж визначає рівень технічної майстерності, фізичної підготовленості, сміливості, рішучості, цілеспрямованості та ін.

Фізична підготовленість спортсмена характеризується можливостями функціональних систем організму і рівнем розвитку основних фізичних якостей – швидкості, сили, витривалості, спритності (координаційних здібностей) та гнучкості.

Фізична підготовленість спортсмена тісно пов'язана з його спортивною спеціалізацією. В одних видах спорту і їх окремих дисциплінах спортивний результат визначається передусім швидкісно-силовими можливостями, рівнем розвитку анаеробної продуктивності; в інших – аеробною продуктивністю, витривалістю; ще в інших – швидкісно-силовими і координаційними можливостями; а деколи – рівномірним розвитком різних фізичних якостей.

Фізична підготовка – одна з найважливіших складових частин спортивного тренування, вона спрямована на розвиток рухових якостей – сили, швидкості, витривалості, гнучкості, координаційних здібностей.

Мета, завдання та зміст загальної допоміжної та спеціальної фізичної підготовки.

Фізична підготовленість спортсмена поділяється на загальну і спеціальну. Деякі фахівці рекомендують також виділяти допоміжну підготовку.

Загальна підготовленість – це різносторонній розвиток фізичних якостей, функціональних можливостей органів і систем організму, злагодженість їх проявів у процесі м'язової діяльності. В сучасному спортивному тренуванні загальна підготовленість пов'язується, на відміну від колишніх уявлень, не з різнобічною досконалістю взагалі, а з рівнем розвитку якостей і здібностей, що мають опосередкований вплив на спортивні досягнення і ефективність тренувального процесу в конкретному виді спорту.

Спеціальна підготовленість характеризується рівнем розвитку фізичних якостей можливостей органів і функціональних систем, які безпосередньо визначають досягнення у вибраному виді спорту.

Характеризуючи різні сторони фізичної підготовленості, особливо спеціальної, враховують не тільки абсолютний рівень функціональних можливостей основних систем організму спортсмена і розвитку фізичних якостей, але і його здатність реалізувати наявний функціональний потенціал в процесі змагальної діяльності.

Загальна фізична підготовка спрямована на гармонійний розвиток фізичних якостей, які опосередковано сприяють досягненню високих результатів в обраному виді спорту.

Допоміжна фізична підготовка базується на загальній фізичній підготовленості. Вона створює основу, необхідну для ефективного виконання великих обсягів роботи, щодо розвитку спеціалізованих якостей, а також сприяє підвищенню функціональних можливостей різних органів і систем організму. При цьому ставиться мета поліпшити нервово-м'язову координацію, вдосконалювати здатність спортсменів витримувати великі навантаження і ефективно відновлюватися після них.

Спеціальна фізична підготовка спрямована на розвиток рухових якостей у відповідності з вимогами, зумовленими специфікою конкретного виду спорту.

Загальна характеристика сили.

Під силою розуміють здатність переборювати опір або протидіяти йому за рахунок м'язових зусиль.

Сила може проявлятися при ізометричному (статичному) режимі роботи м'язів, коли при нарузі вони не змінюють своєї довжини, і при ізотонічному (динамічному) режимі, коли напруга пов'язана зі зміною довжини м'язів. В ізотонічному режимі виділяються два варіанти: концентричний (долаючий), при якому опір переборюється за рахунок напруги м'язів при зменшенні їхньої довжини, і ексцентричний (уступаючий), коли здійснюється протидія опору при одночасному розтяганні, збільшенні довжини м'язів.

Виділяють такі основні види силових якостей: максимальну силу, швидкісну силу й силову витривалість.

Під **максимальною силою** варто розуміти найвищі можливості, які спортсмен здатний виявити при максимальному довільному м'язовому скороченні. Рівень максимальної сили проявляється у величині зовнішніх опорів, які спортсмен переборює або нейтралізує при повній довільній мобілізації можливостей нервово-м'язової системи. Максимальну силу людини не слід ототожнювати з абсолютною силою, що відбиває резервні можливості нервово-м'язової системи. Як показують дослідження, ці можливості не можуть повністю проявлятися навіть при граничній вольовій стимуляції, а можуть бути виявлені лише в умовах спеціальних зовнішніх впливів (електростимуляція м'язів, примусове розтягування гранично скороченої мускулатури). Максимальна сила багато в чому визначає

спортивний результат у таких видах спорту, як важка атлетика, легкоатлетичні метання, стрибки й спринтерський біг, різні види боротьби, спортивна гімнастика. Досить велика роль максимальної сили в спринтерському плаванні, веслуванні, ковзанярському спорті, деяких спортивних іграх.

Швидкісна сила — це здатність нервово-м'язової системи до мобілізації функціонального потенціалу для досягнення високих показників сили в максимально короткий час. Вирішальний вплив швидкісна сила має на результати в спринтерському бігу, спринтерському плаванні (50 м), велоспорті (трек, спринт і гіт на 1000 м з місця), ковзанярському спринті (500 м), фехтуванні, легкоатлетичних стрибках, різних видах боротьби, боксі. Швидкісну силу варто диференціювати залежно від величини проявів сили в рухових діях, що висувають різні вимоги до швидкісно-силових можливостей спортсмена. Швидкісну силу, що проявляє в умовах досить більших опорів, прийнято визначати як **вибухову силу**, а силу, що проявляється в умовах протидії відносно невеликим і середнім опорам з високою початковою швидкістю, прийнято вважати **стартовою силою**. Вибухова сила може виявитися вирішальною при виконанні ефективного старту в спринтерському бігу або плаванні, кидків у боротьбі, а стартова сила — при виконанні ударів у бадмінтоні, боксі, уколів у фехтуванні й ін.

Силова витривалість – це здатність тривалий час підтримувати досить високі силові показники. Рівень силовій витривалості проявляється в здатності спортсмена переборювати втому, у досягненні великої кількості повторень рухів або тривалої демонстрації сили в умовах протидії зовнішньому опору. Силова витривалість перебуває в числі найважливіших якостей, що визначають результат у багатьох видах змагань циклічних видів спорту. Велике значення цієї якості й у гімнастиці, різних видах боротьби, гірськолижному спорті. [*Силову витривалість методично вірніше відносити до одного з видів витривалості. Однак у спеціальній літературі ця якість розглядається як силова здатність. Щоб уникнути невідповідностей ми дотримуємося такої ж класифікації*].

Варто враховувати, що всі зазначені види силових якостей у спорті проявляються не ізольовано, а в складній взаємодії, обумовленій специфікою виду спорту й кожної його дисципліни, техніко-тактичним арсеналом спортсмена, рівнем розвитку інших рухових якостей.

Для спортивної практики велике значення має взаємозв'язок між різними видами сили, оскільки специфіка кожного виду спорту визначає вимоги до певних силових якостей. Одні види спорту або спортивні дисципліни вимагають високого рівня максимальної й швидкісної сили, інших – силовій витривалості, треті – швидкісної сили, четверті – рівномірного розвитку різних силових якостей.

У практиці існує думка, що великі м'язи, здатні до високих проявів максимальної сили, не можуть досягти високих показників швидкості рухів, що негативно позначається на результативності у вправах, що вимагають високого рівня розвитку швидкісної сили. Спеціальні дослідження, як і передова спортивна практика, спростовують цю точку зору. Існує досить тісний позитивний зв'язок між рівнем максимальної й швидкісної сили. Однак вона чітко проявляється в тих випадках, коли швидкісна робота пов'язана з необхідністю подолання великого зовнішнього опору (більше 25-30 % рівня максимальної сили). При цьому, чим вище опір, тим більшого значення набуває рівень максимальної сили для розвитку високих показників швидкісної сили. У той же час подолання дуже невеликих опорів з високою швидкістю (наприклад, руху в настільному тенісі) не вимагає високого рівня розвитку максимальної сили. Більше того, у таких випадках може відзначатися негативний зв'язок між максимальною й швидкісною силою.

Слід зазначити, що результати тренування, спрямованого на підвищення поперечника м'язів, удосконалення міжмязової і внутрішньом'язової координації, підвищення сили й швидкості скорочення й, у цілому, на розвиток максимальної й швидкісної сили, позитивно взаємозалежні між собою. Так, високий рівень розвитку максимальної сили, досягнутий за рахунок збільшення поперечника м'язів і внутрішньом'язової координації, створює гарні передумови для розвитку й прояву різних видів швидкісної сили. У свою чергу, розвиток швидкісної сили передбачає насамперед удосконалювання внутрішньом'язової координації. Це, природно, сприяє й більше високому рівню прояву максимальної сили.

Є тісний позитивний зв'язок між максимальною силою й силовою витривалістю при роботі, що вимагає більших опорів – 70-90 % рівня максимальної сили. Це обумовлено тим, що розвиток максимальної сили сприяє нагромадженню в м'язах АТФ, креатинфосфату й глікогену, удосконалюванню міжмязової і внутрішньом'язової координації в умовах роботи з більшими опорами. Ці фактори багато в чому визначають силову витривалість при роботі анаеробного характеру з багаторазовим подоланням досить великого опору. Коли силова витривалість пов'язана з подоланням щодо невеликих опорів, зв'язок між рівнем максимальної сили й силової витривалості може бути відсутнім (опору 30- 50 % максимальної сили) або навіть здобувати негативний характер (опору менш 25 % максимальної сили).

Процес **силової підготовки** в сучасному спорті спрямований на розвиток різних силових якостей, підвищення активної м'язової маси, зміцнення сполучної й кісткової тканин, поліпшення статури. Паралельно з розвитком сили створюються передумови підвищення рівня швидкісних якостей, гнучкості, координаційних здатностей.

Важливою стороною силової підготовки є підвищення здатності спортсменів до реалізації силових якостей в умовах тренувальної й змагальної діяльності конкретного виду спорту, що вимагає забезпечення специфічного рівня силової підготовленості в кожному з видів спорту, а також оптимального взаємозв'язку сили зі спортивною технікою, діяльністю вегетативної нервової системи, іншими руховими якостями.

Сучасні методи й засоби силової підготовки інтенсивно впливають на організм спортсмена, особливо на його опорно-руховий апарат і нервову систему. При раціонально організованому тренуванні відзначається дуже високий ефект як відносно розвитку різних силових якостей, так і відносно збільшення м'язової маси, її рельєфності, зміни статури. Однак якщо принципи раціональної побудови силової підготовки порушуються, то її ефективність виявляється невисокою, а ймовірність серйозних відхилень у стані здоров'я – насамперед травм м'язів, зв'язок, сухожилків, суглобів – різко зростає. Особливо це стосується молодих спортсменів, розвиток опорно-рухового апарата в яких ще не завершилося й вони не мають досить високого рівня розвитку силових якостей. З обережністю необхідно ставитися й до побудови силової підготовки спортсменів на початку тренувального року або після тривалої перерви в заняттях.

У всіх подібних випадках інтенсивній силовій підготовці повинен передувати більш-менш тривалий період підготовчої роботи – від двох-трьох тижнів до декількох (4-8) місяців. Так, спортсменам високого класу для підготовки до інтенсивної силової роботи на початку року, після перехідного періоду, що завершили попередній сезон, звичайно досить 2-3 тижнів підготовчої роботи, у той час як юним спортсменам необхідно кілька місяців (не менш 4-5) для різнобічної підготовки опорно-рухового апарата й нервової системи до напруженої силової роботи. У цей період спортсмени повинні добре засвоїти техніку рухів, підвищити рівень гнучкості, зміцнити м'язову систему, створити базовий рівень витривалості. Необхідно орієнтуватися на відносно прості вправи, не використовувати граничного темпу їхнього виконання, паузи між вправами повинні забезпечувати повноцінне відновлення. Не слід застосовувати великих обтяжень, тому що робота навіть із обтяженнями 40-50 % для цього контингенту виявляється дуже ефективною для розвитку силових якостей, у тому числі й максимальної сили. Кількість повторень у кожному підході не повинна бути більше 50-60 % від гранично можливого. Загальний обсяг силової роботи в окремому занятті також не повинен перевищувати 50-60 % доступного конкретному спортсменові при частоті занять від двох до чотирьох у тиждень. Не слід домагатися переважного розвитку певних м'язових груп – силова підготовка повинна бути різнобічною, забезпечувати вплив на всю м'язову систему. У

вправах передбачається виконання рухів з великою амплітудою й невисокою швидкістю.

У міру адаптації опорно-рухового апарата, приросту силових якостей процес підготовки поступово ускладнюється. Додаються більш складні вправи, однак за умови їх правильного технічного виконання, збільшується величина обтяжень (до 70-85 % максимального рівня сили), можуть застосовуватися скорочені паузи відпочинку. Періодично можуть виконуватися вправи з біляграничною кількістю повторень. Обсяг роботи в окремих заняттях може досягати 80-90 % максимально доступного. При розвитку швидкісної сили поступово включаються вправи, виконувані із граничною швидкістю й значними опорами. При цьому з поля зору не повинна випадати необхідність роботи над гнучкістю, рівномірним розвитком сили різних м'язових груп.

Методика розвитку максимальної сили.

У сучасній практиці спорту вищих досягнень використовуються два самостійні і досить ефективні шляхи розвитку максимальної сили.

Перший шлях припускає збільшення сили за рахунок удосконалення нейрорегуляторних механізмів (удосконалювання імпульсації, внутрішньо- і між'язової координації) і підвищення ємності, потужності й рухливості алактатного механізму енергозабезпечення м'язового скорочення.

У результаті реалізації можливостей цього шляху підвищення максимальної сили значного збільшення м'язової маси не відбувається. Адаптація м'язів пов'язана з оптимізацією процесу імпульсації й рекрутування ПС-, ШСа- і ШСб-волокон, розвитком здатності й синхронізації діяльності рухових одиниць, збільшенням запасів АТФ у м'язах. Не менш істотним є також підвищення активності АТФ-ази (ферменту, що розщеплює АТФ і прискорює процес збагачення міозину енергією), концентрації КрФ і змісту міоглобіну в м'язах. При цьому зростає можливість розщеплення й анаеробного ресинтезу АТФ, тобто швидкого відновлення багатих енергією фосфатних груп, що також важливо для підвищення скорочувальних можливостей м'язів без збільшення їхнього поперечника.

Для прояву силових можливостей за рахунок нейрорегуляторних механізмів важливими є дві реакції: збільшення частоти імпульсів і рекрутування додаткових рухових одиниць. Залежно від величини напруги прояв сили забезпечується складною взаємодією цих механізмів. При відносно невеликих проявах сили основним механізмом є рекрутування, а досягнення максимальних показників сили пов'язане з різким збільшенням частоти імпульсів.

Другий шлях припускає приріст максимальної сили за рахунок збільшення анатомічного поперечника м'язів. У його складі лежить така організація тренувального процесу, при якій відбувається інтенсивне

розщеплення білків працюючих м'язів. Продукти розщеплення білків стимулюють білковий синтез у відновлючальному періоді з наступною суперкомпенсацією скорочувальних білків і відповідним приростом їхньої маси.

Важливо знати, що на першому етапі реалізації силової програми, спрямованої на приріст м'язової маси, має місце збереження або незначне збільшення маси тіла, тому що активний приріст м'язової маси при раціональному харчуванні супроводжується зменшенням кількості жиру в організмі.

Величина м'язової гіпертрофії як у чоловіків, так і в жінок значною мірою обумовлена кількістю в м'язах волокон різного типу. Незважаючи на те, що гіпертрофії піддані всі типи м'язових волокон, найбільші зміни відзначаються в ШСб-волокнах. Гіпертрофія ШСа-волокон виражена на 20-25 % менше, а ПС-волокон - менше в 3-4 рази. М'язова гіпертрофія може не супроводжуватися збільшенням обхвату, особливо якщо в м'язах спортсмена втримується велика кількість ПС-волокон, що обумовлюється зниженням кількості жиру й незначною гіпертрофією ПС-волокон у результаті тренування.

При розвитку максимальної сили практично використовуються всі методи силової підготовки, крім пліометричного: концентричний - 35-45 %, ексцентричний - 10-15 %, ізометричний - 5-10 %, ізокінетичний - 35-45 %. Коли ставиться завдання збільшення поперечника м'язів, зростає обсяг вправ, виконуваних з використанням ізокінетичного й концентричного методів. При підвищенні рівня максимальної сили за рахунок удосконалення внутрішньом'язової й міжмязової координації може бути на 5-6 % збільшений обсяг ексцентричної й ізометричної роботи при пропорційному зменшенні вправ, виконуваних за допомогою інших методів.

При розвитку максимальної сили без приросту м'язової маси величина обтяжень коливається в широких межах – від 50 – 60 до 90 – 100 % рівня максимальної сили, при ексцентричній роботі – від 70 – до 120 – 130%. Граничні й біляграничні обтяження кращі для вдосконалювання внутрішньом'язової координації, але малоефективні для поліпшення міжмязової координації. Оптимальним темпом рухів є помірний – 1,5-2,5 с на кожне повторення. При використанні ізометричного методу оптимальними є напруги тривалістю 3-6 с.

Кількість повторень у кожному підході визначається величиною обтяжень. Коли обтяження становлять 90-100 % від максимального рівня сили, кількість повторень у підході – від 1 до 3; зменшення обтяжень дозволяє збільшити кількість повторень. Наприклад, якщо обтяження становлять 60-70 %, кількість повторень у підході збільшується до 8-12.

Паузи між підходами великі – до 2-6 хв, і в кожному конкретному випадку повинні забезпечувати відновлення алактатних анаеробних резервів і працездатності спортсменів. При визначенні пауз доцільно орієнтуватися на дані ЧСС, що відновлюється приблизно одночасно із працездатністю. Паузи бажано заповнювати малоінтенсивною роботою, вправами на розслаблення й розтягування, самомасажем і масажем м'язів.

Методика збільшення максимальної сили за рахунок приросту анатомічного поперечника м'язів має свої специфічні особливості. Величина обтяжень, хоча й не досягає граничних величин, досить висока – 75-90 % від рівня максимальної сили. У цьому випадку вдається забезпечити оптимальне співвідношення між інтенсивністю роботи м'язів і кількістю рухів в окремому підході (тривалістю роботи).

При використанні ізометричного методу у кваліфікованих спортсменів тренувальний ефект відзначається після досягнення порога напруги, рівного 70 % від рівня максимальної сили, а найвищий ефект відзначається при напругах, що становлять 90-100 % від рівня максимальної сили.

При розвитку максимальної сили варто орієнтуватися на невисоку швидкість рухів незалежно від того, який метод застосовується. Збільшення швидкості руху пов'язане з підвищенням швидкісно-силового аспекту в тренуванні й поступово зміщає ефект тренування у бік розвитку швидкісної сили. Високий темп рухів дуже неефективний при використанні концентричного методу, тому що максимальний або близький до нього прояв силових якостей відзначається лише на початку руху, в інших фазах м'язи не отримують належного навантаження в силу інерції, створеної на початку руху.

При прагненні збільшити поперечник м'язів на виконання кожного повторення затрачається від 3 до 6 с. При виконанні більших обсягів роботи, спрямованої на розвиток максимальної сили за рахунок збільшення м'язової маси, вправи, що виконуються в повільному темпі повинні сполучатися із вправами швидкісно-силового, вибухового характеру. Інакше може знизитися здатність ШСБ-волокон до швидкого скорочення внаслідок погіршення внутрішньом'язової координації. Якщо ця небезпека враховується, то розвиток максимальної сили буде одночасно забезпечувати гарні передумови для розвитку й прояву швидкісної сили.

При визначенні раціональної тривалості роботи в кожному підході необхідно враховувати, що приріст м'язової маси в основному стимулюється інтенсивною витратою АТФ, КрФ, структурних (складові частини міофібрил) і функціональних (ферменти, гормони) білків. Це відбувається в тому випадку, якщо кількість повторень в окремому підході забезпечує інтенсивну роботу протягом 25-35 с. За цей період вичерпуються запаси фосфагенів і відзначається значна витрата білків. Якщо робота менш тривала

(5-10 с), залишкові запаси КрФ швидко відновлюють дефіцит АТФ, тож не відзначається й істотної витрати структурних і функціональних білків. При тривалій роботі (більше 45 с) опори відносно невеликі, відновлення ефективно відбувається за рахунок глікогену м'язів, процеси розкладання білків відбуваються в незначній мірі. Таким чином, тільки в першому випадку під час відновлення вдається домогтися інтенсивного ресинтезу білкових елементів м'язів і досягнення вираженої суперкомпенсації. Повторення чергових порцій роботи в цій фазі є істотним стимулом для збільшення м'язової маси.

При виконанні вправ у динамічному режимі концентричну частину роботи варто виконувати приблизно у два рази швидше, ніж ексцентричну. На піднімання штанги варто затратити 1-1,5 с, на опускання – 2-3 с. На виконання одного руху затрачається 3-4,5 с, а на підхід з 10 повторень – 30- 45 с. Тренування найбільш ефективно у випадку, коли в кожному підході виконується від 6 до 12 рухів.

Специфіка впливу ізокінетичного методу на м'язову систему визначає необхідність виконання трохи більшої кількості повторень у порівнянні з концентричним і ексцентричним методами. Тривалість пауз між окремими підходами коротша, ніж при розвитку максимальної сили, за рахунок збільшення внутрішньом'язової й міжмязової координації й коливається в межах 1-3 хв. Відпочинок між підходами пасивний. Іноді застосовуються варіанти, при яких відпочинок може бути тривалим (до 4-5 хв) і забезпечувати відновлення працездатності. Такі паузи плануються, коли в кожному підході виконується велика кількість повторень (10-12) і загальна тривалість роботи досягає 40-45 с. При відносно невеликій кількості повторень (4-6) часто плануються дуже нетривалі паузи (30-40 с). Може застосовуватися серія із трьох підходів: 1) 6 повторень із обтяженням 90 % максимального рівня, тривалість кожного руху 3 с (усього 18 с), відпочинок - 30 с; 2) 5 повторень із обтяженням 85 % (15 с), відпочинок - 30 з; 3) 4 повторення з обтяженням 80% (12 с).

Методика розвитку швидкісної сили

При розробці методики розвитку швидкісної сили необхідно орієнтуватися на вдосконалення основних факторів, що визначають рівень цієї якості, а також на особливості їхньої реалізації стосовно до специфіки різних видів спорту. Основними факторами, що визначають рівень швидкісної сили, є внутрішньом'язова координація й швидкість скорочення рухових одиниць.

Роль поперечника м'язів визначається специфікою прояву швидкісної сили в різних видах спорту. Види спорту, змагальні дисципліни яких вимагають подолання більших опорів (маса власного тіла – бігуни-спринтери, стрибунки в довжину, висоту, із шостому й ін.; маса власного тіла

й спортивного снаряда – важкоатлети, штовхальники ядра, металники молота й списа, бобслеїсти й ін.; маса власного тіла й суперника – борці, що спеціалізуються в різних видах), вимагають прояву швидкісної сили в умовах більших опорів. Однак у видах спорту, у яких потрібне багаторазовий прояв швидкісно-силових зусиль для подолання маси руки, ноги або легені спортивного снаряда (фехтування, настільний теніс і ін.), роль поперечника м'язів невелика.

Рівень прояву швидкісної сили залежить від ступеню засвоєння руху: чим вища техніка руху, тим ефективніша міжмязова й внутрішньом'язова координація, раціональніші динамічні, просторові й тимчасові характеристики руху.

Ефективна робота над розвитком швидкісної сили пов'язана з комплексним застосуванням різних методів, засобів силових підготовки, тренажерів, спеціального устаткування.

При використанні різних методів вправи виконуються із граничної або біляграничної швидкістю. При переважному вдосконаленні силового компонента вибухової сили, швидкість може бути біляграничною, про вдосконаленні стартової сили – граничної.

Потрібно також забезпечувати максимальне швидке переключення від напруги м'язів до їхнього розслаблення й навпаки. Для створення повноцінного розслаблення між окремими рухами в підході плануються 1-2-секундні паузи з акцентом на повне розслаблення м'язів.

Застосовують й перетворення максимальної сили у швидкісну. Рух починається з більшим обтяженням, що сприяє включенню в роботу великої кількості рухових одиниць. У момент досягнення заданого зусилля опір різко знижується, що дозволяє проявити швидкісну силу. Після раптового зменшення опору відбувається мобілізація прихованих резервів і наступна динамічна фаза може бути виконана з високою швидкістю (цьому сприяють спеціальні тренажери з механічним, гідравлічним або електромагнітним приводом).

Вправа починається з більшим обтяженням, при досягненні відповідного кута в суглобах спортсмен повністю або частково звільняється від обтяження й завершує вправи в полегшених умовах. Такі ж умови можуть бути створені, коли виконувати вправу допомагає партнер.

Опори коливаються в широкому діапазоні – від 30-40 до 80-90 % максимального рівня сили. Розходження визначаються специфікою виду спорту, спрямованістю на розвиток вибухової або стартової сили. Спортсмени, що спеціалізуються у видах спорту, що вимагають більших зусиль (важка атлетика, легкоатлетичні метання, різні види боротьби й ін.), застосовують досить більші обтяження – 70-90 % максимального рівня сили; у тих видах спорту, де подолані опори відносно невеликі (бокс, теніс,

фехтування й ін.), опори можуть бути нижче – 30- 50 %. Разом з тим варто враховувати, що навіть у таких видах спорту, як плавання, теніс, фехтування, бокс, бадмінтон, є елементи змагальної діяльності, що вимагають подолання з високою швидкістю більших опорів (наприклад, старт у плаванні). Це визначає необхідність розвитку швидкісної сили із застосуванням більших опорів, природно, у різному процентному співвідношенні. Величини опорів досягають верхніх границь, якщо спортсменові необхідно акцентувати увагу на розвитку вибухової сили, і нижніх границь, якщо потрібне підвищення рівня стартової сили.

Тривалість окремих вправ повинна забезпечувати можливість їхнього виконання без зниження швидкості рухів і стомлення. Кількість повторень в окремих підходах може коливатися від 1 (наприклад, старт у бігу або плаванні) до 5-6 (стрибки, поштовхи штанги й ін.). Залежно від характеру вправ, величини опорів, кваліфікації й підготовленості спортсменів, швидкості рухів, тривалість роботи в кожному підході звичайно коливається від 3-4 до 10-15 с.

Тривалість пауз відпочинку повинна забезпечувати відновлення працездатності спортсменів і усунення алактатного кисневого боргу. Вона залежить від обсягу м'язів, залучених у роботу, і тривалості окремої вправи. Паузи між короткочасними вправами (2-3 с), не потребуючих залучення в роботу великих м'язових груп, можуть бути нетривалими – 30-40 с. Збільшення обсягу м'язів, залучених у роботу, або тривалості виконання окремої вправи призводить до збільшення тривалості відпочинку, що в окремих випадках може досягати 3-5 хв.

Якщо паузи нетривалі, то відпочинок пасивний, іноді із самомасажем. Заповнення тривалих пауз малоінтенсивною роботою (особливо ефективні вправи на розтягування м'язів) сприяє прискоренню процесів відновлення, дозволяє забезпечити оптимальні умови для виконання наступного завдання й скоротити (на 10-15 %) тривалість інтервалів відпочинку між окремими вправами або підходами.

При використанні ізометричного методу виконуються короткочасні (2-3 с) зусилля вибухового характеру із прагненням до максимально швидкого розвитку м'язової напруги до 80-90 % максимального рівня. В одному підході – до 5-6 повторень, паузи між підходами – до повного відновлення працездатності (звичайно 2-3 хв). Паузи між підходами заповнюють вправами на розслаблення й розтягування м'язів.

Пліометричний метод. При використанні попереднього розтягування м'язів як фактору, що стимулює прояв швидкісної сили, необхідно, щоб після досягнення м'язом розтягнутого положення (за рахунок антагоністів), відразу активно скорочувалися синергісти. При відсутності плавного

переходу від попереднього розтягання до скорочення ефект вправи знижується.

Перш ніж виконувати великий обсяг роботи в умовах пліометричного тренування, спортсмен повинен досягти значного рівня максимальної сили, у противному випадку зростає ймовірність травм і зниження ефективності тренування.

До рівня розвитку сили пред'являються конкретні вимоги:

1) перш ніж приступити до виконання стрибків униз із висоти з наступним вистрибуванням нагору, варто переконатися, що спортсмен може виконувати присідання зі штангою, маса якої вдвічі більше власної маси спортсмена;

2) перш ніж виконувати вистрибування на одній нозі, спортсмен повинен навчитися присідати на одній нозі не менш 5 разів.

Методика розвитку «вибухової» сили.

При розвитку динамічної і «вибухової» сили слід керуватися наступними положеннями:

1. Застосовувати такі фізичні вправи, структура яких близька за технікою до змагальних вправ з обраного виду спорту. З цією метою застосовують різноманітні прилади, які дають можливість розвивати силу безпосередньо в процесі виконання елементів.

2. Найбільшу увагу приділяти розвитку м'язів живота і спини.

3. Поєднувати розвиток сили з удосконаленням техніки окремих ланок і обраного виду спорту в цілому, а також з розвитком швидкості, здібностей до довільного розслаблення м'язів.

4. Чергувати вправи, які сприяють розвитку сили різних груп м'язів, ланок тіла. Починати з вправ для розвитку менших груп м'язів.

5. Регулювати навантаження, змінювати вагу обтяження, величину опору, амплітуду і швидкість руху, кількість і темп повторень, вихідне положення, тривалість відпочинку в процесі вправ.

6. Для розвитку вибухової сили використовувати фізичні вправи, балістичного характеру, наприклад, стрибки без обтяження і з обтяженням, метання легкоатлетичних снарядів. Вправи з набивними м'ячами, мішками з піском.

7. Вправи з максимальним обтяженням виконувати 1-2 рази.

8. Відпочивати між окремими серіями повтореннями стільки часу, щоб спортсмен зміг виконати наступні вправи достатньо інтенсивно. Практично інтервали відпочинку 2-4 хв. Між серіями повторень тривалість відпочинку 5-7 хв.

9. Відпочивати в перервах між стомлюючими вправами краще сидячи або лежачи.

10. Сила м'язів розвивається в більшій мірі, якщо вправи виконувати в першій частині заняття. При цьому слід на початку давати вправи з великим обтяженням, а потім поступово знижувати їх.

Загальна характеристика бистроті

Види швидкісних здібностей і фактори, які їх визначають

Під швидкісними здібностями спортсмена варто розуміти комплекс функціональних властивостей, що забезпечують виконання рухових дій у мінімальний час. Розрізняють елементарні й комплексні форми прояву швидкісних здібностей.

Елементарні форми проявляються в латентному часі простих і складних рухових реакцій, швидкості виконання окремого руху при незначному зовнішньому опорі, частоті рухів.

Швидкісні здібності в усіх елементарних формах прояву визначаються двома факторами: *оперативністю діяльності нейромоторного механізму і здатністю до найшвидшої мобілізації складу рухової дії*. Перший фактор багато в чому обумовлений генетично й удосконалюється в дуже незначному ступені. Так, час простої реакції (ЛЧРР) осіб, що не займаються спортом, звичайно коливається в межах 0,2-0,3 с, у кваліфікованих спортсменів - 0,1-0,2 с. Таким чином, у процесі тренування ЛЧРР не може бути збільшене більше, ніж на 0,1 с. Другий фактор піддається тренуванню і є основним резервом для розвитку елементарних форм бистроті. Тому бистротість конкретної рухової дії забезпечується за рахунок пристосування моторного апарата до заданих умов рухового завдання. При цьому ЛЧРР часто перевищує час дії сигнальних подразників у спортивній діяльності.

Так, час польоту м'яча при пенальті у футболі, швидкісні дії боксерів, фехтувальників, волейболістів і інших спортсменів виконуються швидше 100 мс, у той час як тривалість зорових фіксацій може досягати 500-600 мс і залежить від складності перцептивного завдання. Природно, що в таких умовах спортсмен не в змозі реагувати за типом простої реакції у відповідь на виникаючі сигнали слухового, зорового, тактильного, пропріоцептивного або змішаного характеру.

Доцільні й результативні реагування спортсменів (особливо в складних ситуаціях єдиноборств і ігор) можуть бути пояснені виконанням дій по типу *реакцій передбачення (антиципації)*, коли спортсмен реагує не на появу подразника, а вгадує (за часом або простором) початок або появу сигналу для своїх дій, передбачаючи момент і місце дії суперника або партнера (рух зброї у фехтуванні, поява м'яча в іграх і ін.).

Реакція передбачення є однією з форм імовірнісного прогнозування, найважливішою якістю, що забезпечує результативність діяльності спортсмена в складних швидкісних взаємодіях.

Усі типи реакцій можна розділити на прості та складні. Складні підрозділяються на **диз'юнктивні** (із взаємовиключним вибором) і **диференційовані**. Реакція боксера на дії його супротивника, що змушує або наступати або відступати, реакція футболіста - вдарити по воротам або передати м'яч партнерові - є диз'юнктивними (не можна одночасно відступати й наступати, бити по воротам і передавати м'яч і т.д.). Диференційовані реакції – один з найбільш складних видів реагувань, що вимагає великої напруги уваги для швидкого вибору найбільш адекватної відповідної дії, а іноді і припинення вже розпочатої відповіді, або переключення на іншу дію. Наприклад, фехтувальник, що почав атаку, повинен зуміти перехопити контратаку супротивника й продовжити свою. Баскетболіст, який розпочав дію для поразки кільця і який побачив ефективний захист, змінює задум і передає м'яч партнерові, що перебуває в кращому положенні.

Комплексні форми прояву швидкісних здібностей у складних рухових діях забезпечуються елементарними формами прояву швидкості в різних сполученнях і в сукупності з іншими руховими якостями та технічними навичками. Це: здібність до досягнення високого рівня дистанційної швидкості, уміння швидко набирати швидкість на старті, швидкісні маневри в спринтерській гонці на треку, швидкісні повороти в плаванні, підсікання й кидки в боротьбі, удари в боксі, стрибки в гімнастиці, кидки м'яча по воротам у гандболі або водному поло.

Однією з основних передумов комплексних проявів швидкісних здібностей є рухливість нервових процесів (що виражається в досконалості протікання процесів збудження й гальмування в різних відділах нервової системи) і рівень нервово-м'язової координації.

На рівень швидкісних здібностей впливають: особливості м'язової тканини (співвідношення різних м'язових волокон, їхня еластичність, розтяжність, рівень внутрошньо- і міжм'язової координації), рівень розвитку сили, гнучкості й координаційних здібностей, досконалість спортивної техніки, можливості біохімічних механізмів до найшвидшої мобілізації і ресинтезу алактатних анаеробних постачальників енергії, рівень розвитку вольових якостей. Особливе місце серед всіх цих факторів займає відсоток ШСа- і ШСб-волокон у м'язовій тканині, що несе основне навантаження в конкретному виді спорт.

В умовах комплексного прояву швидкісних якостей у сучасному спорті виділяють три специфічних режими швидкісної роботи: **ациклічний**, що характеризується одинарним проявом концентрованого вибухового зусилля; **стартовий розгін**, що виражається у швидкому

нарощуванні швидкості з місця з завданням досягти її максимальних показників за найкоротший час; **дистанційний**, пов'язаний з підтримкою заданої швидкості пересування по дистанції.

Режим ациклічної роботи визначається величиною м'язових зусиль, раціонально організованих у часі й просторі: чим більше ділянка розгону і чим більше сила, що прикладається до тіла (снаряду), тим вище його швидкість. Збільшення швидкісних здібностей спортсмена при виконанні ациклічної роботи може бути забезпечено підвищенням здатності центральної нервової системи до потужної ефективної імпульсації залучених у роботу рухових одиниць, удосконалюванням внутрішньом'язової й міжм'язової координації, розширенням можливостей алактатного механізму вивільнення енергії, формуванням доцільної біодинамічної структури рухової дії.

Стартовий розгін як специфічна форма швидкісної циклічної роботи є вирішальним для досягнення високих показників у спринтерському бігу, веслуванні, велоспорті (спринт, гіт на 1000 м з місця), бобслеї, швидкісному спуску. Необхідними умовами прояву швидкісних якостей є здатність до інтенсивної імпульсації рухових одиниць центральної нервової системи, ефективність внутрішньом'язової координації, рівень розвитку максимальної сили, великий обсяг ШСа- і, особливо, ШСб-волокон у поперечному зрізі м'язів, ємність і потужність алактатного анаеробного механізму мобілізації енергії.

Швидкість ациклічної роботи й ефективність стартового розгону значною мірою залежать від рівня максимальної потужності – результату комплексного прояву сили й швидкості. Прояв потужності визначається рівнем розвитку її силового (динамічна й швидкісна сила) і швидкісного (час реакції, час одиночного руху) компонентів і здатністю до їхньої комплексної реалізації в умовах виконання конкретної рухової дії.

Режим дистанційної роботи може забезпечуватися можливостями різних функціональних систем, які залучаються при роботі у різних зонах потужності.

Перша зона – вправи **максимальної анаеробної потужності** (15-20 с). Швидкість тут визначається процесами у ЦНС і виконавчих одиницях нервово-м'язовому апарату (здатність моторних центрів активізувати максимальну кількість рухових одиниць, потужність алактатної анаеробної системи енергозабезпечення, ефективність внутрішньом'язової й міжм'язової координації, досконалість техніки рухових дій).

Друга зона – вправи білямаксимальної анаеробної потужності (20-45 с). Працездатність у цих вправах визначається здатністю організму до ресинтезу АТФ за рахунок використання глікогену м'язів, здатністю ЦНС до ефективної іннервації при нагромадженні в м'язах і крові високих величин лактата, психологічною стійкістю до високоефективної швидкісно-силової роботи в

умовах прогресуючої втоми, стійкістю і варіативністю техніки виконання рухових дій.

Швидкість при виконанні циклічної роботи, в зонах субмаксимальної анаеробної потужності, змішаної анаеробно-аеробної потужності, максимальної, субмаксимальної, середньої й малої аеробної потужності визначається витривалістю спортсменів.

У багатьох видах спорту ці три режими швидкісної роботи проявляються в різних складних сполученнях, а не в чистому виді; наприклад, у бігу на дистанцію 200 м проявляються стартовий розгін і дистанційний, у плаванні на 50 м - ациклічний (старт) і дистанційний, у спортивних іграх відзначаються всі три режими.

Елементарні й комплексні форми швидкісних здібностей строго специфічні та незалежні одна від другої. Так, показники часу реакції не пов'язані з показниками швидкості рухів, результативність старту в бігу, ковзанярському спорті й плаванні незалежна від рівня абсолютної дистанційної швидкості й т.п.

Методика розвитку бистрості простих і складних реагувань

Методику розвитку локальних здібностей (час реакції, одиночного руху, частота рухів) і методику вдосконалювання комплексних швидкісних здібностей необхідно диференціювати. Комплексний прояв швидкісних здібностей впливає зі змісту змагальної діяльності в конкретному виді спорту, тому робота над підвищенням швидкісних якостей спортсмена може бути розділена на два взаємозалежних етапи:

- етап диференційованого вдосконалення окремих складових швидкісних здібностей (час реакції, час одиночного руху, частота рухів і ін.);
- етап інтегрального вдосконалення, на якому відбувається об'єднання локальних здібностей у цілісних рухових актах, характерних для даного виду спорту.

Засобами швидкісної підготовки є вправи, що вимагають швидкої реакції, високої швидкості виконання окремих рухів, максимальної частоти. Ці вправи можуть носити загальнопідготовчий, допоміжний і спеціальний характер.

Для розвитку елементарних форм швидкості в усіх видах спорту використовуються гімнастичні вправи та спортивні ігри. Спеціально-підготовчі вправи можуть бути спрямовані як на розвиток окремих складових швидкісних здібностей, так і на їхнє комплексне удосконалення в цілісних рухових діях.

Ефективним засобом комплексного удосконалення швидкісних здібностей є змагальні вправи. В умовах змагань при відповідній попередній підготовці й мотивації вдається досягати таких показників швидкості при виконанні окремих компонентів змагальної діяльності, які важко показати в процесі тренування.

Методика удосконалення рухових реакцій передбачає спочатку роздільне удосконалення техніки руху (моторний компонент) і часу латентного часу рухової реакції, а далі – покращення координаційної взаємодії обох компонентів відповідно до змагальної ситуації.

Загальні положення методики удосконалення простих і складних реагувань:

- освоєння кожного виду реакцій (простих, диз'юнктивних, диференційованих) відбувається відокремлено, без об'єднання з іншими;
- удосконалення антиципації (просторових і тимчасових передбачень) у реакціях відбувається після за набуття технічної навички;
- при удосконаленні у вправах послідовно повинні нарощуватися й чергуватися якісні і кількісні вимоги: скорочення часу моторного компонента прийому, зменшення часу прихованого періоду дії, удосконалення вміння передбачати тимчасові й просторові взаємодії.

Якщо швидкісні вправи виконуються з певними обтяженнями, інтенсивна аферентна імпульсація сприяє встановленню раціональної узгодженості та швидкості включення м'язів у роботу, координації діяльності м'язів під час виконання рухів, швидкому залученню до роботи необхідної кількості рухових одиниць.

Для удосконалення швидкості виконання поодинокого руху та частоти рухів обтяження становлять 15-20 % від максимального рівня сили. При удосконаленні швидкості рухової реакції обтяження складає 10-15 – 50-60 % від максимального рівня сили.

Ефективність швидкісної підготовки залежить від інтенсивності виконання вправ, здатності спортсмена гранично мобілізуватися, щоб час від часу перевищувати найкращі особисті результати в окремих вправах.

Для підвищення ефективності швидкісної підготовки велике значення має варіативність рухових дій за рахунок чергування нормальних, полегшених і ускладнених умов. У боротьбі це – чергування кидків манекенів різної маси (більша, середня, мала) у максимальному темпі; у плаванні – пропливання коротких відрізків (10-15 м) із граничною швидкістю після плавання з розтягуванням на максимальну довжину гумового шнура або пропливання 25-метрових відрізків із примусовим лідируванням (швидкість 110-120%) або після 30-секундного плавання на прив'язі з максимальною інтенсивністю; в академічному веслуванні – чергування швидкісних відрізків, подоланих у нормальних умовах або з гідрогальмом; у велоспорті на треку - чергування подолання швидкісних відрізків у звичайних умовах і при гонці за лідером. Таке тренування удосконалює внутрішньо- і міжм'язову координацію, здатність до реалізації швидкісно-силових можливостей в умовах змагальної діяльності, впливає на формування рухливої техніки рухів.

Важливим методичним прийомом є правильна психічна мотивація, що забезпечує повну реалізацію функціонального потенціалу при виконанні тренувальної й змагальної роботи. З цією метою проводиться спільне тренування рівних за силами спортсменів, застосовуються різноманітні вправи, представляється постійна інформація про результативність виконання завдань. Уміле використання цих шляхів дозволяє на 5—10 % підвищити рівень прояву швидкісних здібностей спортсменів, що робить дуже великий вплив на ефективність тренувального процесу.

Можна застосовувати попереднє примусове розтягування м'язів з наступним інтенсивним скороченням; обтяжувальні снаряди (ядро, спис, диск) – у легкій атлетиці або важкі манекени – у боротьбі; попереднє виконання споріднених вправ з додатковими обтяженнями (наприклад, перед спринтерськими вправами здійснюється робота 15-20 с на силових тренажерах, що дозволяють імітувати швидкісні рухи).

Методика розвитку швидкості циклічних рухів

Одним зі шляхів підвищення ефективності швидкісної підготовки є планування в тренувальному процесі мікроциклів спринтерської спрямованості. Необхідність цього (особливо при тренуванні кваліфікованих спортсменів) викликана тим, що програми занять і мікроциклів виконуються в умовах прогресуючої втоми. Однак високий тренувальний ефекти таких мікроциклів можливий лише тоді, коли їх планують після відновних мікроциклів.

Серед ефективних педагогічних засобів стимуляції швидкісних якостей – виконання наприкінці занять короткочасних вправ аеробного характеру, побудованих на великому обсязі роботи помірної інтенсивності. У цьому випадку спортсменам часто вдається виявити швидкісні якості на рівні, недоступному на початку тренувального заняття, безпосередньо після розминки. Це обумовлено позитивним впливом тривалого виконання відносно малоінтенсивної роботи на поліпшення міжм'язової і внутрішньом'язової координації.

Для стимуляції швидкісних здібностей при виконанні різних вправ ефективні деякі технічні засоби й прийоми: використання спеціальних буксувальних пристроїв, які дозволяють бігунові, весляреві, плавцю просуватися зі швидкістю, на 5-20 % перевищуючої доступну йому. При цьому спортсмен виконує рухи з максимальною інтенсивністю, намагаючись привести їх у відповідність із новим, більше високим рівнем швидкості. Таку ж роль відіграє гонка за лідером під час тренування велосипедистів.

Прояву спринтерських якостей сприяє правильна психічна мотивація, застосування змагального та ігрового методів, створення змагального мікроклімату в кожному занятті.

Чим вище кваліфікація спортсменів, тим у більшій мері використовуються змагальні та спеціально-підготовчі вправи, що забезпечують комплексне

вдосконалювання швидкісних якостей. Одна з основних вимог до швидкісних вправ – високий рівень володіння цими прийомами. При цьому спортсмени повинні концентрувати увагу не на техніці, а на швидкості виконання вправ.

При вдосконалюванні окремих компонентів швидкісних здібностей (наприклад, часу реакції, швидкості поодинокого руху) окремі вправи нетривалі – менш секунди, а при декількох повтореннях – до 5-10 с; нетривалі (до 5-10 с) і вправи, спрямовані на вдосконалювання комплексних швидкісних здібностей при виконанні окремих прийомів у спортивних іграх, єдиноборствах, швидкісно-силових і складнокоординованих видах. При роботі над підвищенням абсолютного рівня дистанційної швидкості в циклічних видах спорту тривалість окремих вправ може коливатися в більше широких межах – від 5- 6 с до 1 хв і більше.

При виконанні швидкісних вправ спортсмен повинен прагнути забезпечити рівень прояву швидкості за рахунок граничної мобілізації сили й швидкості, великої амплітуди й потужності рухів.

Удосконалюванню різних видів швидкісних здібностей і їхніх складових допомагають вправи, що виконуються з нижчою інтенсивністю. При удосконаленні швидкості виконання поодинокого руху використовують різний темп – від помірного (30 – 40 % від максимально можливого) до біляграничного (85-95 %) і граничного.

При удосконаленні частоти рухів вправи виконуються в біляграничному і граничному темпі. Удосконалюючи швидкість реакції, рух виконують з максимальною швидкістю, увага спортсмена концентрується на гранично швидкому виконанні початкових елементів руху у відповідь на отриманий сигнал. В якості сигналу виступають звукові, тактильні, світлові подразники, їх порядок і ритм чергування.

Методика розвитку швидкості ациклічних рухів

У швидкісній підготовці існує поняття «швидкісного бар'єра» – стереотипу, що обмежує можливості подальшого підвищення швидкісних якостей.

При розвитку швидкісних якостей тривалість пауз варто планувати таким чином, щоб до початку чергової вправи збудливість центральної нервової системи була підвищена, а фізико-хімічні зрушення в організмі вже значною мірою нейтралізовані.

Якщо паузи будуть коротші, в організмі спортсмена відбудеться швидке нагромадження продуктів розпаду, що приведе до зниження працездатності в наступних вправах. Подальше продовження роботи в цих умовах буде підвищувати анаеробну (гліколітичну) продуктивність, а не удосконалювати швидкісні можливості.

У процесі швидкісної підготовки тривалість пауз для відпочинку залежить від координаційної складності вправ, обсягу м'язів, залучених у роботу, тривалості вправи, інтенсивності роботи. Між складно координованими

вправами, пов'язаними з високим навантаженням на центральну нервову систему, паузи повинні бути тривалішими, ніж між відносно простими вправами, які є добре засвоєними. Між швидкісними вправами локального характеру, що залучають у роботу менш 30 % м'язової маси, паузи коротші, ніж між вправами часткового (за участю в роботі до 60 % м'язової маси) або глобального (понад 60 % м'язової маси) характеру.

Паузи між короткочасними вправами (менш 1 с) локального характеру (наприклад, укол у фехтуванні, одиночний короткий удар у боксі, удар по м'ячі в настільному тенісі й т.п.) можуть становити кілька секунд.

Тривалі швидкісні вправи (наприклад, біг з низького старту на дистанцію 100 і 200 м, проходження відрізків дистанції 500 м на велотреці, пропливання дистанції 50 м у плаванні), що залучають у роботу великі групи м'язів, передбачають відпочинок протягом від 2-3 до 10-15 хв і більше.

Підвищенню рівня швидкісних якостей сприяє періодичне виконання вправ тривалістю 5-30 з тривалими інтервалами відпочинку – по 10-20 хв. Під час їхнього виконання спортсмен повинен домогтися рекордних показників швидкості.

У паузах між вправами планується комплекс тонізуючих і відбудовних процедур: масаж, ванни, вправи на розслаблення й розтягування, психічне налаштування.

При цьому багаторазове виконання швидкісних вправ з високою інтенсивністю навіть при оптимальних паузах викликає кумуляцію (накопичення) фізико-хімічних зрушень, зниження рівня психічної готовності до виконання високо інтенсивної роботи.

Кількість вправ, включених у кожну серію залежать від тривалості вправ, їхньої інтенсивності, обсягу м'язів, залучених у роботу; наприклад, в одній серії може бути до 10-15 короткочасних вправ локального характеру. Коли ж виконуються тривалі вправи часткового й глобального характеру, та їхня кількість у серії може бути зменшене до 3-4 або 2-3. Тривалість пауз між серіями коливається в межах 2-6 хв.

Різноманітні гімнастичні вправи для м'язів рук з невеликими обтяженнями, короткі удари у волейболі, уколи у фехтуванні, короткі удари в боксі й інші рухові дії, що не залучають у роботу більших м'язових обсягів, є вправами локального характеру. Більшість ударів у гандболі, футболі, хокеї, веслування на байдарках вимагають участі в роботі середніх м'язових обсягів і, отже, належать до вправ вибіркового характеру.

Загальна характеристика витривалості

Під **витривалістю** прийнято розуміти здібність до ефективного виконання вправи, долаючи втому, що розвивається. Рівень розвитку цієї якості обумовлюється енергетичним потенціалом організму спортсмена і

його відповідністю вимогам конкретного виду спорту, ефективністю техніки і тактики, психічними можливостями.

Витривалість підрозділяють на загальну і спеціальну, тренувальну і змагальну, локальну, регіональну і глобальну, аеробну і анаеробну, алактатну і лактатну, м'язову і вегетативну, сенсорну і емоційну, статичну і динамічну, швидкісну і силову. Розділення витривалості на ці види дозволяє у кожному конкретному випадку здійснювати аналіз чинників, що визначають прояв даної якості, підібрати найбільш ефективну методику його вдосконалення.

Однак у практичних цілях витривалість зазвичай підрозділяють на загальну і спеціальну.

Загальна витривалість – здібність спортсмена до ефективного і тривалого виконання роботи помірної інтенсивності (аеробного характеру), в якій бере участь значна частина м'язового апарату. Це визначення повною мірою прийнятне тільки по відношенню до тих видів спорту і окремих спортивних дисциплін, рівень досягнень в яких багато в чому визначається аеробною продуктивністю – велоспорт (шосе), біг на довгі дистанції, лижний спорт. У видах спорту циклічного характеру (спринт), швидкісно-силових і складнокоординованих, одноборствах і спортивних іграх в структурі загальної витривалості представлені здібності до тривалої та ефективної роботи швидкісно-силового, анаеробного, складнокоординованого характеру.

Таким чином, **загальну витривалість** слід визначати як здібність до тривалого і ефективного виконання роботи неспецифічного характеру, що робить позитивний вплив на процес становлення специфічних компонентів спортивної майстерності завдяки підвищенню адаптації до навантажень і наявності явищ «перенесення» тренуваності з неспецифічних видів діяльності на специфічні.

Спеціальна витривалість – це здібність до ефективного виконання роботи і подолання втоми в умовах, детермінованих вимогами діяльності змагання в конкретному виді спорту. Л. П. Матвеев (1977) запропонував відрізнити *«спеціальну тренувальну витривалість»*, яка виражається в показниках сумарного об'єму та інтенсивності специфічної роботи, що виконується в тренувальних заняттях, від «спеціальної витривалості» змагань, яка оцінюється за працездатністю та ефективністю рухових дій в умовах змагань.

Структура спеціальної витривалості визначається специфікою виду спорту. Вона може бути розглянута як локальна або глобальна, аеробна або анаеробна, статична або динамічна, сенсорна або емоційна.

У числі чинників, що визначають прояв спеціальної витривалості, особлива увага повинна бути приділена енергетичному забезпеченню м'язової діяльності і шляхам розширення його можливостей, методиці

підвищення енергетичного потенціалу спортсменів, вдосконаленню здібностей до його раціональної реалізації в тренувальній і змагальній діяльності.

Серед шляхів удосконалення основних компонентів підготовленості спортсменів, що відображають їх здібність до реалізації наявного енергетичного потенціалу в конкретних умовах тренувальної і змагання діяльності, виділяють:

- рухливість процесів енергозабезпечення, яка визначає швидкість активізації системи і варіативність її функціонування відповідно до особливостей м'язової діяльності;
- економічність як здатність економно і раціонально використовувати енергію для досягнення найвищих показників працездатності і ефективності рухових дій;
- стійкість (ємність) як здатність тривалий час забезпечувати виробництво енергії на заданому рівні інтенсивності роботи.

Методика розвитку загальної витривалості

Розвиток загальної витривалості включає два основні завдання: створення передумов для переходу до підвищених тренувальних навантажень і перенесення витривалості на вибрані форми спортивних вправ.

У спортсменів, що спеціалізуються на довгих і середніх дистанціях циклічних видів спорту, розвиток загальної витривалості пов'язаний з підвищенням можливостей організму до ефективного виконання роботи великої і помірної інтенсивності, що вимагає граничної мобілізації аеробних здібностей. В цьому випадку забезпечуються умови для перенесення великих об'ємів тренувальної роботи, повного відновлення після навантажень, створюються необхідні передумови для прояву високого рівня аеробних можливостей при спеціальній роботі.

У спортсменів, що спеціалізуються в швидкісний-силових видах, єдиноборстві, іграх, на спринтерських дистанціях циклічних видів, процес розвитку загальної витривалості значно складніший. Робота, спрямована на підвищення аеробних можливостей, повинна виконуватися лише в об'ємі, що забезпечує ефективне виконання специфічної роботи і протікання відновних процесів, і в той же час не створювати перешкод для подальшого розвитку швидкісних якостей і вдосконалення швидкісної техніки. Основний упор повинен бути зроблений на підвищення працездатності при виконанні різного роду загальнопідготовчих і допоміжних вправ, направлених на розвиток швидкісний-силових якостей, анаеробних можливостей, гнучкості і координаційних здібностей.

Методика розвитку швидкісної витривалості

Для досягнення високого рівня спеціальної витривалості спортсменові необхідно досягти комплексного прояву окремих властивостей і здібностей,

що її визначають, в умовах змагальної діяльності.

На ранніх етапах підготовки спортсмен ще не в змозі подолати всю змагальну дистанцію із запланованою швидкістю, витримувати необхідний темп гри або ведення сутички. Проте виконувати великий об'єм роботи з такою інтенсивністю необхідно, оскільки це сприяє становленню техніки спортсмена, підвищує його енергетичний потенціал і економічність роботи, виробляє раціональну координацію рухових і вегетативних функцій. Для розвитку цих специфічних якостей використовують різні варіанти інтервального і безперервного методів.

При роботі над розвитком спеціальної витривалості основними є спеціально-підготовчі вправи, максимально наближені до змагань за формою, структурою і особливостям дії на функціональні системи організму, а також поєднання вправ різної тривалості при виконанні програми окремого заняття.

При розвитку спеціальної витривалості борців застосовуються імітаційні вправи з партнером, кидки манекена, багаторазове проведення частин сутички з одним або кількома партнерами, тренувальної сутички протягом часу, що перевищує регламентований правилами змагань.

Розвиток спеціальної витривалості плавців, бігунів або ковзанярів передбачає багатократне проходження відрізків дистанції з або близької до неї змагальною швидкістю і нетривалими паузами відпочинку, проходження дистанцій в умовах контрольних або офіційних змагань. Часто вправи виконуються в ускладнених умовах (робота в середньогір'ї, з використанням спеціальних масок або трубок для ускладнення дихання; бігуни і ковзанярі використовують біг з тими, що спеціальними обтяжили, плавці – плавання на прив'язі або із спеціальними гальмівними пристроями).

Тривалість відпочинку між вправами повинна забезпечувати виконання подальшої вправи на тлі втоми після попереднього. Після роботи з максимальною інтенсивністю тривалістю 20-30 с працездатність залишається зниженою приблизно протягом 1,5-3 хв. Тому при плануванні тривалості пауз враховують кваліфікацію і ступінь тренуваності спортсмена, стежачи за тим, щоб навантаження, з одного боку, висувало високі вимоги, а з іншої – не була надмірною.

Коли окремі тренувальні вправи тривалі, то паузи між повтореннями можуть бути тривалими, оскільки основну тренуючу дію надають зрушення, що відбуваються під час виконання кожної окремої вправи, а не результат кумулятивної (накопичувальної) дії комплексу вправ.

Істотний вплив на розвиток спеціальної витривалості надає поєднання вправ різної тривалості при виконанні програми окремого заняття. У циклічних видах спорту довжина відрізка в серіях є постійною або поступово убуває. Проте паузи між відрізками повинні бути нетривалими (ЧСС не

повинна знижуватися більш ніж на 10-15 уд-хв¹); кожен черговий відрізок повинен бути коротшим за попередній або такої ж довжини; загальний час серії повинен бути близьким до того, який планується показати на змаганнях.

Аналогічним чином може бути визначений режим роботи в складно координаційних видах спорту, спортивних іграх, єдиноборстві.

При розвитку спеціальної витривалості слід забезпечувати:

- велику різноманітність засобів і методів вдосконалення техніко-тактичних дій і розвитку спеціальної витривалості;
- тісний взаємозв'язок процесів техніко-тактичного вдосконалення і розвитку спеціальної витривалості;
- моделювання в умовах тренувальної діяльності всього можливого спектру станів і реакцій функціональних систем, характерних для змагальної діяльності;
- варіативність умов зовнішнього середовища як при розвитку спеціальної витривалості, так і в процесі техніко-тактичного вдосконалення.

Спеціальний розділ тренування повинен бути відведений вдосконаленню зміни характеру роботи в процесі змагань. Швидкий і ефективний перехід з одного роду роботи на інший із забезпеченням оптимального рівня функціональної активності значною мірою визначає рівень спеціальної витривалості спортсменів.

Особливе місце в методиці розвитку спеціальної витривалості займає підвищення психічної стійкості до подолання важких відчуттів стомлення, супроводжуваних тренувальною і змагальною діяльністю. Особливо велика роль психічної стійкості в циклічних видах спорту, пов'язаних з проявом витривалості, спортивному одноборстві, спортивних іграх, ряді дисциплін складнокоординованих видів.

Велику роль відіграє психологічний чинник в підготовці, пов'язаний з максимальною мобілізацією анаеробних можливостей, з необхідністю тривалий час виконувати роботу в умовах високих величин кисневого боргу, що супроводжується болісними відчуттями втоми. Для їх подолання необхідні напружені вольові зусилля.

Вольові якості, що проявляються в змаганнях, зазвичай удосконалюються паралельно з удосконаленням інших якостей, що визначають рівень розвитку спеціальної витривалості, за допомогою використання тих же тренувальних методів і засобів.

При удосконаленні психологічної стійкості спортсменів вправи повинні бути максимально наближені до змагальних за особливостями дії на найважливіші функціональні системи та психологічний стан спортсмена..

Методика розвитку силової витривалості.

В залежності від специфіки виду спорту йдеться про взаємозв'язок сили з витривалістю до роботи анаеробного алактатного, анаеробного лактатного або аеробного характеру.

Силова витривалість відіграє важливу роль для досягнення високих результатів у різних видах боротьби, у бігу на 200 і 400 м, у плаванні на 100 і 200 м, веслуванні, гірськолижному та ковзанярському спорті, фігурному катанні, спортивній гімнастиці.

Базовими здібностями, що визначають рівень силової витривалості, є потужність, ємність, рухливість і економічність систем енергозабезпечення, а також рівень максимальної сили. Метою спеціальних вправ, спрямованих на розвиток силової витривалості, є не стільки підвищення анаеробних або аеробних можливостей, скільки прагнення удосконалити здібності спортсмена до їхньої реалізації в умовах виконання відповідної силової роботи. Це вимагає застосування вправ, близьких за зовнішньою та внутрішньою структурою до змагальних.

У різних видах спорту використовуються додаткові обтяження: у бігу – біг по піску, біг угору, біг зі спеціальними обтяжуючими поясами; у плаванні – плавання на прив'язі, плавання в спеціальних костюмах, що гальмують рух, плавання з лопатками великої площі на кистях рук; у боротьбі – тривале виконання кидків важких манекенів.

Величина опорів дорівнює або трохи перевищує ту, яка характерна для змагальної діяльності: веслувальники та плавці при роботі на спеціальних силових тренажерах використовують зусилля, що становлять 50-60 % (рідше 70-80 %) від максимального. Борці при роботі на спеціальних тренажерах або з манекенами планують таку величину опорів, що дозволяє виконувати роботу протягом 1-3 хв.

Темп виконання вправ підбирається так, щоб він відповідав темпу, характерному для змагальної діяльності.

Динамічні вправи виконуються багаторазово, до досягнення значної втоми. Тривалість вправ може коливатися від 10-15 с до кількох хвилин. У тренуванні плавців, що спеціалізуються на дистанціях 100 і 200 м, тривалість кожної вправи «плавання на прив'язі» коливається в межах 30-120 с, при роботі на суші з використанням спеціальних ізокінетичних тренажерів – 60-180 с. Борці греко-римського й вільного стилів можуть здійснювати кидки манекена в темпі 10-15 кидків за 1 хв протягом 2-3 хв.

При роботі в статичному режимі тривалість окремих вправ коливається від 10-12 до 30-40 с і залежить від величини напруги м'язів.

Тривалість пауз між вправами залежить від тривалості вправ і обсягу м'язів, залучених у роботу. Якщо вправи короткочасні і потрібно досягти максимальної втоми після кількох підходів, наступне повторення планується через нетривалий час, при не відновленні, що завершилося. Наприклад, між 15-

20-секундними вправами інтервали відпочинку можуть становити 5-15 с; 30-40-секундні вправи передбачають паузи тривалістю 20-30 с, 60-90-секундні – 30-60 с.

Якщо вправи тривалі (кілька хвилин) і досягнення тренувального ефекту планується за рахунок впливу, що надається кожною конкретною вправою, а не всією серією, тривалість інтервалів відпочинку між ними повинна бути достатньою для відновлення працездатності до вихідного або близького до нього рівня.

При серійному виконанні вправ паузи між окремими вправами нетривалі, що приводить до збільшення втоми від повторення до повторення. Між серіями паузи повинні бути тривалими для відновлення працездатності та створення умов для виконання першої вправи наступної серії при високому рівні працездатності. Ефективними, наприклад, можуть бути наступні серії: 1) 6 х (6х15 с), паузи між вправами – 10 с, між серіями – 90 с; 2) 4 х (4х30 с), паузи між вправами – 15 с, між серіями – 3 хв; 3) 4 х (4х60 с), паузи між вправами – 30 с, між серіями – 4-5 хв.

Загальна характеристика гнучкості

Під **гнучкістю** розуміють морфо-функціональні властивості опорно-рухового апарату, що визначають амплітуду рухів спортсмена. Термін «гнучкість» більш прийнятний для оцінки сумарної рухливості в суглобах всього тіла. Коли ж йдеться про окремі суглоби, правильніше говорити про їх **рухливість** (рухливість в гомілковостопних суглобах, рухливість в плечових суглобах і ін.).

При недостатній гнучкості ускладнюється і сповільнюється процес засвоєння рухових навичок, обмежується рівень прояву сили, швидкісних і координаційних здібностей, погіршується внутрішньом'язова і міжм'язова координація, знижується економічність роботи, зростає вірогідність пошкодження м'язів, сухожилків, зв'язок і суглобів.

Недостатній рівень гнучкості є причиною зниження результативності тренування, спрямованого на розвиток інших фізичних якостей. Недостатня рухливість у суглобах не дозволяє в належній мірі використовувати еластичні властивості заздалегідь розтягнутих м'язів для підвищення ефективності силової підготовки, обмежує можливості методів тренування, спрямованих на удосконалення економічності роботи, підвищення потужності робочих рухів, поліпшення координаційних здібностей. Веслувальникам необхідно мати максимальну рухливість хребетного стовпа, плечових і тазостегнових суглобів; ковзанярів і бігунам – кульшових, колінних і гомілковостопних; лижникам – плечових, тазостегнових, колінних і гомілковостопних; плавцям – плечових і гомілковостопних суглобів.

Розрізняють активну і пасивну гнучкість. **Активна гнучкість** – це

здатність виконувати рухи з великою амплітудою за рахунок активності груп м'язів, що оточують відповідний суглоб. **Пасивна гнучкість** – здібність до досягнення найвищої амплітуди рухів в результаті дії зовнішніх сил. Показники пасивної гнучкості завжди вищі за показники активної гнучкості.

При достатньому рівні розвитку гнучкості спортсмена доступна йому амплітуда рухів в різних суглобах перевищує необхідну для ефективного виконання вправ змагань. Ця різниця визначається як **запас гнучкості**.

Необхідно враховувати, що зв'язок між активною і пасивною гнучкістю незначний. Часто зустрічаються спортсмени, які мають високий рівень пасивної гнучкості при слабо розвинутій активній, і навпаки. Рівень пасивної гнучкості є основою для підвищення активної, проте підвищення останньої вимагає цілеспрямованої роботи, пов'язаної як з вдосконаленням здібностей, що визначають рівень гнучкості, так і з підвищенням силових здібностей спортсменів. Таке положення спостерігається при великій різниці між активною і пасивною гнучкістю: чим вище ця різниця, тим в більшій мірі збільшення сили призводить до збільшення рухливості в суглобах.

Величина амплітуди рухів специфічна для кожного суглоба, тобто високий рівень рухливості в одних суглобах може супроводжуватися низьким – в інших. Це правило розповсюджується на різні суглоби (наприклад, плечові і тазостегнові), одні і ті ж суглоби (наприклад, висока рухливість в одному плечовому суглобі може супроводжуватися низькою – в іншому), а також окремі рухи в одному суглобі (наприклад, висока рухливість при розгинанні колінного суглоба може поєднуватися з низькою – при згинанні). Така специфічність в розвитку і прояві гнучкості обумовлена об'ємом і характером тренувальної і змагання діяльності, спрямованої на розвиток гнучкості, залученням до виконання конкретних рухів м'язової і сполучної тканин.

Розрізняють **анатомічну**, або гранично можливу рухливість, обмежувачем якої є будова відповідних суглобів.

Чинники, що визначають рівень гнучкості

Гнучкість обумовлюється еластичними властивостями м'язів, шкіри, підшкірної основи і сполучної тканини, ефективністю нервової регуляції м'язової напруги, об'ємом м'язів, а також структурою суглобів. Активна гнучкість визначається також рівнем розвитку сили і координації.

Чинники, що визначають ступінь розтягнення м'язової і сполучної тканин, включають: розташування і орієнтацію м'язових волокон, кількість волокон і фібрил, особливості переплетення колагенових молекул в кожній фібрилі, співвідношення кількості колагену і еластину, хімічний склад тканин і їх гідратація, ступінь розслаблення скоротливих компонентів, температура тканин які розтягують, величина, тривалість і характер навантаження. Оптимальна програма розтягнення, що забезпечує найбільше збільшення

довжини тканин без пошкоджень, передбачає підвищення внутрішньої температури перед розтягуванням, невеликі обтяжили і зусилля, підтримка розтягуючого зусилля протягом тривалого часу.

Будова деяких суглобів зумовлює обмежений діапазон рухів (розгинання руки в ліктьовому суглобі і ноги – в колінному суглобі). Проте для більшості рухів обмеження їх амплітуди обумовлене м'якими тканинами і нервово-м'язовою регуляцією, тобто властивостями, що піддаються зміні під впливом тренування. Так, скоротливі елементи м'язів здатні збільшувати свою довжину на 30-40 % і навіть на 50 % по відношенню до довжини у спокої.

Рухливість в окремих суглобах може обумовлюватися формою м'язів і особливостями фасцій, розповсюдженням дії м'яза на один або декілька суглобів. Особливості розташування апоневрозів сухожилів в м'язах з перистою будовою зумовлює їх меншу розтягуваність у порівнянні з веретеноподібними, які мають меншу площу взаємодії м'язової і сухожильної маси.

Багатосуглобові м'язи можуть гальмувати деякі рухи в суглобах, біля яких вони проходять, в більшій мірі, чим односуглобові. Зокрема, амплітуда руху в тазостегновому суглобі при піднятті стегна вперед (його згинанні) і назад (його розгинанні) залежить від положення гомілки по відношенню до стегна. Якщо при першому русі область гомілки зігнута в колінному суглобі, то амплітуда суглоба буде значно більше, чим при розігнутій гомілці. Це пояснюється тим, що м'язи, розташовані на задній поверхні стегна, що йдуть від тазу на область гомілки, при згинанні гомілки не протидіють значному підняттю стегна. При розігнутій гомілці ці м'язи натягаються гальмують рух. Така особливість двосуглобових м'язів позначається терміном «**пасивна недостатність**», від якої значною мірою залежить ступінь рухливості окремих ланок кінцівок. На противагу пасивній недостатності розрізняють «**активну недостатність**» – недостатню підйомну силу м'язів у порівнянні з необхідною для виконання тієї або іншої роботи.

Зі всіх чинників, що обмежують рухливість суглобів, найбільш схильна до дій м'язова тканина. При примусовому розтягуванні значно збільшується не тільки довжина м'яза в порівнянні з довжиною її у спокої, але і під впливом тренування істотно зростає здібність м'яза до розтягування. Проте надмірний об'єм м'язової маси, особливо якщо він сформований переважно за рахунок тренування в ексцентричному і ізометричному режимах, здатний значно обмежити розтягуваність м'язової тканини і стати чинником, що обмежує рухливість в суглобах. В той же час при раціональній силовій підготовці, органічно пов'язаній з роботою, сприяючою розвитку гнучкості і підвищенню здатності м'язів до розслаблення, розтяжність м'язової тканини не

перешкоджає прояву гнучкості.

Сухожилки, зв'язки і фасції обумовлюють відповідно 10, 50 і 40 % загального опору руху сполучної тканини і можуть істотно обмежувати діапазон рухів. В той же час сполучна тканина дуже добре схильна до розтягування.

Найменшою розтяжністю відрізняються апоневрози і фасції м'язів – волокниста сполучна тканина, що складається з щільних нерозтяжних мембран різної товщини, в яких пучки колагенових волокон і фібробласти розташовуються в певному порядку, декількома шарами. У кожному окремому шарі хвилеподібні пучки колагенових волокон йдуть в одному напрямі паралельно один одному. У різних шарах напрям волокон різний, окремі пучки волокон переходять з одного шару в іншій, зв'язуючи їх між собою. Така структура забезпечує малу розтягуваність тканини і велику міцність при розриві. Під впливом інтенсивних навантажень еластичність апоневрозів і фасцій істотно зростає, вони стають значно міцнішими.

Більшою розтягуваністю характеризуються сухожилки. Вони складаються з щільно лежачих паралельних пучків колагенових волокон, між якими розташовується тонка еластична мережа. Сухожилки оточені щільною сполучнотканинною оболонкою, що перешкоджає розтягуванню, через яку проходять нервові закінчення, що посиляють в центральну нервову систему сигнали про стан напруги тканини сухожилків.

У порівнянні з апоневрозами, фасціями і сухожилками в капсулах суглобів переважають еластичні волокна, що зумовлює їх достатню розтягуваність і її підвищення під впливом тренування. Проте найбільшою розтягуваністю і тренованістю відрізняються зв'язки, що складаються з паралельно розташованих еластичних волокон. Товсті, тонкі, округлі, сплюснені еластичні волокна часто формують гілки, відходять один від одного під гострими кутами, утворюючи витягнуту мережу.

Під впливом раціонального тренування, заснованого на застосуванні широкоамплітудних м'яких рухів, що виконуються з невисокою швидкістю, знижується рівень напруги м'язової тканини, яка розтягується. Це підтверджується тим, що швидке розтягування викликає активну відповідну реакцію нервової системи на подачу захисних стимулів до скорочення, і навпаки, зменшення швидкості розтягування м'язів сприяє створенню м'якшого режиму регуляції м'язової напруги.

Перехід за межу індивідуального порогу розтягування м'язів і сухожилків на конкретному етапі вдосконалення спортсмена стимулює вступ до дії захисної сухожилкової реакції на перерозтягнення, відповідно до якої відбувається захисна напруга нервово-сухожилкового веретена, яке перешкоджає подальшому розтягуванню м'язів.

Надмірне розтягування зв'язкових структур і суглобових капсул лише

трохи збільшує гнучкість. При цьому підвищується вірогідність травм суглобів, тому при розвитку гнучкості основну увагу слід сконцентрувати на розтяганні м'язово-сухожилкової одиниці, її здатності подовжуватися в межах фізичних обмежень суглоба. Для кожного етапу удосконалення спортсмена є оптимальні характеристики вказаних показників, перехід за межі яких приводить до порушення регуляції м'язової напруги.

Розвиток гнучкості значною мірою обумовлений удосконаленням пластичності діяльності нервової системи, зокрема таких її елементів, як суглобові механорецептори, що визначають такі складні реакції, як рефлекс розтягування м'яза, захисне гальмування. Ефективність цих реакцій обумовлює пластичність або, навпаки, підвищену жорсткість тканин при виконанні вправ на розтягування. У пластичних тканинах рефлекс розтягування виявляється не відразу, а в завершальній фазі (останні 20 % амплітуди) розтягуючого руху, що може бути виявлене за ЕМГ-активності. У жорстких тканинах істотне захисне підвищення ЕМГ-активності може спостерігатися вже на початку другої частини руху (50- 60 % амплітуди).

Рухи в суглобах визначаються переважно формою суглобових поверхонь, які прийнято порівнювати з геометричними фігурами. Звідси і назва суглобів в залежності від форми: кулясті, еліпсоподібні, циліндричні. Оскільки рухи ланок, що поєднуються між собою, здійснюються навколо однієї, два або багатьох осей, суглоби прийнято також ділити на одновісні, двовісні і багатовісні.

Види суглобів визначають їх рухливість. Найбільша сумарна рухливість спостерігається в кулястих і чашоподібних суглобах, найменша – в сідловидних і блокоподібних, середньою рухливістю характеризуються еліпсоподібні і циліндричні суглоби. Рухливість в суглобах залежить від площі дотичних поверхонь: чим вона більша, тим рухливість в суглобі менша, і навпаки. Наприклад, в плечовому суглобі площа суглобової поверхні головки плечової кістки значно більше, чим площа поверхні суглобової западини лопатки, через що плечовий суглоб є одним з найбільш рухомих.

Зв'язок між рівнем розвитку гнучкості і соматотипом спортсмена, масою тіла, площею поверхні тіла практично відсутній. В той же час існує взаємозв'язок між гнучкістю і довжиною сегментів тіла: чим вище співвідношення довжини ніг і довжини тулуба, тим нижче здібність до згинання тулуба. До речі, гнучкість при виконанні тесту «сісти і дотягнутися», яку зазвичай ототожнюють з рухливістю нижньої частини тіла, насправді визначається, перш за все, розтяжністю м'язів підколінних сухожилів.

У жінок рівень гнучкості значно вищий, ніж у чоловіків. Особливості будови тазу жінок зумовлюють високу рухливість в тазостегнових суглобах. Анатомічними причинами обумовлена і велика рухливість в ліктьовому

суглобі. Нижче розташований центр тяжіння і коротші ноги, в порівнянні з чоловіками, сприяють підвищенню амплітуди згинання тулуба.

Вправи на гнучкість слід виконувати постійно, в будь-якому віці. Виконання різних рухів з повною амплітудою забезпечує високий рівень гнучкості навіть в літньому віці. Проте існують вікові періоди, пов'язані з підвищеною гнучкістю. Високі показники спостерігаються у дітей у віці 6-10 років. Потім гнучкість дещо знижується, особливо в пубертатному періоді. Одним з чинників зниження гнучкості в пубертатному періоді може бути відставання розвитку м'язів від інтенсивного зростання кісток. У 15-17-річному віці гнучкість знову збільшується, після чого її рівень стабілізується.

У спортивній фізіології давно зверталася увага на зв'язок гнучкості з технікою дихання. Зокрема, максимальний нахил тулуба вперед як вправа, спрямована на підвищення гнучкості хребта, призводить до того, що м'язи нижньої частини спини піддаються масивній нарузі, що обмежує глибину нахилу тулуба у напрямі стегон. Повільний глибокий видих під час нахилу призводить до значного зниження напруги цих м'язів, тоді як вдих, при якому грудна клітка розширюється, а м'язи живота втягуються, сприяє істотному збільшенню напруги м'язів нижньої частини спини, зменшенню амплітуди рухів і зниженню ефективності роботи над розвитком гнучкості. Таким чином, принциповим моментом методики розвитку гнучкості є досягнення граничних показників розтягування під час видиху, а також максимальне розслаблення при повному розтягуванні.

У спортсменів високого класу рухливість домінуючої руки (у переважній більшості випадків правої) помітно менше, ніж не домінуючою. Цей факт пов'язують із вищим рівнем травматизму домінуючої руки.

Надмірна гнучкість, що призводить до «розпущеності» суглобів, підвищує вірогідність розтягування м'язової і сполучної тканин, зсуви і дестабілізації суглобів, ослаблення зв'язок, стимулює прояв гіперактивних захисних рефлексів, що також збільшує ризик гострої або хронічної травми. Подолання негативного впливу гіперрухливості суглобів повинно здійснюватися за рахунок вправ силового характеру, спрямованих на зміцнення м'язової і сполучною тканин, усунення рухів з максимально доступною амплітудою.

Рівень гнучкості змінюється протягом дня: найменші величини гнучкості спостерігаються вранці, після сну, потім вона поступово зростає, досягаючи граничних величин вдень, а до вечора поступово знижується. Сприяє збільшенню гнучкості (на 10-20 %) інтенсивна розминка, що зігрівають процедури - масаж, гаряча ванна, спеціальні мазі, тобто будь-які процедури, сприяючі підвищенню температури м'язово-сухожилкових одиниць. Навіть локальне нагрівання суглоба (до 45 °С) може на 10-20 %

підвищити гнучкість. В той же час охолодження суглоба до 18 °С знижує рівень гнучкості на 10-20 %.

Методика розвитку гнучкості.

Загальнопідготовчі вправи, що використовуються для розвитку гнучкості, є рухами, що базуються на згинанні, розгинанні, нахилах, поворотах. Ці вправи спрямовані на підвищення рухливості в усіх суглобах і здійснюються без урахування специфіки виду спорту. Допоміжні вправи підбирають з урахуванням характеру рухливості в суглобах для успішного вдосконалення в даному виді спорту і з урахуванням характерних для нього рухів, що вимагають максимальної рухливості, а спеціально-підготовчі вправи підбирають відповідно до вимог до основних рухових дій, що висуваються специфікою змагальної діяльності. Для підвищення рухливості в кожному суглобі використовують комплекс споріднених вправ, що різносторонньо впливають на суглобові з'єднання і м'язи, які обмежують рівень гнучкості.

Засоби для розвитку гнучкості включають вправи, що розвивають пасивну або активну гнучкість. Розвитку пасивної гнучкості сприяють пасивні рухи, що виконуються за допомогою партнера і різних обтяжили (гантелі, амортизатори, еспандери і ін.), з використанням власної сили (притягування тулуба до ніг, ніг до грудей, згинання грона однієї руки інший і ін.) або власної маси тіла; статичні вправи – утримання кінцівки в положенні, що вимагає граничного прояву гнучкості.

Активну гнучкість розвивають вправи, що виконуються з обтяженнями і без них: махові і пружні рухи, ривки і нахили. Застосування обтяжень (гантелі, набивні м'ячі, гриф штанги, амортизатори, силові тренажери) підвищує ефективність вправ унаслідок збільшення амплітуди рухів за рахунок використання інерції.

Проте у зв'язку з високою небезпекою травматизму слід дотримуватися певних правил, таких як інтенсивна розминка, попереднє статичне розтягування м'язів і сухожилків.

В процесі розвитку гнучкості рухи можуть бути пасивними (амплітуда руху забезпечується зусиллями партнера або спеціального тренажера), пасивно-активними (на початку руху використовується допомога партнера, а після досягнення максимальної амплітуди потрібно самостійно утримувати положення), активними за допомогою партнера (розтягування за рахунок довільного скорочення м'яза, після досягнення максимальної амплітуди рух завершує партнер), активними, коли розтягування забезпечується виключно за рахунок скорочення м'язів-антагоністів.

Вправи на розвиток гнучкості можуть складати програми окремих тренувальних занять. Проте частіше їх планують в комплексних заняттях, в яких разом з розвитком гнучкості проводиться силова підготовка

спортсменів. Вправи на гнучкість включаються в розминку перед тренувальними заняттями, у частину ранкової зарядки.

Активна гнучкість розвивається в 1,5-2 рази повільніше за пасивну. Різний час потрібний і на розвиток рухливості в різних суглобах. Швидше підвищується рухливість в плечовому, ліктьовому, променево-зап'ястковому суглобах, повільніше - в кульшовому і суглобах хребетного стовпа.

Програма занять, спрямованих на розвиток гнучкості, передбачає виконання вправ з поступовим збільшенням швидкості і амплітуди рухів. Спочатку повинні виконуватися статичні вправи, потім повільні розтягування з поступово зростаючою амплітудою рухів, потім швидкі розтягування з невеликою амплітудою руху і розтягування з повною амплітудою рухів. До речі, добре розігріта м'язова і сполучна тканини зберігають підвищений рівень гнучкості в результаті виконання комплексу вправ на розтягування протягом 1-1,5 год.

Робота над розвитком гнучкості може бути розділена на два етапи:

- 1) етап збільшення рухливості в суглобах;
- 2) підтримка рухливості в суглобах на досягнутому рівні.

Розвиток рухливості здійснюється на першому етапі підготовчого періоду тренування. На другому етапі підготовчого і в змагальному періодах рухливість в суглобах підтримується на досягнутому рівні, а також розвивається рухливість в тих суглобах, в яких вона найбільш важлива для досягнення високих результатів у змагальній вправі.

На етапі збільшення рухливості в суглобах робота над розвитком гнучкості повинна проводитися щодня. На етапі підтримки рухливості в суглобах на досягнутому рівні заняття можуть проводитися рідше – 3-4 рази на тиждень; обсяг роботи може бути дещо скороченим. Проте повністю виключати роботу над розвитком або підтримкою гнучкості не можна на жодному з етапів тренувального року. У разі припинення тренування гнучкість досить швидко повертається до початкового або близького до нього рівня.

Час, що витрачається щодня на розвиток гнучкості, може варіюватися від 20-30 до 45-60 хв. Ця робота може по-різному розподілятися протягом дня: 20-30 % загального об'єму включається в ранкову зарядку і розминку перед тренувальними заняттями, решта вправ планується в програмах тренувальних занять.

Застосування вправ, спрямованих на розвиток гнучкості, вимагає інтенсивного попереднього розігрівання за допомогою гімнастичних вправ, повільного бігу, масажу. Тільки після початку потовиділення можна приступати до розтягування.

Велике значення має раціональне чергування вправ на гнучкість з вправами іншої спрямованості, перш за все силової. Одним з широко

поширених поєднань є чергування силових вправ з відповідними вправами, спрямованими на розвиток гнучкості. Це сприяє підвищенню ефективності силового тренування, проте виявляється недоречним для розвитку гнучкості, оскільки від повторення до повторення призводить до деякого зменшення амплітуди рухів. В той же час вправи на гнучкість можуть з чергуватися з вправами, що вимагають прояву швидкості, спритності, з вправами на розслаблення.

Не менш важливою є послідовність виконання вправ, що розвивають рухливість в різних суглобах. Лише закінчивши виконання вправ, спрямованих на розвиток рухливості в одному суглобі, слід переходити до вправ для наступного суглоба. Немає особливого значення те, з якого суглоба починають розвивати гнучкість, хоча зазвичай починають з вправ, що залучають до роботи великі групи м'язів.

На ранніх етапах тренувального року переважають засоби розвитку пасивної гнучкості, що створює основу для подальшої роботи над розвитком активної гнучкості. Надалі обсяг вправ для розвитку активної гнучкості збільшується.

Найвищі показники гнучкості спостерігаються об 11-18 год, зранку та ввечері рухливість в суглобах знижена.

При виконанні силових вправ необхідно акцентувати увагу на максимально можливій амплітуді рухів, що є обов'язковою умовою одночасного розвитку гнучкості. Особливу увагу слід звернути на ексцентричні вправи, що передбачають прояв силових якостей і мобілізацію рухових одиниць при розтягуванні м'яза. Робота уступаючого характеру супроводжується зменшенням кількості залучених рухових одиниць, збільшенням навантаження на окремі м'язові волокна, що сприяє підвищенню їх еластичності.

Характер вправ, їх амплітуда, чергування і величина опорів. Для розвитку гнучкості використовують повільні рухи і вправи статичного характеру. Рухи балістичного типу, які є обов'язковими для розвитку спеціальної гнучкості в різних видах спорту, повинні використовуватися з великою обережністю і лише після періоду базової підготовки та ефективною розминки.

Статичне виконання найбільш ефективне для розтягування м'язової і сполучної тканин і підвищення гнучкості. Однак гнучкість, розвинута за допомогою цього прийому, не є специфічною, тобто не пов'язана з технікою основних рухових дій, їх нейрорегуляторним, фізіологічним і біохімічним забезпеченням, тому повноцінний розвиток гнучкості можливий лише на основі комплексного застосування статичних і балістичних вправ, що враховують специфіку виду спорту.

Для розвитку динамічної гнучкості найбільш прийнятні вправи балістичного типу, які доповнюють статичні. Однак у і них є певні недоліки: вони менш

ефективні в порівнянні з вправами, що передбачають повільне розтягування із застосуванням невеликої сили і фіксацією положень при максимальному розтягуванні. Менша ефективність вправ балістичного типу обумовлена дією захисного рефлексу розтягування, який виявляється при швидкому розтягуванні м'яза і виражається в збільшенні м'язової напруги, що ускладнює розтягування м'язової і сполучної тканин. При цьому пасивні вправи дуже ефективні для розтягування м'язів-антагоністів, а активні рухи сприяють зміцненню і вдосконаленню міжм'язової координації м'язів-антагоністів.

Оптимальна амплітуда рухів припускає розтягування до появи явної напруги і відчуття дискомфорту, больового порогу, але не до появи болю, досягнення межі еластичності м'язів і сполучної тканини.

Виконання вправ з надмірною амплітудою в умовах граничного допустимого розтягування м'язів і сполучної тканини, на межі анатомічної рухливості суглобів, супроводжується больовими відчуттями і може викликати гіпермобільність або «розпущеність» суглобів – явище, яке до певної міри може привести до переваг в окремих видах спорту (наприклад, гімнастика, плавання, фігурне катання і ін.), проте можливі небезпечні наслідки. Гіпермобільність різко підвищує вірогідність травм суглобів, сприяє розвитку остеоартрозу, негативно впливає на пропріоцептивну чутливість. Показником гіпермобільності може служити, наприклад, здатність випрямляти ліктьові або колінні суглоби більш ніж на 10°, надмірний діапазон згинання назад гомілковостопного суглоба і вивертання стопи. Розвиток гіпермобільності суглобів може стимулюватися також структурою суглобів, станом м'язової і сполучної тканин. Негативні наслідки гіпермобільності суглобів починають гостро виявлятися після закінчення спортивної кар'єри, коли відбувається процес деадаптації м'язової і сполучної тканин, що знижує можливості їх протидії негативним наслідкам «розпущеності» суглобів.

При плануванні роботи, спрямованої на розвиток гнучкості, можуть бути виділені три зони: 1) фізіологічна (активна і пасивна), 2) парафізіологічна, 3) патологічна.

Виконання вправ до межі еластичності бар'єру опору може бути пов'язане з певним дискомфортом, але незначними больовими відчуттями. Виконання вправ в цій зоні при використанні як активного, так і пасивного розтягування сприяє розвитку гнучкості. Прагнення виконувати вправи в парафізіологічному просторі з виникненням болю на початковому етапі може призвести до позитивних результатів, проте існує вірогідність отримання травми. Прагнення при виконанні вправ на розтягування перейти межу анатомічної цілісності неминуче приводить до травм – розтягувань, розривів, «розпущеності» суглобів.

При швидкому розтягуванні розслабленого м'яза виникає природний захисний рефлекс: від чутливих нервових закінчень, розташованих в м'язовій тканині і сухожилках, в центральну нервову систему надходять імпульси, стимулюючи напруження м'яза, її протидію примусовому розтягуванню. Попереднє скорочення м'язів викликає зворотну реакцію: від нервових закінчень надходить інформація, що стимулює мимовільне розслаблення м'язів. У практичній роботі цей прийом реалізується таким чином: після інтенсивної розминки проводиться 5-6 с довільне напруження м'язів, потім поступове планомірне (5-6 с) примусове розтягування м'язів з подальшою затримкою (5-6 с) в умовах граничного розтягування. У кожній вправі може бути від 2 до 6 повторень.

Ефективним методичним прийомом подолання напруги м'язів є наступний. Після досягнутого стану розтягування м'яза протягом 10-15 с забезпечується його утримання. Кожну вправу доцільно виконувати 5-6 разів.

Чергування вправ, спрямованих на розвиток силових якостей і підвищення рухливості в суглобах, допомагає забезпечити велику амплітуду рухів при виконанні більшості вправ. Кожна силова вправа незалежно від спрямованості призводить до зменшення рухливості в порівнянні з результатами попереднього вимірювання; кожна вправа, спрямована на підвищення рухливості в суглобах, пов'язана із значним збільшенням гнучкості.

При виконанні вправ, що сприяють одночасному розвитку сили і гнучкості, ефективними є 3-5-секундні затримки у фазі найбільшого розтягування м'язів. Розтягуванню м'язів сприяє їх попереднє скорочення, а також ізометричне скорочення заздалегідь розтягнутого м'яза з подальшим розслабленням і подальшим пасивним розтягуванням.

Існує певна залежність між рівнем гнучкості і тривалістю роботи. На початку роботи спортсмен не може досягти повної амплітуди рухів, вона зазвичай складає 80-95 % від максимально можливої і залежить від ефективності попередньої розминки і рівня попереднього розслаблення м'язів. Поступово гнучкість збільшується і максимальне розтягування м'язової і сполучної тканин відбувається протягом перших чотирьох розтягувань тривалістю 30-60 с кожне. Подальші вправи дозволяють лише зберегти амплітуду руху. Проте до найбільшого ефекту призводить 30-60-секундна вправа.

Тривалість вправ залежить від віку і статі спортсмена. Кількість повторень у юних кваліфікованих спортсменів (12-14 років) може бути в 1,5-2 рази меншою, ніж у дорослих. Тривалість роботи у жінок повинна бути на 10-15 % меншою, ніж у чоловіків. В залежності від характеру тривалість вправ може коливатися від 20 с до 2-3 хв і більш. Активні статичні

вправи зазвичай нетривалі. Пасивні згинальні і розгинальні рухи можуть виконуватися тривалий час.

Темп рухів повинен бути невисоким – м'язи піддаються більшому розтягуванню.

Величина обтяжень не повинна перевищувати 50 % від рівня силових можливостей. При виконанні повільних рухів з примусовим розтягуванням обтяження достатньо великі, а при використанні махових рухів цілком – не більше 1-3 кг.

Інтервали відпочинку між окремими вправами повинні забезпечувати виконання чергової вправи в умовах відновленої працездатності спортсмена.

Контроль за рівнем гнучкості

Контроль за рівнем гнучкості спрямований на виявлення здатності спортсмена виконувати рухи з великою амплітудою.

Контроль активної гнучкості здійснюється шляхом кількісної оцінки здатності спортсменів виконувати вправи з великою амплітудою за рахунок активності скелетних м'язів. Пасивна гнучкість характеризується амплітудою рухів, що досягається при використанні зовнішніх сил (допомога партнера, застосування тих, що обтяжили, блокових пристроїв і ін.). Показники пасивної гнучкості завжди вищі за показники активної гнучкості. Різниця між активною і пасивною гнучкістю відображає **величину резерву** для розвитку активної гнучкості. Оскільки гнучкість залежить не тільки від анатомічних особливостей суглобів, але і від стану м'язового апарату спортсмена, в процесі контролю виявляється показник дефіциту активної гнучкості як різниця величин активної і пасивної гнучкості.

У спортивній практиці для визначення рухливості в суглобах використовують **кутові і лінійні вимірювання**. При лінійних вимірюваннях на результатах контролю можуть позначитися індивідуальні особливості обстежуваних, наприклад, довжина рук або ширина плечей, які впливають на результати вимірювань при нахилах вперед, тому у всіх випадках, по можливості, слід прийняти заходи до усунення цього впливу. Так, при виконанні викруту з палицею ефективним є визначення індексу гнучкості – показника відношення ширини хвату (см) до ширини плечей (см). Проте необхідність в цьому виникає лише при порівнянні рівня гнучкості у спортсменів з різними морфологічними особливостями.

Максимальна амплітуда рухів спортсмена може бути виміряна різними методами: гоніометричним, оптичним, рентгенографічним.

Гоніометричний метод припускає використання механічного або електричного кутоміра-гоніометра, до однієї з ніжок якого прикріплений транспортер. При визначенні амплітуди рухів ніжки гоніометра фіксуються на подовжніх осях сегментів, утворюючих суглоб.

Оптичний метод пов'язаний з відеореєстрацією рухів спортсмена, на

суглобових точках тіла якого закріплені маркери. Обробка результатів зміни положення маркерів дозволяє визначити амплітуду рухів.

Рентгенографічний метод може бути використаний у випадках, коли необхідно визначити анатомічно допустиму амплітуду руху в суглобі.

Рухливість в суглобах хребетного стовпа визначають за ступенем нахилу тулуба вперед. Спортсмен стає на лаву і нахиляється максимально вперед, не згинаючи ніг в колінних суглобах. Рухливість в суглобах оцінюється за відстанню від краю лави до середніх пальців рук (см): якщо пальці виявляються вищими за край лавки, то величина рухливості недостатня; чим нижче пальці рук, тим вищою є рухливість в суглобах хребетного стовпа.

Рухливість хребетного стовпа під час бокових рухів оцінюють за різницею між відстанню від підлоги до середнього пальця руки при положенні спортсмена в основній стійці і при нахилі до межі убік.

Для вимірювання рухливості при розгинальних рухах хребетного стовпа спортсмен нахиляється максимально назад з вихідного положення стоячи, ноги на ширині плечей. Вимірюється відстань між шостим шийним і третім поперековим хребцями.

Рухливість в плечовому суглобі. Спортсмен сидить на підлозі, випрямивши спину. Прямі ноги витягнуті вперед (в області колін притиснуті до підлоги). Прямі руки витягнуті вперед на висоті плечей, долонями всередину. Інший спортсмен, стоячи за спиною обстежуваного, нахиляється до нього і, узявши за руки, відводить їх максимально назад в строго горизонтальній площині. Обстежуваний не повинен згинати спину, змінювати положення долонь. Якщо руки його наблизяться одна до іншої на відстань 15 см без особливого зусилля з боку помічника, значить, спортсмен володіє середньою гнучкістю; якщо руки стикнуться або схрестяться, величина гнучкості вище середньої.

При іншому способі оцінки рухливості в плечовому суглобі спортсмен лежить на спині на гімнастичній лавці, голова – на краю лавки. Руки опущені (пасивно – під власною вагою) за голову. Вимірюється кут між повздовжньою віссю плеча і горизонтальною площиною. При хорошій рухливості лікті опускаються нижче за горизонтальну площину на 10-20°, при поганій рухливості руки розташовані горизонтально або вище за рівень лавки.

Рухливість в гомілковостопному суглобі. Для визначення рухливості при згинанні стопи спортсмен сідає на лаву, ноги разом, випрямлені в колінних суглобах, потім максимально згинає стопу. Якщо стопа утворює пряму лінію з гомілкою (кут 180°), то гнучкість оцінюється як вище середньої: чим менше цей кут, тим гірше рухливість в гомілковостопному суглобі.

Для спортсменів ряду спеціалізацій (наприклад, плавання способом

брас, воротарі в хокеї на льоду, борці вольного стилю і ін.) велике значення має здібність до ротації назовні в колінних і кульшових суглобах. При ротації в колінних суглобах спортсмен знаходиться в положенні стоячи на колінах, п'яти разом. Розвівши стопи назовні, які знаходяться в положенні згинання, він переходить в сід на п'ятах. Вимірюється кут пасивної ротації, тобто кут між осями стоп (лінія середини п'яти і другого пальця). Хороша рухливість спостерігається, коли кут складає 150° і більше (візуально: п'яти не вище 3 см від підлоги); недостатня рухливість – 90° і менше (візуально: кут між осями стоп менше прямого). При ротації в кульшових суглобах спортсмен лежить на гімнастичній лавці, випрямлені ноги разом, стопи розслаблені, потім повертає стопи максимально досередини. Вимірюється кут активної ротації між осями стоп. Хороша рухливість – при куті 120° і більше (візуально: другий палець знаходиться на рівні нижнього краю п'яти); погана рухливість – 90° і менше (візуально: кут між стопами менше прямого кута).

Загальна характеристика координаційних якостей

У структурі координаційних якостей (здібностей) спортсмена, перш за все, слід виділяти сприйняття і аналіз власних рухів, наявність образів, динамічних, тимчасових і просторових характеристик рухів власного тіла і різних його частин в їх складній взаємодії, розуміння рухового завдання, що стоїть, формування плану і конкретного способу виконання руху. Усе це залежить від ефективної **ефекторної імпульсації** м'язів і м'язових груп, які необхідно залучити до високоефективного, з погляду координації, виконання руху. Важливим чинником, що визначає рівень координації, є також оперативний контроль за виконуваними рухами і обробка його результатів. У цьому механізмі особливу роль грає точність аферентних імпульсів, що надходять від рецепторів м'язів, сухожилків, зв'язок, суглобових хрящів, а також зорового і вестибулярного аналізаторів, ефективність їх обробки центральною нервовою системою.

Розглядаючи **м'язово-суглобову чутливість** як найважливішу передумову ефективності аферентної імпульсації, слід зазначити вибірковість її формування в строгій відповідності до специфіки видів спорту, технічного арсеналу конкретного спортсмена. Тому, при цілеспрямованому розвитку м'язово-суглобової чутливості слід орієнтуватися на різноманітність вправ, широку варіативність їх динамічних і просторово-часових характеристик, необхідність залучення до роботи окремих м'язів і суглобів.

Рівень координаційних здібностей багато в чому залежить від **моторної (рухової) пам'яті** - властивості центральної нервової системи запам'ятовувати рухи і відтворювати їх. Моторна пам'ять спортсменів

високого класу, які спеціалізуються в складно координаційних видах спорту, одноборствах і спортивних іграх, містить безліч навиків різної складності. Це забезпечує прояв високого рівня координаційних здібностей в найрізноманітніших умовах, при засвоєнні нових рухів, відтворенні найбільш ефективних рухів при дефіциті часу, простору, в стані втоми, у протиборстві з суперником, при необхідності імпровізації в несподіваних складних ситуаціях. Саме наявність численних «заготовок» в моторній пам'яті зумовлює швидкі і ефективні рухові дії в умовах, коли центральна нервова система не встигає переробити інформацію, що надходить від рецепторів.

Важливим чинником, що зумовлює рівень координаційних здібностей, є **ефективна внутрішньом'язова і міжм'язова координація**. Здатність швидко активізувати необхідну кількість рухових одиниць, забезпечити оптимальну взаємодію м'язів-синергістів і м'язів-антагоністів, швидкий і ефективний перехід від напруження м'язів свідчать про високий рівень координаційних здібностей.

Найважливішим елементом координаційних здібностей спортсмена є **досконалість механізму нервово-м'язової передачі імпульсів**, що передбачає можливість підвищення імпульсації мотонейронів, рекрутування додаткових мотонейронів. У реальній тренувальній діяльності ці процеси протікають в складному органічному взаємозв'язку, обумовленому структурою рухів, рівнем прояву різних рухових якостей, психологічною установкою і зумовлюють ефективність між- і внутрішньом'язової координації. Ефективність такої координації виявляється в оптимальній взаємодії м'язів, доцільної активації і деактивації рухових одиниць і м'язових волокон окремого м'яза.

Вдосконалення процесів нервово-м'язової передачі імпульсів, що підвищують ефективність між- і внутрішньом'язової координації значною мірою впливає на рівень розвитку і здібність до реалізації всіх рухових якостей і техніко-тактичних елементів. Доведений великий вплив ефективності нервово-м'язової передачі імпульсів на рівень розвитку і прояв силових якостей, гнучкості, витривалості, швидкісних і координаційних здібностей.

Методика підвищення ефективності нервово-м'язової передачі заснована на різноманітності і взаємозв'язку рухових дій, режимів скорочення і розслаблення м'язів, способів психічної регуляції і контролю за ефективністю рухових дій і фізичних якостей: чим більше об'єм, різноманітність та інтенсивність рухових дій, особливо заснованих на специфічному матеріалі конкретного виду спорту, чим ширше діапазон активації рухових одиниць, тим ефективніше протікає процес вдосконалення між- і внутрішньом'язової координації. Для підвищення ефективності процесу адаптації в цьому напрямі широко використовуються методи об'єктивної і суб'єктивної оцінки

ефективності нервово-м'язової регуляції, спеціальні тренажери, засоби психологічної дії, фізичні засоби активації м'язової діяльності і відновних реакцій.

Велике значення для підвищення рівня координаційних здібностей має адаптація діяльності різних аналізаторів до специфічних особливостей конкретного виду спорту. Під впливом тренування функції багатьох аналізаторів поліпшуються, що виражається, наприклад, в зниженні порогів пропріоцептивної чутливості. Так, у важкоатлетів і боксерів спостерігається висока чутливість рухового аналізатора при рухах в ліктьовому і плечовому суглобах, у лижників, стрибунів і слалому – при рухах в гомілковостопних суглобах. Вдосконалення функцій зорового апарату (збільшення поля зору, поліпшення глибинного зору) спостерігається у представників спортивних ігор. В деяких випадках відбувається і зниження чутливості, наприклад, у боксерів знижується больова і тактильна чутливість в тих частинах тіла, які часто піддаються ударам.

Координаційні здібності, засновані на проявах **рухових реакцій і просторово-часових антиципації**, є передумовами ефективної діяльності спортсменів в несподіваних ситуаціях. Передбачати дистанційні взаємодії з партнерами і суперником, переключатися від одних дій до інших, вибирати момент для початку дій – найбільш поширені спеціалізовані уміння спортсменів, які вимагають розвитку наступних здібностей:

- диференціювати і антиципувати (передбачати) просторово-часові компоненти змагальних ситуацій;
- вибирати момент початку рухів для успішної протидії суперникові або взаємодії з суперником по команді;
- адекватно визначати напрями, амплітуду, швидкісні характеристики, глибину і ритм дій своїх, суперника і партнера.

Всі ці здібності розвиваються в процесі відпрацювання обумовлених дій, дій з вибором, переключенням; у вправах, що ставлять завдання до варіювання швидкістю, ритмом, амплітудою дій, часовими параметрами взаємодії з суперником (партнером).

Специфічні координаційні здібності навіть у спортсменів високої кваліфікації розвинені неоднаково. У кожного спортсмена є свої сильні і слабкі сторони підготовленості, причому перші можуть компенсуватися наявністю других.

Відзначимо найбільш типові варіанти компенсацій:

- недоліки тактичного мислення компенсуються швидкістю рухових реакцій, стійкістю і розподілом уваги, відчуттям часу, дистанції, моменту і др.;
- недоліки розподілу уваги компенсуються швидкістю сприйняття і розумових операцій, точністю м'язово-рухової диференціації і др.;

- недоліки переключення уваги компенсуються швидкістю рухових реакцій, здатністю точно прогнозувати зміну ситуації, відчуття часу; недостатня швидкість рухових реакцій компенсується здібністю до прогнозування, відчуттям дистанції, часу, простору, розподілом уваги і його стійкістю, тактичним мисленням;

- недостатня точність рухової диференціації компенсується увагою, швидкістю рухових реакцій, відчуттям часу.

Координаційні здібності спортсмена специфічні для кожного виду спорту. Їх можна диференціювати на окремі види за особливостями прояву, критеріями оцінки і чинниками, що їх обумовлюють.

Можна виділити наступні відносно самостійні види координаційних здібностей:

- оцінка і регуляція динамічних і просторово-часових параметрів рухів;
- збереження стійкості (рівновага);
- відчуття ритму;
- орієнтування в просторі;
- довільне розслаблення м'язів;
- координованість рухів (спритність).

У реальній тренувальній і змагальній діяльності всі ці здібності виявляються не в чистому вигляді, а у складній взаємодії. У конкретних ситуаціях окремі координаційні здібності відіграють провідну роль, інші – допоміжну, при цьому можлива миттєва зміна ролі різних здібностей у зв'язку із зовнішніми умовами. Особливо яскраво це проявляється в спортивній гімнастиці, акробатиці, спортивних іграх, одноборствах, гірськолижному спорті, тобто у всіх тих видах, в яких результат значною мірою залежить саме від координаційних здібностей.

Кожен з видів спорту не тільки висуває різні вимоги до координаційних здібностей в цілому, але і зумовлює необхідність максимального прояву їх окремих видів. У важкій атлетиці, метанні молота вирішальне значення має рівновага і відчуття ритму; у плаванні, веслуванні, ковзанярському і велоспорті (гонки переслідування) – оцінка і регуляція просторово-часових і динамічних параметрів рухів, відчуття ритму; у різних видах боротьби – збереження рівноваги, статокінетична стійкість, здібність до перебудови рухів, орієнтування в просторі.

В той же час незалежно від виду спорту координаційні здібності, що залежать від морфофункціональних і психологічних чинників, пов'язані із технічною майстерністю спортсмена та визначають її рівень.

Методика розвитку спритності.

Найвищі результати демонструють спортсмени, які добре відчують, тобто володіють високим рівнем сенсорноперцептивних можливостей. Це

виявляється у таких спеціалізованих сприйняттях (відчуттях), як відчуття води, льоду, снігу, доріжки, м'яча, килима, дистанції, часу, суперника, партнера.

Здібність до регуляції параметрів рухів зумовлюється точністю рухових відчуттів, що доповнюються слуховими і зоровими.

Спортсмени високого класу володіють дивовижними здібностями відносно оцінки і регуляції динамічних часових і просторових параметрів рухів. Наприклад, плавці здатні долати 100-метрові відрізки із заданим часом (наприклад, 54,0 с; 56,0; 58,0; 60,0; 62,0 с), припускаючись помилки, що не перевищує в середньому 0,2-0,3 с. Не менш вражають, наприклад, здатності баскетболістів або боксерів регулювати силу кидка або удару, оцінювати дистанцію або час.

В основі методики вдосконалення здібності до оцінки і регуляції рухів повинен лежати такий підбір тренувальних засобів, який забезпечує підвищені вимоги до діяльності аналізаторів щодо точності динамічних і просторово-часових параметрів рухів.

Ефективним є застосування вправ з акцентом на точність їх виконання за параметрами часу, зусиль, темпу, простору.

У практиці використовуються вправи, що висувають підвищені вимоги до м'язового відчуття за рахунок виключення або обмеження зорового і слухового контролю за руховими діями. Такі вправи широко застосовуються в плаванні, різних видах боротьби, спортивних іграх, спортивній гімнастиці, акробатиці.

Для формування відчуття ритму наприклад, в бігу або плаванні використовуються звукові або світлові темпо- і ритмолідери, сприяючі виробленню оптимального темпу і ритму циклічних рухів.

При вдосконаленні здібностей щодо пропріоцептивної чутливості використовують вправи, спрямовані на підвищення виразності м'язово-рухового сприйняття або відчуття м'яча, планки, бар'єру, снаряда. Наприклад, для підвищення відчуття м'яча при кидку, ударі, прийомі, передачі застосовують м'ячі різного розміру і маси, широку варіативність сили кидків і ударів і дальності польоту; для підвищення відчуття снаряда використовують ядра і списи різного розміру і маси, жердини різної довжини і з різними пружними властивостями.

Важливим елементом в методиці підвищення здібності до оцінки і регуляції динамічних і просторово-часових параметрів рухів є широке варіювання різних навантажень (за характером вправ, інтенсивністю, тривалістю та режимом роботи, характером відпочинку). Особливе місце має бути приділене різноманітності обтяжень.

Слід пам'ятати, що в систему управління рухами включена сенсорна інформація від суглобового і м'язового апарату, що адекватно відображає

динамічні і кінематичні характеристики рухів. Зміни обтяжень, особливо в діапазоні, що наближається до граничного рівня, активізують функціонування сенсорної системи, призводять до зниження порогів суглобовий-м'язової чутливості і поліпшення здібності до диференціації і обробки аферентної сигналізації. Цим забезпечується вдосконалення сенсорного синтезу, підвищується точність дозування, своєчасність корекції робочих зусиль, формування доцільного кінестетичного образу рухової дії.

Ефективним прийомом, що використовується для формування кінестетичних образів рухів, є активізація функції одних аналізаторів за рахунок штучного виключення інших. Зокрема, виключення зорового аналізатора (виконання складнокоординованих рухів із закритими очима) підсилює функцію пропріоцептивної чутливості і сприяє підвищенню ефективності управління динамічними, просторовими і тимчасовими параметрами рухів.

Методика розвитку здатності до рівноваги

Рівновага як здатність до збереження пози може проявлятися як в статичних, так і в динамічних умовах, при наявності опори або в безопорному положенні.

Основні вимоги до рівноваги висувають такі види спорту як гімнастика, акробатика, різні види боротьби, спортивні ігри, гірськолижний спорт, стрибки у воду. В кожному з цих видів спорту рівновага проявляється в різноманітних положеннях тіла, в статичних і динамічних умовах, при наявності опори і в безопорному положенні.

В інших видах спорту прояви рівноваги менш різноманітні, проте здібність до збереження стійкості пози відіграє важливу роль для досягнення високих спортивних результатів.

До чинників, що обумовлюють здібність до збереження рівноваги, належить сукупна мобілізація можливостей зорової, слухової, вестибулярної і сомато-сенсорної систем.

Існує два механізми збереження рівноваги. Перший з них проявляється, коли основним руховим завданням є збереження рівноваги. В цьому випадку підтримка пози є результатом регуляторного механізму, що діє на основі постійних корекцій. Усунення незначних порушень рівноваги здійснюється за допомогою рефлекторної напруги м'язів, а істотних – за рахунок швидкого рефлекторного переміщення у бік стабільної площі опори.

Другий механізм реалізується, коли складно координований рух включає послідовність поз, і кожна з них є складовою частиною програми рухової дії.

При реалізації обох механізмів основна роль належить переробці аферентної імпульсації, що надається від аналізаторів. При цьому основну роль відіграє суглобовий-м'язова пропріорецепція, додаткова інформація

надходить від зорового і вестибулярного аналізаторів.

Систему збереження рівноваги можна уявити як сукупність підсистем, що є відносно автономними. Кожна підсистема прагне до мінімізації рухової взаємодії з іншими підсистемами на користь енергетично економних, біомеханічно доцільних рухів. При цьому для підсистем центральною нервовою системою встановлюються тільки загальні правила взаємодії. Дійсно, кількість різних положень (поз), які може прийняти спортсмен, така велика, що «переробити» всі можливі пози не тільки недоцільно, але і безрозсудно, тому вибір необхідного варіанту ведеться не послідовним перебором всіх можливих рухів взагалі. Спортсмени вирішують завдання побудови рухів і вироблення нових їх поєднань за допомогою індивідуальних ефективних способів.

Здібність до підтримки ефективної пози, збереженню стійкості визначається також рядом специфічних чинників, характерних для різних видів спорту. Наприклад, в різних видах боротьби це величина площі опори, величина механічної дії з боку суперника, уміння своєчасно створити великий кут стійкості в потрібному напрямку, змінити позу відносно площі опори, знизити центр тяжіння.

У гімнастиці і гірськолижному спорті велика роль відводиться здатності диференціювати просторові часові і динамічні параметри рухів, а також балансувати в суглобах (у гімнастиці – в гомілковостопних, плечових, в гірськолижному спорті – в колінних, кульшових), не порушуючи пози всього тіла. Під час стрільби з положення стоячи велика роль відводиться здатності стабілізувати положення гомілковостопних, колінних і кульшових суглобів, статичній силі і силовій витривалості м'язів ніг, тулуба, плечового поясу і рук. Велике значення мають також умови зовнішнього середовища: особливості трас – в гірськолижному спорті, велоспорті; стан поверхні води і вітру – у вітрильному спорті; особливості техніко-тактичних дій суперників – в різних видах одноборств і спортивних ігор (в умовах силового протиборства).

Механізми регуляції пози під час дії однотипних чинників не змінюються, тому існує позитивне перенесення здібності до підтримки стійкості в споріднених умовах (наприклад, утримання рівноваги на одній або двох ногах). Проте це стосується вправ, схожих за основними біомеханічними характеристиками рухів. Якщо умови різні (наприклад, гімнастичні вправи і боротьба в стійці), то зв'язок практично не виявляється.

Методика розвитку здатності до довільного розслаблення м'язів

Довільне розслаблення м'язів є одним з найважливіших чинників забезпечення ефективного виконання тренувальних і змагань вправ. При цьому різні м'язи і м'язові групи виконують різні функції. Одні забезпечують

виконання рухів і подолання опору за рахунок довільної напруги. Діяльність інших м'язів спрямована на збереження стійкості пози. М'язи, що не беруть участі в роботі, є розслабленими, що створює умови для економічного та вільного (з широкою амплітудою рухів) виконання вправ.

При виконанні різних вправ спостерігається безперервна зміна ступенів напруження і розслаблення різних м'язів і м'язових груп, швидке чергування складних композицій режимів діяльності різних м'язів.

З позицій вдосконалення здібностей до ефективного довільного м'язового розслаблення всі види спорту можуть бути розділені на дві основні групи.

До **першої групи** належать ті види, в яких склад рухових дій є строго детермінованим програмою змагальної діяльності: важка атлетика, спортивна гімнастика, легкоатлетичні метання і стрибки. Раціональна структура дій в цих видах спорту відома наперед, що створює передумови для вдосконалення здібності до довільного розслаблення м'язів, синхронізації діяльності м'язів-синергістів і м'язів-антагоністів стосовно конкретних елементів діяльності змагання.

Друга група видів спорту (спортивні ігри, одноборства, вітрильний спорт, дисципліни гірськолижного спорту) пов'язана з варіативністю рухових дій, необхідністю формування раціональних композицій діяльності м'язів в конкретних змагальних ситуаціях і неможливістю їх детального відпрацювання в процесі підготовки, що зумовлює і особливості методики вдосконалення здібності до довільного м'язового розслаблення.

Зайва напруженість м'язів, які не залучені в роботу і повинні бути розслаблені, може бути викликана чинниками:

- 1) біомеханічними, що є результатом виникнення реактивних сил при виконанні рухових дій з великою амплітудою і швидкістю;
- 2) фізіологічними, що виражаються в мимовільному напруженні м'язів унаслідок іррадіації (поширенню) збудження в центральній нервовій системі;
- 3) психолого-педагогічними, що виявляються в напруженні рухів унаслідок складності завдання (координаційна напруженість), емоційного збудження, бажання виконати рух з граничною мобілізацією функціональних можливостей (афекторна напруженість), або слабкості м'язів, коли спортсмен мимоволі намагається компенсувати цей недолік напругою м'язів, що не мають відношення до виконання даного руху;
- 4) умовами середовища, в якому виконуються рухові дії.

Однією з причин виникнення зайвої напруженості м'язів є втома. Навіть у стадії прихованої втоми, коли спортсмен підтримує стан високої працездатності, поступово зростає біоелектрична активність м'язів, що не беруть участь у виконанні вправи, як реакція компенсації зниження

функціональних можливостей м'язів, що виконують основне навантаження. Під час явної втоми ця реакція стає ще більш вираженою, спортсмен часто втрачає здібність до ефективного довільного розслаблення м'язів, що різко негативно позначається на формі і структурі рухів.

Підвищене напруження м'язів істотно знижує координованість рухів, зменшує їх амплітуду, обмежує прояв швидкісних і силових якостей, приводить до зайвих енергетичних витрат, знижуючи економічність роботи і витривалість.

Для вдосконалення здібності до довільного розслаблення м'язів необхідне застосування вправ, що вимагають поступового або різкого переходу від напруження м'язів до їх розслаблення, вправ, в яких напруження одних м'язів супроводжується максимальним розслабленням інших (наприклад, максимальне напруження м'язів правої руки при повному розслабленні лівої, напруження м'язів верхнього плечового поясу при розслабленні м'язів обличчя); вправи, в яких потрібно підтримувати рух за інерцією розслабленої частини тіла за рахунок рухів інших частин (наприклад, махи розслабленою ногою, колові рухи розслабленими руками). Вдосконаленню здібності до розслаблення м'язів сприяє ефективне чергування ізометричної напруги (1-3 с) з подальшим повним розслабленням.

У системі спортивної підготовки широко поширені вправи, в процесі виконання яких спортсмен вводить елементи активного розслаблення м'язів, що не беруть основної участі в роботі (наприклад, під час тривалого бігу підняти руки, струсити їх і кинути розслаблені руки вниз).

Методичні прийоми до вправ, спрямованих на підвищення здібності до довільного розслаблення м'язів:

- формування у спортсменів установки на необхідність розслаблення м'язів, швидкий перехід від напруження до розслаблення;
- максимальна різноманітність методики виконання вправ – робота в широкому діапазоні інтенсивності, різка зміна інтенсивності роботи, застосування вправ різної тривалості;
- виконання вправ з акцентом на розслаблення м'язів, в різних функціональних станах (стійкий стан, компенсована втома, явна втома);
- постійний контроль за розслабленням м'язів обличчя, що сприяє зниженню загальної напруженості м'язів.

До найважливіших чинників, що обумовлюють здібності спортсмена до ефективного довільного розслаблення м'язів, належить ефективність психічної регуляції роботи м'язів, толерантність до емоційного стресу, оптимальна психічна напруженість під час занять.

Вдосконаленню психічної регуляції роботи м'язів сприяє навчання спортсмена довільному напруженню і розслабленню м'язів і м'язових груп у всьому діапазоні їх активності – від граничного напруження до повного

розслаблення. Поступово у спортсмена зростає здатність точно диференціювати зусилля м'язових груп при виконанні різних вправ, варіювати їх активність. Постійний руховий і уявний контроль за величиною зусиль і ступенем м'язової активності призводить до того, що спортсмен починає запам'ятовувати, які відчуття асоціюються у нього з різним ступенем активності м'язів аж до їх повного розслаблення.

Слід пам'ятати, що підвищенню здібності до ефективного розслаблення м'язів сприяють вправи, що виконуються при невисокій психічній напруженості. Цьому сприяє виконання добре освоєних вправ, що не вимагає значної психічної напруги. Якщо вправи виконуються з партнером, то дії повинні бути взаємообумовленими, а несподіваних дій слід уникати. Ефективною є самостійна робота над технікою із зоровим контролем, з використанням дзеркал, відеокамер.

В тренуванні кваліфікованих спортсменів вправи з акцентом на розслаблення м'язів повинні виконуватися в ускладнених умовах – при дії збиваючих чинників (несподівані сигнали, складнопередбачувальні дії партнерів), в умовах дефіциту простору і часу (обмеження часу на виконання дій, завдань на зменшених стартових майданчиках), в умовах втоми.

В якості психорегулюючих засобів ефективними є ідеомоторне і аутогенне тренування.

Використання **ідеомоторного тренування** дозволяє багаторазово уявляти м'язові відчуття, що відповідають різному ступеню напруження м'язів і їх повного розслаблення. Уявне відтворення рухів з раціональним режимом напруження і розслаблення м'язів на основі зорової і кінестетичної інформації сприяє формуванню оптимального режиму м'язової активності в строгій відповідності з динамічною, просторово-часовою і ритмічною структурою рухових дій.

З системи **аутогенного тренування** використовуються формули самонавіяння, що сприяють вдосконаленню м'язової регуляції. Такі формули, орієнтовані як на розслаблення всіх м'язових груп, так і вибіркоче розслаблення окремих м'язів і м'язових груп, що несуть основне навантаження в конкретному виді спорту. Особливо ефективним виявляється методичний прийом, коли команда на повне розслаблення м'язів дається безпосередньо після примусового напруження м'язів в умовах імітації основних технічних прийомів конкретного виду спорту.

21.2 Технічна підготовка

Під **спортивною технікою** (технікою виду спорту) слід розуміти сукупність прийомів і дій, що забезпечують найбільш ефективне вирішення рухових завдань, обумовлених специфікою виду спорту, дисципліни, виду

змагань. Спеціалізовані положення і рухи спортсменів, що відрізняються характерною руховою структурою, але узяті поза ситуацією змагання, називаються **прийомами**. Прийом або декілька прийомів, вживаних для вирішення певного тактичного завдання, є **дією**.

Не слід ототожнювати поняття «спортивна техніка» і «технічна оснащеність» (підготовленість) спортсмена, як це іноді роблять, коли пропонують вводити два значення терміну «спортивна техніка»: 1) техніка виду спорту, 2) техніка конкретного спортсмена, що характеризується ступенем засвоєння системи рухів, складових арсеналу даного виду спорту.

Водночас поняття «техніка виду спорту» або «спортивна техніка» зовсім не те ж саме, що поняття «техніка виконання рухової дії» або «технічна підготовленість».

Технічна підготовленість – ступінь засвоєння спортсменом системи рухів, що відповідає особливостям виду спорту і спрямована на досягнення високих результатів. Технічну підготовленість не можна розглядати ізольовано, вона є складовою єдиного цілого, в якому технічні рішення пов'язані з фізичними, психічними, тактичними можливостями спортсмена, з умовами зовнішнього середовища, в якому виконується дія. Чим більшою кількістю прийомів і дій володіє спортсмен, тим краще він підготовлений до вирішення складних тактичних завдань, тим ефективніше він може протистояти атакуючим діям суперника і, одночасно, провокувати його до прийняття неадекватних ситуативних рішень.

Розвиток тактики спорту, зміна правил змагань, спортивного інвентарю значно впливають на зміст технічної підготовленості спортсменів. Так, в греко-римській боротьбі скорочення часу поєдинків, підвищення вимогливості суддів до активного ведення боротьби позначилося на характері і співвідношенні рухових дій кваліфікованих спортсменів.

Поява нового устаткування і інвентарю в лижному і гірськолижному спорті, стрибках на лижах з трампліну, санному спорті, бобслеї, спортивній гімнастиці, окремих видах легкої атлетики (метання списа, стрибки з жердиною) вплинуло на спортивну техніку, дозволивши спортсменам підвищити ефективність дій.

На розвиток спортивної техніки особливий вплив зробили результати наукових досліджень в області управління рухами, технічної підготовки спортсменів, що спеціалізуються в різних видах спорту. Ще в 1939 р. Д. А. Семеновим в книзі «Біомеханіка фізичних вправ», виданою під загальною редакцією Е. А. Котикової, було представлено біомеханічне обґрунтування техніки найбільш раціонального положення тіла стрибуну у висоту у момент переходу через планку. Щоб з блиском реалізувати в практиці спорту це теоретичне положення, знадобилося майже 30 років. У 1968 р. на Іграх XXII Олімпіади в Мехіко Р. Фосбері (США) завоював золоту

медаль, продемонструвавши новий спосіб стрибка у висоту, головною особливістю якого було положення стрибуну спиною до планки у момент переходу через неї. Цей спосіб отримав назву «**фосбері-флоп**».

Безліч нових варіантів спортивної техніки, ефективних прийомів і дій є наслідком спільної роботи тренерів і обдарованих спортсменів.

Рівень розвитку олімпійського спорту залишає все менше можливостей для серйозного покращення спортивної техніки. У теж час практика спорту постійно привносить принципові нововведення в спортивну техніку, що дозволяють істотно підвищити рівень спортивних результатів, навіть в тих видах спорту, які не пов'язані з використання спеціального інвентарю. Так, угорський фахівець Дай, спираючись на аналіз техніки рухів плавців і теорію руху океанських хвиль, запропонував шлях істотної зміни техніки плавання брасом: «У традиційному плаванні брасом існувала мертва точка загальної втрати швидкості після завершення роботи ніг і перед початком тяги руками. Мені подобався Девід Уїлки, коли встановлював світовий рекорд в Монреалі. Він гарно виконував рух вгору, плечі рухалися вгору у формі хвилі. Але мені не подобався наступний етап, коли він опускався прямо вниз. Я подумав, що повинен існувати спосіб, що забезпечує ривок з води, поєднаний з активним рухом вперед. Початок ривка вперед починається з кінчиків пальців на рівні підборіддя. У роботу включаються спочатку кисті, потім лікті, плечі і, нарешті, голова, яка нахиляється вперед. Необхідно буквально притиснути плечі до вух, опустити голову і в цьому положенні зробити ривок вперед. Потім цей ривок підхоплюється роботою ніг. Плечі і спина виконують хвилеподібний рух, тіло плавця як би ковзає по хвилі. У традиційному брасі замість ривка плавець опускає тіло у воду».

Упровадити в практику техніку хвилеподібного брасу вдалося в подальші роки, коли в правила змагань цим способом було внесено зміну, що дозволяє спортсменам виймати руки з води під час повернення в вихідне для гребка положення. В результаті впровадження нового варіанту брасу просування плавця вдалося зробити більш рівномірним, збільшити фазу ковзання при високій швидкості, хвилеподібні рухи плечей при коливаннях у вертикальній площині до 50 см і поєднати з невеликими коливаннями стегон. Швидке повернення рук у вихідне положення знизило до мінімуму втрати швидкості у фазі переходу від гребка руками до поштовху ногами.

Істотній зміні останніми роками піддана техніка бігу на довгі дистанції. Згідно традиційним уявленням, оптимальною є техніка стаєрського бігу, яка забезпечує велику довжину бігового кроку при відносно невисокому темпі рухів. Саме таку техніку бігу застосовували видатні спортсмени минулих років, зокрема чемпіон Ігор Олімпіади 1956 р. на дистанціях 5000 і 10000 м Владимир Куц. Останніми роками, перш за все під впливом досягнень багатьох видатних африканських спортсменів, фахівці приходять до

висновку, що ефективнішим і економічнішим є протилежний підхід: дуже висока частота бігових кроків (до 240-150 в 1 хв) при невеликій довжині. Подібний підхід вже багато років тому існує в плаванні: при розвитку втоми під час пропливання середніх і довгих дистанцій видатні плавці, не маючи можливості продовжувати рухи з високою потужністю, різко збільшують темп, що дозволяє їм зберегти, а іноді і збільшити рівень дистанційної швидкості.

У структурі технічної підготовленості виділяють **базові і додаткові рухи**.

Базові рухи і дії складають основу технічної підготовленості виду спорту. Без них неможлива ефективна змагальна боротьба з дотриманням існуючих правил.

Додаткові рухи і дії – це другорядні рухи і дії, елементи окремих рухів, характерні для окремих спортсменів і пов'язані з їх індивідуальними особливостями. Саме вони формують індивідуальну технічну манеру, стиль спортсмена.

На початкових етапах багаторічної підготовки в змаганнях спортсменів з невисоким рівнем технічної майстерності спортивний результат визначається досконалістю базових рухів і дій. На рівні вищої майстерності додаткові рухи, що визначають індивідуальність конкретного спортсмена, можуть виявитися вирішальним засобом в спортивній боротьбі.

Характеристики техніки спортивних вправ.

За ступенем засвоєння прийомів і дій технічна підготовленість характеризується трьома рівнями: 1) наявність рухових уявлень про прийоми і дії і спроб їх виконання; 2) формування рухового уміння; 3) утворення рухової навички.

Здібність до створення виразних уявлень про рухи є важливим чинником, що обумовлює як ефективність технічного вдосконалення, так і реалізацію освоєних умінь і навиків.

Рухове уміння відрізняють нестабільні і не завжди адекватні способи вирішень рухової задачі, значна концентрація уваги при виконанні окремих рухів, відсутність автоматизованого управління ними. Характерними особливостями **рухової навичок** є стабільність рухів, їх надійність і автоматизованість.

Результативність техніки обумовлюється її ефективністю, стабільністю, варіативністю, економічністю, мінімальною тактичною інформованістю для суперника.

Ефективність техніки визначається за її відповідністю поставленим завданням і високим кінцевим результатом; рівнем фізичної, технічної, психологічної і інших видів підготовленості.

Стабільність техніки пов'язана з її перешкодостійкістю, незалежністю

від умов змагань, функціонального стану спортсмена.

У сучасній тренувальній і змагальній діяльності є безліч «збиваючих» чинників: активна протидія суперників, прогресуюча втома, незвична манера суддівства, незвичне місце змагань, устаткування, недобррозичлива поведінка уболівальників. Здібність спортсмена до виконання ефективних прийомів і дій в складних умовах є основним показником стабільності техніки і визначає рівень технічної підготовленості в цілому.

Варіативність техніки визначається здібністю спортсмена до оперативної корекції рухових дій залежно від умов змагальної боротьби. Прагнення спортсменів зберегти часові, динамічні і просторові характеристики рухів в будь-яких умовах змагальної боротьби не призводить до успіху. В циклічних видах спорту спроба зберегти стабільні характеристики рухів у другій половині дистанції призводить до значного зниження швидкості. Разом з тим компенсаторні зміни спортивної техніки, викликані прогресуючою втомою, дозволяють спортсменам зберегти та навіть збільшити швидкість у другій половині дистанції.

Ще більшого значення варіативність техніки набуває у видах спорту з нестабільними умовами, гострим дефіцитом часу для виконання рухових дій, активною протидією суперників. (одноборства, спортивні ігри, вітрильний спорт). Тому найважливішою стороною технічної підготовленості спортсмена є здатність об'єднати різні технічні прийоми в раціональний ланцюг рухових дій (**техніко-тактичний комплекс**) залежно від ситуації, характерної для конкретного моменту змагальної діяльності.

Економічність техніки характеризується раціональним використанням енергії при виконанні прийомів і дій, доцільним використанням часу і простору. Кращим є той варіант рухових дій, який супроводжується мінімальними енерговитратами, найменшим психічним напруженням. У спортивних іграх, одноборствах, складно координаційних видах спорту показником економічності є здібність спортсменів до виконання ефективних дій при невеликій амплітуді і мінімальному часі, необхідному для виконання.

Економічність техніки обумовлюється здібністю до розслаблення м'язів, яка є своєрідною руховою навичкою (забезпечує досягнення рухового результату при мінімальній нарузі м'язів, залучених в роботу, і повному розслабленні м'язів, що не беруть участі в ній).

Мінімальна тактична інформативність техніки для суперника є важливим показником результативності в спортивних іграх, одноборствах. Ефективним є лише той варіант технічної дії, який дозволяє маскувати тактичні задуми і діяти несподівано, тобто не має чітко виражених інформативних деталей для суперника.

Технічна підготовленість спортсмена визначається кінцевою метою, на

досягнення якої спрямована рухова дія. Так, спортивна техніка в швидкісно-силових видах спорту пов'язана із створенням передумов до розвитку максимальних показників потужності і ефективним використанням для цього функціональних резервів, зовнішніх сил та інерції. Технічне вдосконалення в циклічних видах спорту, пов'язаних з проявом витривалості, вимагає високої ефективності стандартних рухів, що багато разів повторюються, з погляду їх стійкості, варіативності, економічності. У складно координаційних видах спорту (спортивна і художня гімнастика, стрибки у воду, фігурне катання) технічна підготовленість визначається складністю і красою рухів, їх виразністю і точністю.

Технічна підготовленість в спортивних іграх та одноборствах пов'язана з широтою технічного арсеналу та умінням спортсмена вибрати і реалізувати найбільш ефективні рухові дії у варіативних ситуаціях при недостатній інформації і гострому дефіциті часу.

Мета, завдання та зміст технічної підготовки спортсменів.

Основними завданнями в процесі технічної підготовки спортсмена є:

- збільшення обсягу і різноманітності рухових умінь і навичок;
- досягнення стабільності і варіативності прийомів, що складають основу техніки виду спорту;
- послідовне перетворення засвоєних прийомів на ефективні змагальні дії;
- удосконалення структури рухових дій, їх динаміки і кінематики з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів;
- підвищення надійності і результативності технічних дій в екстремальних умовах змагань;
- удосконалення технічної майстерності спортсменів з урахуванням досягнень науково-технічного прогресу.

Засобами вдосконалення технічної майстерності спортсменів є змагальні вправи, тренувальні форми змагальних вправ загань, спеціально-підготовчі і допоміжні вправи, тренажерні пристрої.

Удосконалення прийомів і дій пов'язане з надходженням і використанням інформації двох видів – основної і додаткової.

Основна інформація надходить від рухового апарату – рецепторів в м'язів, сухожилків, зв'язок, і відображає зміни в довжині м'язів, ступені їх напруження, напрямі і швидкості рухів, розташуванні різних ланок тіла.

Інформація про структуру рухів і взаємодію організму спортсмена із зовнішнім середовищем надходить від органів зору і слуху, вестибулярного аналізатора, пропріорецепторів і рецепторів шкіри.

Додаткова інформація допомагає скласти уявлення про виконання рухів, наявність помилок, розбіжність фактичного виконання руху із

заданим, результативність рухових дій.

Інформація про рухи, що надходить в систему управління ними, відіграє значну роль в утворенні нових умінь, автоматизації навичок, удосконаленні технічної майстерності. З великої кількості різноманітних рухів відбираються і закріплюються ті, які призводять до досягнення заданого результату. При повторенні ці рухи автоматизуються і утворюють навичку, тоді як решта рухів, що не є ефективними по узагальненому аналізу основної і додаткової інформації, не закріплюється.

В процесі технічного вдосконалення застосовуються **словесні, наочні і практичні методи**. При навчанні складним рухам ефективним є алгоритм розгалуженого типу, що включає чотири рівні дидактичного матеріалу (учбових завдань). Перший рівень містить завдання щодо структури і функцій, відповідних розучуваній вправі; другий – завдання, необхідні для розвитку фізичних якостей, що забезпечують виконання руху; третій – завдання, що формують навички спеціального призначення (наприклад, в гімнастиці – відштовхування, обертання, приземлення); четвертий – контрольні завдання, які дають інформацію про якість навчання.

Лабораторії Науково-дослідного інституту спорту в Лейпцигу (Німеччина) оснащені спеціальними діагностичними комплексами, що дозволяють в умовах, максимально наближених до змагань, реєструвати біомеханічні показники, що всесторонньо характеризують ефективність техніки конкретного спортсмена. Отримані дані відразу обробляються, зіставляються з узагальненими моделями, а також з результатами попередніх обстежень даного спортсмена. Дані аналізуються експертами і вже через декілька хвилин, перед черговою вправою, спортсмен отримує вказівки щодо корекції рухових дій. Зокрема, для досліджень техніки металників списа, штовхальників ядра, металників молота і диска використовується динамометрична тензоплатформа, що складається з семи динамометричних платформ. При метанні списа передостанній (схресний) крок фіксується на платформі 1, реакції опорної ноги в області з'єднання платформ 1 і 5. Під час досліджень застосовується тензометричний спис, на якому поблизу обмотки вмонтований датчик прискорення. Швидкість списа у фазі вильоту реєструється за допомогою встановлених на відстані одного метра лазерних пристроїв.

Фірмою «Microgate» (Італія) розроблена оптична система «Optojump» для вимірювання з точністю до 1/1000 з кінематичних характеристик різних локомоцій. Система складається з двох інструментальних планок, одна з яких містить блок датчиків і управління, а в другу вбудована електроніка для передачі інформації. Система може вимірювати в реальному часі наступні величини: довжину проекції ступні і її положення на доріжці; час фаз польоту і опори в бігу; миттєву і середню швидкість; прискорення;

загальний час виконання вправи. Система також дозволяє визначити біомеханічні характеристики старту і фінішу; вільно пересуватися під час експерименту, оскільки в будь-якому місці тренер може отримати всі часові характеристики по радіо; передавати біомеханічні характеристики по радіо на відстань понад 300 м.

Для оцінки ефективності ударів в боксі успішно використовується діагностичний комплекс, що дозволяє реєструвати швидкість, силу і частоту ударів.

Для визначення спеціальної тренуваності в практиці боксу з успіхом використовується хронодинамометр «Спудерг – 7». Ударний динамометр є системою із стандартного боксерського снаряда - мішка або груші і комп'ютерного блоку реєстрації і обробки. Груша (мішок) обладнана спеціальною гідравлічною датчиковою капсулою. Гідравлічна капсула повторює форму снаряда, що істотно розширює площу його ударної поверхні. Блок реєстрації динамометра є спеціалізований комп'ютер з численними функціями:

Хронодинамометр «Спудерг – 7» дозволяє реєструвати: силу удару (кг); часовий інтервал між ударами (мс), час реакції спортсмена на сигнал.

У Центрі біології і біомеханіки людини (Онтаріо, Канада) є комплекс, що складається з трьох відеокамер з інфрачервоними стробоскопічними джерелами світла, що сприймають координати спеціальних маркерів, закріплених на суглобах спортсмена, і системи обробки даних в реальному часі.

Етапи і стадії технічної підготовки спортсменів.

Існує три етапи технічної підготовки спортсмена.

Перший етап – початкове розучування, під час якого створюється загальне уявлення про рухову дію і формується установка на оволодіння нею, вивчається механізм руху, формується ритмічна структура, попереджаються і усуваються грубі помилки.

Другий етап – поглиблене розучування. Деталізується розуміння рухової дії, удосконалюється координаційна структура, динамічні і кінематичні характеристики, ритмічна структура.

Третій етап – закріплення і вдосконалення. Навичка стабілізується, удосконалюється варіативність дій з урахуванням індивідуальних особливостей спортсмена, різних умов, у тому числі при максимальних проявах рухових якостей.

Існує й більш деталізований поділ технічної підготовки на стадії (загалом п'ять):

1. Стадія створення першого уявлення про рухову дію і формування установки на навчання за допомогою словесних і наочних методів. Увага спортсмена концентрується на основних частинах рухових дій і

способах їх виконання. Деталі спортивної техніки, особливості її становлення в залежності від індивідуальних особливостей на цьому етапі не розглядаються, оскільки вони можуть ускладнити рішення поставлених задач.

2. Стадія формування первинного уміння, що відповідає першому етапу засвоєння дії – формування уміння виконувати основну структуру руху. Особливу увагу приділяють усуненню зайвих рухів, м'язового напруження. Процес навчання концентрується в часі, оскільки тривалі перерви між заняттями знижують його дієвість. Часті повторення освоюваної вправи в занятті не завжди доцільні, оскільки утворення нових навичок пов'язане з швидким пригніченням функціональних можливостей нервової системи.

Основним практичним методом на цій стадії є **метод розчленованої вправи**, при якому дія поділяється на відносно самостійні частини (відбувається ізольоване розучування частин дії з подальшим їх об'єднанням). Для кращого засвоєння рухових дій використовують засоби орієнтування – світлові, звукові і механічні лідери, орієнтири, що регламентують темп рухів, їх спрямованість.

3. Стадія формування довершеного виконання рухової дії, пов'язана з концентрацією нервових процесів в корі головного мозку. У цій стадії формується раціональна кінематична і динамічна структура рухів. Застосовують також різні технічні засоби примусового виконання рухових дій в заданому діапазоні характеристик; міостимуляцію, що забезпечує доцільну активність м'язових груп; тренування в гідроканалі (для веслувальників і плавців), примусове лідирування (для бігунів, ковзанярів) з метою формування швидкісної техніки; тренажери для освоєння деталей техніки в полегшених умовах.

4. Стадія стабілізації навичку відповідає етапу закріплення рухової дії. Педагогічне завдання полягає в стабілізації рухової дії і вдосконаленні його окремих деталей. З цією метою широко використовується багатократне повторення вправ в стандартних та варіативних умовах.

5. Стадія досягнення варіативного навичку і його реалізації передбачає удосконалення спеціалізованих відчуттів (часу, темпу, величини зусилля), а також здібності до довершеного управління рухами за рахунок реалізації основної інформації, що надходить від рецепторів м'язів, зв'язок, сухожилків.

Педагогічними завданнями цієї стадії є:

- вдосконалення технічної майстерності з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів;
- забезпечення максимального ступеня узгодженості рухової і вегетативних функцій, вдосконалення здібності до максимальної реалізації функціонального потенціалу;
- ефективне застосування засвоєних дій при зміні зовнішніх умов,

та функціонального стану організму.

До способів, що ускладнюють умови виконання дій при різних станах організму, належать виконання роботи на фоні значної втоми; підвищеної емоційної напруги; відвертання уваги; ускладнення діяльності окремих аналізаторів.

Однак удосконалення техніки в умовах значної втоми може стати причиною розладу рухів, закріплення помилок.

Основи методики вдосконалення техніки спортсменів високої кваліфікації

Способами ускладнення умов виконання прийомів і дій для висококваліфікованих спортсменів є:

- ускладнення і розширення варіантів вихідних, проміжних і кінцевих положень, підготовчих дій;
- обмеження або розширення просторового діапазону виконання прийомів і дій;
- обмеження часових відрізків дій;
- ускладнення умов орієнтування у просторі та часі;
- виконання прийомів і дій в незвичних умовах (покриття майданчика, форма, маса і деталі спортивного снаряда, час доби, кліматичні умови і ін.);
- зміна опору зі сторони суперника;
- неадекватні реагування партнерів.

Однією з найважливіших методичних умов вдосконалення раціональної техніки є взаємозв'язок і взаємозалежність структури рухів і рівня розвитку фізичних якостей. Підвищення фізичної підготовленості вимагає переходу на новий рівень технічної майстерності і навпаки – більш довершена технічна майстерність спортсмена вимагає підкріплення відповідною фізичною підготовленістю.

Контроль технічної підготовленості спортсменів

Під час контролю оцінюються наступні складові технічної підготовленості спортсменів:

- обсяг техніки (визначення загальної кількості технічних прийомів, дій, засвоєних і використовуваних спортсменом в тренувальних заняттях і змаганнях);
- ступінь реалізації обсягу техніки в умовах змагань (визначається як відношення тренувального та змагального обсягів);
- різносторонність технічної підготовленості на основі визначення різноманітності рухових дій, засвоєних і успішно використовуваних під час тренувань та змагань;
- ефективність технічної підготовленості, що підрозділяється на **абсолютну** (зіставлення техніки спортсменів з еталонними параметрами),

порівняльну (зіставлення техніки спортсменів різної кваліфікації), **реалізаційну** (виявлення ступеня реалізації рухового потенціалу в умовах змагань);

- стійкість до збиваючих чинників (за стабільністю основних динамічних і кінематичних характеристик рухів під впливом збиваючих чинників), фізичної втоми, психічного напруження.

При контролі технічної майстерності спортсменів користуються наступними оцінками:

- інтегральній, заснованій на виявленні ступеня реалізації рухового потенціалу спортсмена в змагальній діяльності;
- диференціальною, в основі якої – виявлення ефективності основних елементів техніки;
- диференціально-сумарною, що оцінює ефективність елементів техніки і сумарний показник технічної майстерності.

При **етапному контролі** технічної підготовленості фіксуються зміни в техніці, що стають помітними завдяки кумулятивному ефекту (від року до року, від етапу до етапу підготовки). При **поточному контролі** визначаються зміни в окремих фазах, частинах, елементах рухів, що спостерігаються внаслідок використання різних тренувальних програм в мезо- і мікроциклах. При **оперативному контролі** визначаються зміни в техніці, пов'язані з терміновими реакціями на фізичні навантаження в окремому занятті.

21.3 Тактична підготовка

Під **спортивною тактикою** слід розуміти способи об'єднання і реалізації рухових дій, що забезпечують ефективну змагальну діяльність, яка приводить до досягнення поставленої мети в конкретному старті, серії стартів, змаганні. Рівень тактичної підготовленості спортсменів залежить від оволодіння ними засобами спортивної тактики (технічними прийомами і способами їх виконання), її видами (атакуючою, захисною, контр атакуючою) і формами (індивідуальною, груповою, командною).

У структурі тактичної підготовленості слід виділяти такі поняття, як тактичні знання, уміння, навики.

Тактичні знання є сукупністю уявлень про засоби, види і форми спортивної тактики і особливості їх застосування в тренувальній і змагальній діяльності.

Тактичні уміння – форма прояву свідомості спортсмена, що відображає його дії на основі тактичних знань. Можуть бути виділені уміння відгадувати задуми суперника, передбачати хід розвитку змагальної боротьби, видозмінювати власну тактику.

Тактичні навички – це завчені тактичні дії, комбінації індивідуальних і колективних дій. Тактичні навички завжди виступають у вигляді цілісної, завершеної тактичної дії в конкретній ситуації.

Тактичне мислення – мислення спортсмена в процесі спортивної діяльності в умовах дефіциту часу і психічного напруження, спрямоване на рішення тактичних задач.

Структура тактичної підготовленості витікає з характеру стратегічних завдань, що визначають основні напрями спортивної боротьби. Ці завдання можуть бути пов'язані з участю спортсмена в серії змагань з метою підготовки і успішної участі в головних змаганнях сезону; пов'язаними з участю в окремих змаганнях або в конкретному поєдинку, сутичці, заїзді, запливі, грі.

Тактика змагальної діяльності включає розумові операції, що виражаються в тактичному задумі, і практичні дії, що забезпечують реалізацію цього задуму. Найефективніші тактичні моделі не будуть повною мірою реалізовані, якщо рівень підготовленості спортсмена є недостатнім для їх реалізації, і навпаки.

Основу тактичної підготовленості окремих спортсменів і команд складають:

- володіння сучасними засобами, формами і видами тактики даного виду спорту;
- відповідність тактики рівню розвитку конкретного виду спорту з оптимальною для нього структурою діяльності змагання;
- відповідність тактичного плану особливостям конкретних змагань (суперники, місце змагань, характер суддівства, поведінка уболівальників);
- забезпечення взаємозв'язку тактики з рівнем розвитку інших сторін підготовленості.

Тактичний задум є основою для розробки тактичного плану.

При розробці **тактичного плану** слід враховувати техніко-тактичні і функціональні можливості партнерів (у командних видах спорту), досвід тактичних дій сильних спортсменів, відомості про основних суперників, їх технічні і фізичні можливості, психологічну підготовленість, планувати варіативність тактики в різних поєдинках залежно від характеру техніко-тактичних дій суперників і партнерів, ходу спортивної боротьби (у спортивних іграх і єдиноборстві).

Основною складовою частиною тактичної підготовленості в циклічних, швидко-силових і складно координаційних видах є вибір раціональної тактичної схеми і її використання незалежно від дій основних конкурентів. Так, в циклічних видах спорту успішним є застосування різних варіантів подолання змагальної дистанції: рівномірна швидкість; висока швидкість в

першій частині дистанції з поступовим її зниженням; висока швидкість в першій і останній частинах дистанції і її зменшення – в середній; постійне зростання швидкості протягом всієї дистанції; постійна варіативність швидкості; постійна швидкість на початку і середині дистанції і різке зростання її на фініші.

Використання кожного з приведених, а також інших варіантів залежить від специфіки виду спорту. Наприклад, в марафонському бігу, індивідуальній і командній велосипедній гонці на треку, плаванні на дистанціях 800 і 1500 м найбільш ефективним виявляється рівномірне проходження дистанції, що забезпечує найбільшу економічність. Водночас в індивідуальній велосипедній гонці, бігу на 5000 і 10 000 м раціональна тактика пов'язана з варіюванням швидкості. Класичним прикладом в цьому відношенні є яскрава перемога на Іграх Олімпіади в Мельбурні (1956 р.) В. Куца на дистанції 5000 м над видатним бігуном тих років Р. Пірі. Куц розробив тактику перемінного проходження дистанції, із значними перепадами швидкості, прискореннями. Він зумів нав'язати Пірі цю тактику у фінальному забігу. Пірі, що опинився в незвичній тактичній ситуації, не зміг чинити опору і вимушений був зійти з дистанції.

Тактика бігунів-спринтерів, велосипедистів, (дистанція 1000 м), плавців-спринтерів (дистанції 50 і 100 м) визначається потужністю, місткістю і рухливістю алактатного і лактатного процесів енергозабезпечення. Спортсмени, що відрізняються великою потужністю і місткістю алактатного процесу, зазвичай розвивають дуже високу швидкість в першій частині дистанції. Висока рухливість, потужність і місткість гліколітичного процесу вимагають застосування тактики, пов'язаної з високим рівнем швидкості в середині і кінці дистанції. Для забезпечення високої швидкості бігу на довгі дистанції дуже важливо раціонально поєднувати витрачання вуглеводів і жирних кислот протягом всієї дистанції. При цьому необхідно застосовувати таку систему живлення, тренування і тактики проходження дистанції, яка сприяла б збереженню певної кількості глікогену до кінця дистанції. Одночасно важливо розвивати здібності організму спортсмена до швидшої мобілізації жирних кислот для енергозабезпечення роботи. Це є однією з причин періодичного використання в тренуванні марафонців бігу на наддовгі дистанції – 30-40 км. і більше.

Складність тактичних дій в спортивних іграх і одноборствах визначається труднощами у сприйнятті ситуації, прийнятті рішень і їх реалізації в умовах великої різноманітності і частої зміни змагальних ситуацій, дефіциту часу, ліміту простору та інформації, маскуванню суперником своїх дійсних намірів.

Для спортсменів, що спеціалізуються в ігрових видах спорту і

одноборствах, при реалізації тактичних дій характерні два рівні оперативних завдань: перший – **сенсорноперцептивний** і другий – **прогностичний**. На першому рівні здійснюється вибір рішення з декількох альтернатив в результаті виникнення несподіваної ситуації, на другому рівні відбувається ухвалення рішення як результат аналізу закономірностей в діях суперника. Наприклад:

- діяльність в умовах гострого ліміту часу. Яким би правильним не було рішення, воно має тактичну цінність тільки при оперативному здійсненні, в строгій відповідності до змагальної ситуації;
- невизначено-послідовний характер рішень. Після прийняття кожного рішення ситуація змінюється і вимагає вже прийняття нового, що кардинально відрізняється від попереднього;
- сприйняття великої кількості елементів тактичної ситуації, які структуруються в динамічну систему відповідно до прогнозування найбільш вірогідного розвитку тактичної ситуації;
- так зване «**панорамне орієнтування**» у межах усього поля зору, при якому спортсмен логічно пов'язує між собою елементи ситуації, які мало схожі за зовнішніми ознаками;
- вибір тактичного рішення з декількох варіантів, досить близьких один до одного, і здатність здійснювати стрибок через проміжні і неістотні варіанти;
- утримання в оперативній пам'яті і уявне ранжирування елементів тактичного завдання, зміна плану її рішення безпосередньо в ході рухової дії.

Особливою проблемою тактичної підготовки в спортивних іграх є розробка таких техніко-тактичних ігрових схем і відповідної ним побудови підготовки, при яких використовувалися б сильні сторони кожного гравця і компенсувалися його недоліки. В цьому випадку в процесі тренувальної і змагання діяльності вдається задовольнити як індивідуальні, так і колективні потреби, забезпечити високу результативність команди, яка буде сильна як колективною грою, так і використанням сильних сторін кожного гравця. Відповідно до цього формується командна структура, що включає позиції, роль і статус кожного гравця. Наступним етапом є командне об'єднання, в процесі якого формуються техніко-тактичні взаємодії між гравцями і ігровими ланками, і командний процес, в якому вирішуються питання техніко-тактичної взаємодії гравців всієї команди для ефективного вирішення командних і індивідуальних завдань.

Умови, що визначають вибір тактики змагальної діяльності.

Тактична майстерність спортсмена пов'язана з рівнем його технічної, фізичної і психологічної підготовленості. Так, спортсмени з високим рівнем спринтерських якостей в циклічних видах спорту можуть бурхливо почати

проходження дистанції та чинити психологічний тиск на суперників або буквально до останніх метрів дистанції триматися декілька позаду, розраховуючи стати переможцем за рахунок стрімкого фінішу. Боксери або борці, які володіють великим швидкісний-силовим потенціалом і недостатньою витривалістю, реалізують активну атакуючу тактику, щоб досягти перемоги на перших хвилинах поєдинку. З іншого боку, ці ж спортсмени можуть використовувати економічний захисний варіант тактики в першій частині поєдинку, щоб зберегти сили для активних дій в його кінці.

У циклічних видах спорту, пов'язаних з проявом витривалості, найбільш доцільним з погляду енергозабезпечення роботи є рівномірне проходження дистанції. Проте, окрім рівномірного проходження дистанції, необхідний раціональний вибір довжини і частоти кроків – в бігу, темпу педалювання і довжини «укладання» (відстань, подолана велосипедистом за один повний оборот педалей і залежне від передачі) – у велоспорті, темпу гребків і «кроку» гребка (відстань, подолана плавцем в результаті виконання гребка) – в плаванні.

Коли спортсмени змагаються на окремих доріжках (плавання), відносно рівномірне проходження дистанції дає найбільший ефект. Інша справа, коли декілька спортсменів змагаються на одній доріжці (біг на дистанціях 800 м і більш, спринтерська гонка на треку у велоспорті). Боротьба за вигідне місце на доріжці, прагнення зайняти найзручніше з аеродинамічної позиції місце вимагають постійних тактичних маневрів і зміни швидкості пересування.

Різкі прискорення, які іноді дозволяють собі спортсмени при проходженні дистанцій, і пов'язані з ними енерговитрати можуть бути компенсовані психологічною перевагою, яку отримує спортсмен при несподіваному для суперників збільшенні швидкості.

Важливо вміти маскувати дійсні наміри з метою створення у суперника помилкового уявлення про свій фізичний і психічний стан, про свої тактичні наміри. Таке маскування у поєднанні з обманними діями є могутньою тактичною зброєю в спринтерській гонці. Здатність видозмінювати тактичну схему ведення боротьби в залежності від особливостей і ходу змагань, складу учасників є важливим показником тактичної підготовленості спортсменів.

Активність тактичних дій є важливим показником спортивної майстерності. Спортсмен високої кваліфікації повинен уміти нав'язувати суперникові свою волю, чинити на нього постійний психологічний тиск різноманітністю і ефективністю своїх дій, витримкою, волею до перемоги, упевненістю в успіху. Особливого значення активність тактичних дій набуває в тих видах спорту, в яких має місце пряме зіткнення з суперником (футбол, хокей, баскетбол, всі види боротьби і ін.), виникнення несподіваних ситуацій, що вимагають адекватного техніко-тактичного рішення (вітрильний спорт, гірськолижний спорт).

У командних видах спорту важливою стороною тактичної підготовленості є **рівень взаємодії партнерів в групових і командних діях**. Саме від ефективності взаємодії спортсменів, умілого поєднання відпрацьованих тактичних схем з нестандартними рішеннями, використання індивідуальних можливостей кожного спортсмена для досягнення кінцевого результату залежить, ефективність комбінацій.

Ефективність тактичної діяльності в багатьох видах спорту визначається здібностями спортсмена до просторової і часової антиципації, тобто передбачення ситуації до того як вона розпочнеться. Цією здатністю визначається точний вибір позиції воротарем у футболі або гандболі, перехоплення м'яча в баскетболі або шайби в хокеї, ефективна контратака у фехтуванні, боротьбі або боксі.

У тактичній підготовці виділяють напрями:

- вивчення змісту основних теоретико-методичних положень спортивної тактики;
- оволодіння елементами, прийомами, варіантами тактичних дій;
- удосконалення тактичного мислення;
- вивчення інформації, необхідної для практичної реалізації тактичної підготовленості;
- практична реалізація тактичної підготовленості.

Методика тактичної підготовки спортсменів.

Важливим завданням тактичної підготовки спортсменів є вивчення загальних положень тактики спорту, тактики вибраного виду спорту, правил суддівства і положення про змагання у вибраному виді спорту, особливостей тактики в споріднених видах спорту, тактичного досвіду сильних спортсменів, способів розробки тактичної концепції.

Весь процес тактичної підготовки обумовлюються специфікою виду спорту. В більшості циклічних видів спорту основне завдання тактичної підготовки пов'язане з підготовкою до реалізації розробленої схеми проходження дистанції.

Завдання тактичного вдосконалення в спортивних іграх і одноборствах передбачають засвоєння підготовчих, атакуючих і захисних дій, вдосконалення навичок виконання тактичних дій в навмисних, експромтних і навмисно-експромтних ситуаціях.

Оволодіння тактичними діями пов'язане з розширенням арсеналу дій, розвитком уміння застосовувати один прийом для вирішення різних тактичних завдань і різних прийомів – для вирішення одного тактичного завдання.

Удосконалення виконання тактичних схем передбачає вивчення типових ситуацій і особливостей поведінки в кожній з них, підготовку до ведення боротьби з різними суперниками.

Основними засобами удосконалення тактичних дій в циклічних видах спорту є багаторазове виконання спеціально-підготовчих і змагальних вправ в строгій відповідності з розробленою схемою і при постійному контролі за ефективністю рухових дій. При цьому враховуються швидкість і час проходження відрізків і всієї дистанції; темп рухів, відстань, яка долається протягом одного циклу рухів; характер і величина зусиль.

В одноборстві і спортивних іграх застосовують спеціальні методи:

- **метод тренування без суперника** – для оволодіння основами техніки, навчання активному і свідомому їх аналізу. Специфічними засобами тренування є основні положення і рухи, пересування, імітаційні вправи, різні їх поєднання.

- **метод тренування з умовним суперником** – використання допоміжних снарядів і пристосувань: мішені, манекени, тренажерні пристрої, моделі умовного суперника з програмним управлінням. Вправи з ними дозволяють відпрацьовувати дистанційні, часові, ритмічні характеристики дій, розвивати і удосконалювати зорово-рухові і кінестетичні відчуття.

- **метод тренування з партнером** – партнер є активним помічником і сприяє правильному оволодінню технікою і тактикою дій. Основні засоби тренування – парні і групові вправи, які розвивають відчуття моменту для початку своїх дій, швидкість і точність рухових реакцій, вміння диференціювати дистанційні, часові, м'язово-рухові параметри взаємодій.

- **метод тренування з суперником** передбачає тактичне удосконалення з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів; удосконалення вольових якостей, уміння використовувати свої можливості в змагальних ситуаціях в умовах інформаційного і часового дефіциту, просторово-часової невизначеності.

Найбільший об'єм засобів і методів тактичної підготовки в макроциклі відводиться на кінець підготовчого і весь змагальний період. На першому етапі підготовчого періоду удосконалюються лише окремі компоненти тактики. На етапі безпосередньої підготовки до основних змагань рівень технічної майстерності, фізичної і психологічної підготовленості, що сформувався до цього етапу, дозволяє перейти до відпрацювання тактики в її найбільшому наближенні до умов майбутньої змагальної діяльності.

Систему вправ і методичних підходів для становлення спортивної тактики (Матвеев Л. П., 1977) передбачає:

- створення полегшуючих умов при засвоєнні раціональних варіантів розподілу сил на дистанції (лідирування, коректуюча інформація про швидкість пересування, темп рухів);

- створення умов, що ускладнюють реалізацію оптимального тактичного плану при закріпленні тактичних навиків (виконання завдань в

незвичних умовах, введення додаткових перешкод);

- дотримання тактичної схеми при істотній варіативності просторово-часових і динамічних характеристик рухів або, навпаки, несподівана зміна тактики за додатковим сигналом;
- реалізація оптимальної тактичної схеми в умовах прогресуючої втоми.

Вдосконалення тактичного мислення

При удосконаленні тактичного мислення розвивають вміння:

- швидко сприймати, адекватно усвідомлювати і аналізувати змагальні ситуації;
- швидко і точно оцінювати ситуацію і ухвалювати рішення відповідно до умов і рівня підготовленості;
- передбачати дії суперника (партнера по команді);
- рефлексивно відображати свої дії у відповідності до цілей змагань і завдання конкретної змагальної ситуації.

Тактичне мислення включає активно-пошуковий вибір рішення завдання на основі асоціативних зв'язків, що виникають на основі колишнього досвіду і поточної інформації про подію. Вдосконалення швидкості рішення тактичної задачі здійснюється за рахунок поліпшення здібності до евристичного автоматизованого пошуку.

Важливим є розвиток здібності до просторового і часового передбачення ситуації ще до початку її розгортання.

Наочно-образний характер мислення виявляється в тому, рішення рухових завдань здійснюється на основі образів і пов'язане із сприйняттям дій суперників і партнерів, і всієї ситуації спортивного поединку. Велику роль при цьому відіграють пам'ять і творча уява.

Дієвий характер мислення виражається в тому, що воно протікає в тісному зв'язку з руховими діями. Спортсмен мислить в процесі активної діяльності, негайно реалізуючи ухвалені рішення в діях.

Ситуативний характер мислення виявляється в тому, що воно здійснюється на тлі швидкоплинності, безповоротності і мінливості ситуацій.

Тактичне мислення розвивається у вправах, при виконанні яких ставиться завдання спостерігати і знаходити тактичну суть в жестах, рухах, діях, намірах, станах суперників. Завдання повинні спонукати спортсмена до аналізу ситуацій у боротьбі за перемогу в окремій сутичці або поединку. Він повинен пам'ятати результати власних дій в аналогічних ситуаціях (і інших спортсменів), враховувати можливість передбачення суперником своїх намірів, приймати рішення в обмежені відрізки часу.

Методами розвитку тактичного мислення є: метод тренування з суперником, метод тренування з умовним суперником.

Вправи на спеціальних снарядах, тренажерних пристроях, індивідуальні

уроки з тренером, тренувальні і змагальні поєдинки служать основними засобами для вдосконалення тактичного мислення.

Вивчення інформації, необхідної для практичної реалізації тактичної підготовленості. Завданнями даного напрямку тактичної підготовки спортсменів є збір і обробка інформації про ймовірних суперників (про фізичну підготовленість, техніко-тактичну манеру ведення боротьби, особливості поведінки в різних умовах, морально-вольові і психологічні якості) і партнерів по команді, про середовище і умови проведення майбутніх змагань.

Для збору інформації про вірогідних суперників використовують бесіди, перегляд та аналіз тренувальних занять і змагань. В

Практична реалізація тактичної підготовленості передбачає: створення цілісного уявлення про поєдинок; формування індивідуального стилю ведення боротьби; своєчасне втілення рішень завдяки раціональним прийомам і діям з урахуванням особливостей суперника, середовища, суддівства, ситуації змагання і ін.

Важливими компонентами цілісного уявлення про спортивний поєдинок є: усвідомлення спортсменом власної техніко-тактичної підготовленості, особливостей індивідуальної манери, переваг і недоліків підготовки; розуміння взаємозв'язку між підготовчими діями і основними засобами ведення боротьби змагання; розуміння характеру ініціативи в поєдинку, місця і значення таких тактичних елементів, як раптовість, маневр, своєчасність; розуміння необхідності витримки і розумного ризику, знання варіантів поведінки в різні моменти поєдинку, уміння проводити розминку і регулювати психічний стан; оволодіння здатністю протидіяти різним за стилем і силам суперникам; розуміння психо-тактичної специфіки боротьби змагання; чітке уявлення про цілі підготовки, участі в окремих змаганнях, в окремому поєдинку; про можливість і реальність досягнення поставленої мети і окремих завдань.

Практична реалізація тактичної підготовленості припускає формування індивідуального стилю ведення поєдинків.

Стиль (манера) ведення тактичної боротьби повинен включати і загальні тенденції тактики в конкретному виді спорту, враховувати найбільш сильні індивідуальні особливості спортсмена та його недоліки.

Контроль тактичної підготовленості спортсменів.

Контроль тактичної підготовленості пов'язаний з визначенням:

- загального обсягу тактики, що визначається за кількістю тактичних ходів і варіантів, які використовуються спортсменом або командою в тренувальній і змагальній діяльності;
- різносторонністю тактики, яка характеризується різноманітністю атакуючих, захисних, контр атакуючих дій і прийомів;

- раціональністю тактики, що характеризується кількістю техніко-тактичних дій і прийомів, які дозволили отримати позитивний результат (забити гол, нанести укол або удар);
- ефективністю тактики, яка визначається відповідністю застосованих спортсменом техніко-тактичних дій його індивідуальним особливостям.

Етапний контроль тактичної підготовленості дозволяє простежити основні особливості становлення тактичної майстерності окремих спортсменів і команд. При поточному контролі оцінюється тактика спортсменів і команд в змаганнях, окремих поєдинках, іграх, стартах з різними суперниками, в умовах багатоденних змагань. **Оперативний контроль** спрямований на оцінку тактичної майстерності окремих спортсменів і команд в процесі тренувальних занять і змагань.

21.4 Психологічна підготовка

Завдання психічної підготовки – це виховання спортсменів і вдосконалення в процесі тренувань і змагальної діяльності їх психічних якостей.

Мета психічної підготовки – це розробка і реалізація своєрідного алгоритму управління функціонуванням організму для створення оптимальної готовності до ефективного засвоєння техніко-тактичних дій, максимальної реалізації підготовленості, рішучості, вольових якостей для здобуття перемоги в змаганнях.

В структурі психічної підготовленості спортсменів виділяють дві відносно самостійні сторони: **вольову і спеціальну психічну**.

Воля як активна сторона свідомості людини, яка в єдності з розумом та почуттями регулює поведінку і діяльність у важких умовах, має **три структурні компоненти**: **пізнавальний** – пошук правильних рішень; **емоційний** – впевненість в собі; **виконавчий** – регулювання виконання рішень за допомогою свідомості.

В структурі вольової підготовленості виділяють цілеспрямованість (чітке бачення мети); рішучість і сміливість (схильність до ризику в поєднанні зі своєчасністю і поміркованістю рішень); наполегливість і завзятість (здатність до мобілізації функціональних резервів, активність у досягненні мети і подоланні перешкод); витримка та самоконтроль (ясність розуму, здатність керувати власними думками і діями в умовах емоційного збудження); самостійність та ініціативність (власні починання, новаторство).

Вольові дії складаються з прийняття рішення і їх реалізації.

В структурі **спеціальної психічної підготовленості** спортсмена виділяють:

- стійкість до стресових ситуацій у тренувальній та змагальній діяльності;

- рівень досконалості кінестетичних і візуальних сприйнятів параметрів рухових дій та оточуючого середовища;
- здатність до психічної регуляції рухів, забезпечення ефективної м'язової координації;
- здатність сприймати, організувати й опрацьовувати інформацію в умовах дефіциту часу;
- досконалість просторово-часової антиципації як фактора, який підвищує ефективність техніко-тактичних дій;
- здатність до формування випереджуючих програм реакцій, необхідних для ефективної змагальної боротьби.

Рівень різних складників спеціальної психічної підготовленості визначається рівнем обсягу та зосередженості **уваги**. Умовно можна виділити чотири типи уваги (за обсягом і спрямованістю зосередженості).

Увага першого типу має великий обсяг і внутрішню спрямованість (на відчуття спортсмена, його переживання, думки). **Увага другого типу** характеризується великим обсягом і зовнішньою зосередженістю. Це важливо у тих випадках, коли необхідно прийняти рішення під впливом великої кількості зовнішніх факторів (наприклад, у спортивних іграх). **Увага третього типу** відрізняється невеликим обсягом і зовнішньою зосередженістю. Вона дає змогу реагувати відразу на декілька об'єктів або рухів, швидко приймати рішення, що є дуже важливим в іграх, одноборствах, складно координаційних видах спорту. **Увага четвертого типу** відрізняється невеликим обсягом і внутрішньою зосередженістю. Цей тип уваги має велике значення для успіху в циклічних видах спорту, де важливо дати точну оцінку свого фізичного стану, особливостей структури рухів.

Кожен з вказаних типів уваги може бути переважаючим в залежності від виду спорту і змагальної ситуації. Вміння спортсмена управляти обсягом і спрямованістю уваги є важливою складовою частиною психічної підготовленості. Таке вміння називається **пластичністю уваги**.

Важливою стороною психічної підготовленості спортсмена є його здатність керувати рівнем свого збудження як до змагань, так і під час них. Емоційне передстартове збудження є позитивним фактором, якщо не перевищує оптимальних для даного спортсмена меж. Оптимальне збудження виявляється у впевненості спортсмена у власних силах, позитивній установці на змагальну боротьбу, підвищеній увазі, високому ступені регуляції рухів. Як тільки рівень емоційного збудження перевищує ці межі, виникає стан невпевненості, зниження уваги, дискоординації рухової та вегетативних функцій.

Специфіка різних видів спорту ставить свої вимоги до психіки спортсмена. Спортсменам, які спеціалізуються в боксі, боротьбі, метаннях, важкій атлетиці, спринтерських дистанціях циклічних видів спорту, властиві такі якості як

схильність до лідерства, незалежність, високий рівень мотивації, схильність до ризику, вміння сконцентрувати всі сили та віддати їх задля перемоги. Але одночасно їм властиві недовірливість, прагнення до незалежності, впертість, схильність до конфронтації.

Змагальна діяльність в одноборствах і спортивних іграх вимагає від спортсменів постійного прагнення вдосконалення майстерності, пошуку несподіваних рішень, наполегливості, рішучості, сміливості, кмітливості, емоційної стабільності, широкого розподілу і швидкого переключення уваги, швидкості й точності рухових реакцій. Це пов'язано з тим, що в даних видах спорту на перший план виходить система перцептивно-інтелектуальних та емоційно-вольових процесів, які протікають при дефіциті часу і простору, а також активній протидії суперників.

Спортсмени, які спеціалізуються у довгих дистанціях у циклічних видах спорту, пов'язаних в основному з аеробним енергозабезпеченням роботи, відрізняються активністю, здатністю переносити великі навантаження. Але вони часто недостатньо впевнені у власних силах.

Для спортсменів, які спеціалізуються в спринті, спортивних іграх і одноборствах, складно координаційних видах спорту, характерними є підвищена увага, ефективно зорове сприйняття, швидкість сенсомоторного реагування і оперативне мислення.

Методика психічної підготовки спортсменів.

Основними напрямками психічної підготовки спортсмена є:

- формування мотивації до занять спортом;
- виховання вольових якостей;
- ідеомоторне тренування;
- удосконалення швидкості реагування;
- удосконалення спеціалізованих вмінь;
- регулювання психічної напруженості;
- виховання толерантності до емоційного стресу;
- управління стартовими станами спортсменів.

Формування мотивації занять спортом. На етапі початкової підготовки тренувальний процес ще не пов'язаний з великими навантаженнями, він містить у собі багато нового і цікавого, тому спортсмен прогресує від заняття до заняття, і це дозволяє підтримувати в юних спортсменів природну цікавість до занять. У подальшому зі збільшенням навантажень і певної стабілізації, а деколи й тривалого застою у результатах багато спортсменів неспроможні зберегти зацікавленість. З цієї причини деякі з них припиняють тренування або починають займатися іншими видами спорту, але і це, як правило, довго не триває.

Тренер повинен намагатися забезпечити таку організацію тренувального процесу, яка б постійно ставила перед спортсменом завдання щодо вдосконалення. Формування у спортсмена цілеспрямованої мотивації до спортивного вдосконалення, активного творчого відношення до тренувального процесу, усвідомлення цілей досягнення високого спортивного результату формує почуття відповідальності, збільшує здатність переносити високі навантаження і больові відчуття, ефективно мобілізувати ресурси організму.

Виховання вольових якостей. В процесі виховання вольових якостей у спортсменів вирішальними факторами є спрямованість до вищих досягнень, постійне підвищення вимог, орієнтація на долавання зростаючих труднощів.

Основою методики вольової підготовки є:

а) **Регулярна і обов'язкова реалізація тренувальної програми і змагальних установок.** Ця вимога пов'язана з вихованням у спортсмена звичок до систематичності зусиль і наполегливості під час їх долавання, вміння доводити справу до кінця, досягати поставленої мети. Успіх цієї справи можливий лише тоді, коли спортсмен чітко усвідомлює завдання спортивної підготовки, розуміє, що досягнення спортивних результатів неможливе без подолання щораз більших труднощів, вірить у тренера і в обрану методику підготовки.

б) **Систематичне введення додаткових труднощів** – введення додаткових завдань, проведення тренувальних занять в ускладнених умовах, збільшення ступенів ризику.

в) **Використання змагань і змагального методу при організації тренувальних занять** – змагання з установкою на кількість при виконанні завдання; змагання з установкою на якість виконання завдання; змагання в ускладнених або незвичних умовах.

г) **Послідовне посилення самовиховання на основі самопізнання, усвідомлення змісту спортивної діяльності** – дотримання режиму; впевненість в собі, самоспонування до виконання тренувальної програми і досягнення змагального результату; саморегуляція емоцій, психічного і фізичного стану методом аутогенного тренування та інших методів і прийомів; самоконтроль.

Спортивна етика як сукупність норм і правил поведінки спортсмена є одним із важливих розділів в процесі спортивного вдосконалення.

Ідеомоторне тренування. Спортсмени високої кваліфікації мають особливі здатності точної оцінки кінематичних і динамічних характеристик рухів, їх ритмічної структури. Удосконаленню спеціалізованих сприйнятів допомагає застосування ідеомоторного тренування, яке дозволяє спортсмену шляхом уявного відтворення зорових і м'язово-рухових образів краще засвоїти раціональні техніко-тактичні варіанти виконання рухів, оптимальний режим роботи м'язового апарату.

Уявне відтворення рухів слід проводити у точній відповідності з характеристиками техніки дій; концентрувати увагу необхідно на виконанні конкретних елементів дій (основних положеннях і траєкторіях, темпі рухів).

Особливе значення має ідеомоторне тренування для регуляції міжм'язової координації, яка виявляється у формуванні режиму роботи м'язів, що забезпечують виконання основних рухів, так і м'язів-антагоністів. Часто прагнення показати найвищий результат приводить до надмірного напруження м'язів обличчя, шиї, м'язів-антагоністів, а це знижує швидкісно-силові прояви, витривалість, загалом спортивні результати. Тому необхідно сконцентрувати увагу на максимальній активності окремих груп м'язів при певній розслабленості інших. Цьому допомагає ідеомоторне тренування, а саме навчання спортсмена довільному розслабленню м'язів, а в подальшому – вдосконалення його здатності до концентрації контрольованого напруження м'язів, які забезпечують найбільш ефективно виконання того чи іншого руху.

Удосконалення швидкості реагування. Реакції спортсмена на слухові, зорові, тактильні, пропріоцептивні і мішані подразники, можуть бути простими і складними. **Складні** поділяються на **диз'юнктивні** (з вза'ємовиключаючим вибором) і **диференційовані**. Наприклад, реакція боксера на дії його суперника, який примушує наступати або відступати, реакція футболіста – бити по воротах або дати пас партнеру – є **диз'юнктивними** (не можна одночасно відступати і наступати, бити по воротах і передавати м'яч.). **Диференційовані** реакції більш складні і потребують напруження уваги для швидкого вибору найбільш адекватної дії, а інколи припинення дії, що вже почалась, або переключення на іншу. Наприклад фехтувальник, який розпочав атаку, повинен вміти перехопити контратаку задля продовження своєї; баскетболіст, який розпочав дію для кидка в кільце, але побачив неефективність дії, мусить змінити намір і передати м'яч партнеру, який знаходиться в кращому положенні,.

Латентний час простої реакції (ЛЧРР) знаходиться в межах 100-200 мс, що перевищує час дії деяких сигнальних подразників у спорті. Наприклад, політ м'яча під час пенальті, дії боксерів, фехтувальників, волейболістів та інших спортсменів тривають менше 100 мс. Тривалість зорових фіксацій (при ознайомленні з ситуацією в інформативному пошуку) залежить від того, наскільки складним виявиться перцептивне завдання, її межі – 150-600 мс.

Таким чином, в умовах деяких видів спорту (іграх, одноборствах.) людина не здатна правильно відреагувати на виникаючі сигнали. Результативні реагування спортсменів (особливо в складних ситуаціях поєдинків та ігор) пояснюються виконанням дій за типом **реакцій передбачення (антиципації)**. Тобто спортсмен реагує не на появу того чи іншого подразника, а передбачає (в часі або просторі) початок або появу сигналу для своїх дій, тобто час та місце дії суперника або партнера (рух зброї у фехтуванні, появу м'яча в іграх). Реакція передбачення є однією з форм ймовірності прогнозування, найбільш важливою

якістю, яка забезпечує результативність діяльності в складних швидкісних взаємодіях спортсменів.

Розрізняють два види передбачення: перцептивне, яке означає оцінку руху об'єкту з метою його перехоплення в обумовленому місці, і **рецепторне**, яке полягає в екстраполяції моменту появи об'єкта на підставі оцінки певних періодів часу.

В процесі змагальної діяльності спортсмен реагує, передбачаючи просторові і часові характеристики об'єктів, що рухаються (м'яч, партнер, суперник), і знаходяться в зоні його сприйняття (зір, слух), а також якщо він екстраполює часові і просторові характеристики своїх дій з ритмом і темпом вивчених раніше рухів, без зорового контролю або контролю іншими рецепторами.

Орієнтація в часі і просторі здійснюється за допомогою комплексної діяльності аналізаторів, яка дає цілісне уявлення про положення тіла, його переміщення і дозволяє адекватно і ефективно реагувати на подразники, а також взаємодіяти з предметами, знаряддями, партнерами, суперниками.

Прихований (латентний) період реакції складається з активного сприймання інформації, її обробки і прийняття рішення про відповідний рух. **Окрема рухова дія спортсмена схематично може бути подана як реакція, що складається з латентного періоду і моторного компоненту.**

Перцептивні та рухові процеси є відносно незалежними. Це означає, що між швидкістю протікання нервових процесів, які лежать в основі розпізнавання сигналу, передачі нервових імпульсів до виконавчої системи і швидкістю протікання нервових процесів, які лежать в основі рухового акту, немає обов'язкового позитивного переносу. Таким чином, методика вдосконалення рухових реакцій повинна включати спочатку окреме вдосконалення рухової структури моторного компоненту (техніки руху) і часу латентного періоду, а далі – покращення координаційної взаємодії латентного періоду і моторного компоненту.

Велике значення у формуванні швидкості реагування має **сенсомоторний метод**, основою якого є здатність людини розрізняти часові мікроінтервали. **Удосконалення швидкості реагування у відповідності з цим методом проходить в три етапи.**

На першому етапі спортсмен намагається відреагувати на сигнал подразника якомога швидше, після чого йому повідомляють час реакції. Порівняння часу зі своїми відчуттями дозволяє усвідомити швидкість реагування. **На другому етапі** спортсмен намагається сам визначити час своєї реакції, після чого йому повідомляють її дійсний час. Порівняння власної оцінки, внутрішнього чуття часу з об'єктивними показниками дозволяє ще точніше підходити до оцінки часу реагування. **На третьому етапі** спортсмену задають певний час реакції, який той намагається реалізувати. Порівняння

реального часу реагування з заданим і зі своїми відчуттями дає змогу ще більше вдосконалити здатність до швидкісного реагування.

Основи методики удосконалення швидкості реагувань:

- засвоєння кожного виду реакцій (простих, диз'юнктивних, диференційованих) має відбуватися по черзі, а кожен вид реагування спочатку вдосконалюється самостійно, без об'єднання з іншими;

- удосконалення антиципацій (просторових і часових передбачень) повинно відбуватися одночасно з вдосконаленням техніко-тактичної майстерності;

- педагогічні завдання вдосконалення мають ускладнюватися шляхом нарощування і чергування якісних і кількісних вимог до вправ;

- при удосконаленні здібностей до реагування послідовно скорочується тривалість моторного компонента прийому; зменшується тривалість латентного періоду дій; вдосконалюється вміння передбачити часові і просторові взаємодії.

Удосконалення спеціалізованих вмінь – відчуття води, снігу, доріжки, снаряду, дистанції, часу, моменту, ритму, темпу, суперника, партнера тощо.

Розвиток спеціалізованих вмінь (відчуттів) вимагає розвитку таких здатностей:

- передбачати і диференціювати просторово-часові компоненти змагальних ситуацій;

- обирати момент початку дії з метою успішної протидії супернику або взаємодії з партнером по команді;

- адекватно визначати напрям, амплітуду, швидкісні характеристики, глибину і ритм своїх дій, суперника і партнерів.

У кожного спортсмена є свої сильні й слабкі сторони, причому сильні можуть компенсувати наявність слабких.

Найтипівіші варіанти такої компенсації:

- недоліки тактичного мислення компенсуються швидкістю рухових реакцій, стійкістю й розподілом уваги, відчуттям часу, дистанції, моменту;

- недоліки розподілу уваги компенсуються швидкістю сприйняття і мислення, точністю м'язово-рухових диференціацій;

- недоліки переключення уваги компенсуються швидкістю рухових реакцій, здатністю точно прогнозувати зміну ситуації, відчуттям часу;

- недостатня швидкість рухових реакцій компенсується здатністю до прогнозування, відчуттям дистанції, часу, розподілом уваги та її стійкістю, тактичним мисленням;

- недостатня точність рухових диференцій компенсується увагою, швидкістю рухових реакцій, відчуттям часу та ін.

Регулювання психічної напруженості і вдосконалення толерантності до емоційного стресу – здатність спортсменів до максимальної активізації

функціональних систем, максимального використання енергетичних ресурсів організму, швидкого переходу від відносно пасивних станів до періодів граничної мобілізації і навпаки.

З цією метою у тренувальному процесі використовують впливи стресового характеру, які відповідають складним і несподіваним змагальним ситуаціям для вибіркового впливу на посилення мотиваційної альтернативи змагальної діяльності.

У якості стрес-факторів використовують:

збиваючі фактори: раптові світлові і звукові ефекти, музичний супровід, який не співпадає з встановленим ритмом, абстраговані від характеру дій бесіди, запитання.

ускладнення діяльності провідних аналізаторів – виконання прийомів і дій з обмеженням зорової та кінестетичної інформації про параметри рухів (використання рукавичок, окулярів з обмеженням центрального або периферичного зору, дії на незвичному покритті або під різним кутом нахилу).

дефіцит простору і часу – виконання завдань на зменшених спортивних майданчиках; обмеження поля бою, килима і рингу; скорочення часу на виконання дій.

обмеження або перекручення інформації – зустрічі з незнайомими суперниками, їх часті зміни, неадекватність дій партнерів.

Психічні стани спортсмена перед стартом та способи управління ними.

Рівень психічної напруженості в змаганнях, особливо у кваліфікованих спортсменів, залежить від факторів, що впливають на психіку: вид змагання, рівень готовності, мотивації.

Розрізняють чотири стани змагальної готовності спортсмена:

- 1) недостатнє збудження;
- 2) оптимальне збудження;
- 3) надмірне збудження;
- 4) гальмування внаслідок надмірного збудження.

Стан недостатнього збудження проявляється в млявості, недостатній зосередженості, неможливості сконцентрувати увагу на майбутньому двобої. Зовні спортсмен спокійний, навіть байдужий, доброзичливий до навколишніх, навіть до суперників. Однак він не здатний максимально реалізувати в змаганнях свої функціональні можливості, його дії часто характеризуються несвоєчасністю й неадекватністю.

Такий стан буває у молодих спортсменів, які не ставлять перед собою цілей досягнення найвищого результату. Навіть кваліфіковані й досвідчені спортсмени (при недостатній підготовленості) іноді знижують рівень своїх домагань, що також може привести до недостатнього психічного порушення. При повторенні такого стану виробляється своєрідний рефлекс, який згодом дуже важко перебороти.

Стан оптимального збудження. У цьому стані спортсмен відчуває готовність і бажання змагатися, здатний об'єктивно оцінювати свої дії, партнерів по команді, суперника, отримувати задоволення від своїх рухів і дій, впевненість у своїй підготовленості домогтися планованого результату.

Стан надмірного збудження. Спортсмен надто збуджений, надмірно активний, дратівливий, не контролює себе, запальний, нетерпимий до навколишнього середовища, можливі невротичні реакції.

Головне в цих випадках не допустити спроб виправдати свій стан і вчинки несприятливо сформованими умовами, інакше в майбутньому спортсмен постійно буде шукати причини для виправдання слабого результату.

Стан гальмування внаслідок надмірного збудження. Його механізм є протилежним до формування стану недостатнього збудження. Однак зовні стан гальмування проявляється в тих самих реакціях, за винятком доброзичливості до довкілля. Пасивність, що проявляється зовні, є результатом травмуючих переживань, неприємних асоціацій, небажання змагатися. Настає апатія, психічна та фізична млявість, іноді виникають невротичні реакції. Спортсмен розуміє непотрібність нав'язливих думок, страху не показати запланований результат, але не може позбутися них.

Якщо у стані недостатнього збудження спортсменові необхідні використовувати активно збудливі засоби (швидкісні та силові вправи в розминці, масаж, холодний душ), то у стані гальмування потрібні неінтенсивна розминка (краще на самоті), теплий душ, психорегулюючі впливи.

Можливі випадки, коли всі чотири види психічної напруги (у тім або іншому ступені) проявляються в того самого спортсмена протягом тривалого турніру або декількох різних змагань.

Серед можливих способів управління стартовим станом наступні.

Спортсмен налаштовує себе на досягнення максимального результату. Він переконує себе й навколишніх, що буде першим. Тільки першим! «Я віддам всі сили, щоб бути першим! Я можу бути й буду першим! Якщо не я, то хто ж інший?! Тільки я!» Так можуть налаштовувати себе спортсмени, які мають реальні шанси на успіх, добре підготовлені та переконані у правильності своєї підготовки до даних змагань.

Однак у цій системі присутня небезпека. Якщо змагання для спортсмена складаються несприятливо, то він, будучи налаштованим тільки на перше місце, може припинити боротьбу за нього, мотивуючи таку поведінку: «Якщо я не перший, то бути другим не хочу». До такого перебігу подій варто бути готовим, використовуючи кожен шанс для досягнення кращого результату.

Іншим варіантом управління стартовим станом є внутрішнє заниження значення даних змагань, рівня домагань. Спортсмен намагається переконати своїх товаришів, що змагання не впливають негативно на його психіку. Одночасно він трохи применшує свої можливості, рівень підготовленості. Зробивши таке «підстрахування», він знижує свою психічну напруженість.

Якщо змагання складаються для спортсмена сприятливо, то це надає йому ще більше сил і впевненості. Якщо хід змагань несприятливий, він виправдовується: «Я ж говорив, що недостатньо готовий».

Іноді таке налаштування призводить до надмірного заспокоєння та зниження результативності, незважаючи на високі потенційні можливості.

Кращим способом налаштування є абстрагування від змагальної ситуації і суперників. Спортсмен налаштовується на повне використання потенційних можливостей: «Показати всі, на що я здатний! Повною мірою виявити свою підготовленість!». Однак при надмірному й тривалому налаштуванні за допомогою такого способу можливі нервові розлади.

Раціональна підготовка до стартів пов'язана з концентрацією уваги на основних рухових діях, думках, відчуттях і відволіканні від сторонніх факторів.

Спортсменам, схильним до зайвого емоційного збудження, в останні 8-10 днів перед відповідальними змаганнями не слід планувати занять із граничними за величиною навантаженнями, варто уникати застосування контрольних тестів. У тренуванні спортсменів із зниженим емоційним збудженням, навпаки, варто використовувати інтенсивні вправи швидко-силової спрямованості.

Спортсменам, у яких емоційна напруга підвищена, рекомендується використовувати розминку невисокої інтенсивності, і навпаки.

Контроль психічної підготовленості спортсменів.

В процесі контролю психічної підготовленості оцінюють:

- морально-вольові якості, що забезпечують досягнення високих спортивних результатів (здібність до лідерства, мотивацію, вміння концентрувати сили у потрібний момент, здібність до перенесення високих навантажень, емоційну стійкість, здібність до самоконтролю);
- стабільність виступу на змаганнях за участю суперників високої кваліфікації, вміння показувати кращі результати на головних змаганнях;
- обсяг і концентрацію уваги у різних змагальних ситуаціях;
- здатність керувати рівнем збудження під час змагань (стійкість до стресових ситуацій);
- ступінь досконалості сприйняття візуальних та кінестетичних параметрів рухів, здібність до психічної регуляції м'язової координації, сприйняття і переробки інформації;
- можливості аналізаторів, сенсомоторні реакції, здібність до

формування випереджаючих рішень в умовах дефіциту часу (просторово-часові антиципації).

21.5 Теоретична підготовка

Зростання спортивних результатів і конкуренція на світовій арені в різних видах спорту висувають нові суттєво підвищені вимоги до ефективності системи підготовки і її наукового обґрунтування.

Професор О. В. Борисова вважає, що основними особливостями функціонування національних структур професійного тенісу, які визначають ефективність і збалансованість їхньої діяльності, є різні схеми формування інфраструктури спорту, рівень спортивних досягнень лідерів і збірних команд, якість організації внутрішніх і міжнародних змагань, умови для підготовки спортсменів і роботи тренерів, а також стан внутрішнього ринку і зміни, що відбуваються в суспільстві (соціальні, економічні, політичні тощо). При цьому загальним для всіх зазначених суб'єктів спорту є залежність розвитку національної організаційно-управлінської структури від тенденцій, що проявляються у світовій системі, зокрема й професійного тенісу. Це ставить вимоги до багаторівневого та різнобічного вирішення проблем системи підготовки спортсменів у формуванні системи спеціальних знань (теоретичної підготовки).

Водночас В. Т. Пятков зазначає, що теоретико-методичне підґрунтя системи науково-методичного забезпечення є головним критерієм якості підготовки, тому що саме воно визначає зміст майбутніх знань стрільців. Це зумовило виникнення об'єктивної необхідності проведення досліджень теоретико-методичних основ як критерію якості підготовки стрільців і конкретизації нових властивостей та відносин між об'єктами динамічної системи. Це можна вбачати і в теоретичній підготовці спортсменів, серед них і представників складнокоординаційних видів спорту (на прикладі стрільби).

Професор Ю. М. Шкретій зазначає, що методологічною основою дослідження проблеми управління тренувальними і змагальними навантаженнями в умовах інтенсифікації процесу підготовки та у сфері спорту вищих досягнень повинен бути інформаційний фонд, який містить такі категорії інформації: оцінювальну, діагностувальну, навчальну, орієнтувальну, мобілізувальну, організаційно-нормативну. До того ж А. Ю. Дяченко вказує, що в системі підготовки спортсменів високого класу залишаються проблемними питання практичного використання накопиченого потенціалу спеціальних знань, інтерпретації результатів спеціального контролю і, як наслідок, вироблення оптимальних засобів керування тренувальним процесом. Підтвердженням цього також є дані стосовно забезпечення високого рівня спортивної майстерності в боксі за допомогою реалізації різних сторін

спортивної підготовки (загальної фізичної, техніко-тактичної, інтелектуальної, психологічної, морально-вольової).

У сучасній теорії і практиці системи підготовки спортсменів активно використовують підходи, орієнтовані на інтеграцію педагогічних і фізіологічних даних. Останніми роками вони орієнтовані насамперед на конкретизацію й обґрунтування чинників різного характеру, що забезпечують високий спортивний результат.

Науковці зазначають, що сучасні вимоги до планування навантажень викликають необхідність одночасного вдосконалення різних розділів підготовленості спортсменів, котрі передбачають не тільки підвищення їхнього рівня, а й поєднання в певну систему, що не може обмежуватись окремими сторонами підготовленості. У інших дослідженнях зумовлена необхідність вирішення комплексу завдань, серед яких розробка моделей структури та змісту підготовки боксерів високої спортивної кваліфікації з урахуванням єдності процесу навчання і виховання, що дає змогу вирішувати завдання аналізування, прогнозування й оптимізації тренувальної та змагальної діяльності в сучасних соціально-економічних умовах. Також передбачається необхідність теоретичного та методологічного обґрунтування значущості розвитку інтелектуальних і морально-вольових якостей як структурних компонентів спортивної підготовки боксерів у віці 15–17 років. Однак у науковій літературі є твердження, відповідно до якого освіта стоїть на останньому місці в представників спортивних ігор. Це, на думку А. В. Голец, пов'язано з тим, що фінансова привабливість деяких ігрових видів спорту (футбол, баскетбол, теніс) змушує спортсмена приділяти більшість свого часу спортивному вдосконаленню, нехтуючи при цьому цілісність формування особистості та необхідністю навчання.

Успішна кар'єра в професійному футболі чи тенісі може повністю забезпечити все подальше життя спортсмена, тому він прагне максимально реалізуватися в обраному виді спорту. Варто висловити категоричне заперечення сформованому обґрунтуванню у зв'язку із, з одного боку, необхідністю різнобічного розвитку особистості, а з другого – неможливістю залучення усього контингенту спортсменів у ігрових видах спорту до діяльності в професійному спорті. Зважаючи на це, еволюція спортивної діяльності вказує, що сучасний спортсмен перестає бути простим виконавцем завдань, які ставить перед ним тренер. Він повинен надавати своїм діям теоретичне обґрунтування, уміти творчо аналізувати й узагальнювати інформацію з урахуванням своїх індивідуальних особливостей.

Сучасна система тренувань ставить надто жорсткі вимоги до функціональної підготовленості, нівелюючи водночас цінність гуманістичної (світоглядної) спрямованості спортивної діяльності. Узагальнюючи численні наукові дослідження, можна констатувати, що в практиці тренувального

процесу оцінюють переважно фізичну підготовленість, вміння та навички рухової діяльності, і дуже рідко теоретичні знання.

Головним завданням у спорті в таких умовах є відновлення основоположних світоглядних ідей у підготовці спортсменів, що передбачає, передусім, усвідомлення спортсменами і тренерами соціально-культурного сенсу спорту, а також конкретизацію їхніх уявлень про історичну місію такої діяльності, і на цій основі – істотну перебудову системи мотивації, відповідно до якої діють спортсмен і тренер.

У ході змагань проявляються такі особистісні якості спортсменів: професійні вміння, інтелект, воля до перемоги, а також знання і досвід тренерів, рівень розвитку низки наук, рівень технічної оснащеності, застосування різних спортивних засобів. Педагогічними умовами формування мотивів спортивної та навчальної діяльності є потреба у відповідному виді діяльності за допомогою подачі повної інформації про неї, вражень від особистого позитивного досвіду, пов'язаного зі спортом чи навчанням; усвідомлення отриманих потреб за допомогою ознайомлення з основними видами мотивів спортивної та навчальної діяльності. Окрім цього, теоретики спорту наповнюють теоретичний розділ навчально-тренувального процесу різним змістом. Так, Д. А. Михайлова] підкреслює, що теоретичний розділ, спрямований на засвоєння системи знань про закономірності фізичного виховання та методики підготовки спортсменів, і є найважливішим способом гармонійного виховання особистості. Л. П. Матвеев (1991) вважає, що завданням теоретичної або інтелектуальної підготовки є визначення ролі спеціальних знань про закономірності спортивної діяльності та шляхи досягнення високих результатів; глибоке розуміння закономірностей функціонування й розвитку організму в процесі спортивної діяльності; сутності спорту, принципів, правил і конкретних методів спортивного тренування. Також теоретична підготовка повинна охоплювати виховання інтелектуальних здібностей, пов'язаних зі спортивно-технічним мисленням, аналізуванням спортивної техніки, самооцінюванням.

На підставі проведеного аналізу наукової та методичної літератури виявлено узагальнення Ю. О. Павленка, які пов'язані з важливістю впровадження наукових розробок у практичну діяльність підготовки спортсменів разом із інститутом комплексної наукової групи у формі видавничої діяльності. Особливості цього підтверджуються в історичному аспекті, що пов'язано з задоволенням потреб спортивної практики в соціалістичних країнах, де планомірно розвивалося наукове видавництво. На думку дослідників, прогнозування реального процесу можливе після кількісного подання моделі змагальної діяльності, початкового рівня фізичної, техніко-тактичної, теоретичної, морально-вольової тренуваності спортсмена, моделі тренувального впливу за етапами підготовки, системи комплексного контролю.

Теоретико-методична основа управління багаторічною підготовкою юних спортсменів повинна ґрунтуватися на принципі взаємопов'язаного розвитку в процесі тренування інтелектуального і рухового компонентів інтегральної підготовленості за провідної ролі першого; систематичному використанні в процесі початкового навчання вербалізованого аналізу виконуваних рухових дій, способів орієнтування і відчуттів, які при цьому виникають; цілеспрямованому підвищенні якісного аспекту тренування шляхом стимулювання розумової активності; оперативному застосуванні індивідуалізованих тренувальних програм з варіативним змістом завдань для корекції виявлених неузгодженостей між поточним станом спортсмена і запланованим. Потрібно також урахувати диференційовано-індивідуальний підхід до побудови та змісту багаторічної підготовки, застосування тренувальних навантажень різної спрямованості, їх обсяг та інтенсивність залежно від статі і типу біологічного розвитку.

Необхідною умовою високої ефективності системи багаторічної підготовки є врахування динаміки вікового розвитку та індивідуальних особливостей дітей і підлітків, що дозволяє вибрати адекватні засоби і методи підготовки, нормувати тренувальні та змагальні навантаження, вносити корективи в навчально-тренувальний процес, прогнозувати ймовірний рівень досягнень того чи іншого юного спортсмена.

Пошук резервів подальшого підвищення результативності змагальної діяльності за сучасних умов передбачає вивчення і ефективне використання творчого потенціалу спортсменів.

Як зазначає С. І. Сальнікова, проблема активізації творчих здібностей спортсменів загалом є міждисциплінарною, важливою для вирішення завдань як психолого-педагогічної теорії, так і практики спорту вищих досягнень. У низці досліджень доведено, що структура інтелекту (у тому числі креативності) особистості за основними її складовими частинами специфічно проявляється в представників різних груп видів спорту.

Узагальнення наукових даних дає змогу стверджувати, що в представників циклічних видів спорту переважають за інтелектуальними компонентами комбінаторні здібності; за особистісними параметрами – високий рівень вимог (у тому числі за інтелектом), високий рівень мотивації досягнення мети, незалежність, вибірковість у спілкуванні. Проте за складовими креативності суттєвих відмінностей у спортсменів не спостерігається. Водночас у представників спортивних ігор переважають за інтелектуальними компонентами – здатність до оцінювання інформації, до абстрагування і оперування поняттями і числами, до індуктивного мислення; за складовими креативності – оригінальність, гнучкість та продуктивність вербального і невербального мислення; за особистісними параметрами – високий рівень самооцінювання (у тому числі за інтелектом), високий загальний рівень вимог,

високий ступінь активності взаємодії у групі.

У науковій та методичній літературі є пояснення цьому, що полягає в специфічних умовах змагальної діяльності у цих видах спорту. Це також зумовлюється необхідністю контактної взаємодії з партнерами й суперниками, оперативністю прийняття рішення, наявністю командної взаємодії тощо.

Ураховуючи традиційний розподіл видів спорту на групи за специфікою змагальної діяльності, науковці визначили в представників єдиноборств перевагу в активності взаємодії у групі при відсутності суттєвих відмінностей за інтелектуальними складовими і компонентами креативності відмінностей. У представників складнокоординаційних видів спорту за інтелектуальними складовими переважає здатність до оцінювання інформації, до абстрагування і оперування поняттями, за особистісними параметрами – високий рівень вимог за інтелектом, високий рівень мотивації досягнення мети, а також контактності. Серед спортсменів у швидкісно-силових видах спорту переважають такі: за інтелектуальними компонентами – комбінаторні здібності, за креативними – гнучкість та побіжність вербального мислення, за особистісними параметрами – незалежність як тенденція поведінки в групі.

На підтвердження цього Т. Г. Артеменко визначив взаємозв'язок рівня інтелектуального розвитку та ігрової інтегральної підготовленості у баскетболістів-початківців (у віці 10–12 років), що свідчить про інформативність цього показника для проведення первинного відбору.

Юнацький спорт як невід'ємна частина сучасного суспільства є специфічною сферою діяльності і складною соціальною системою зі своїми законами, правилами. Він має бути спрямованим на формування моральності молодого покоління. У межах цієї діяльності потрібно максимально ефективно використовувати потенціал цієї соціальної системи для виховання моральних якостей юних спортсменів.

Підходи, які використовуються в організації дитячо-юнацького спорту в різних країнах світу, залежать від багатьох внутрішніх чинників. До них належать такі: стан економіки країни, рівень добробуту населення, ставлення держави до спорту взагалі і до дитячого спорту зокрема, національні традиції, ставлення суспільства до фізичної культури і спорту, стан науки в цій сфері, відповідність законодавчої бази потребам дитячого спорту тощо.

Водночас у навчальних програмах чи їх частинах, які стосуються теоретичної підготовки у фізичному вихованні, виокремлено низку блоків: культурно-історичні основи фізичної культури, соціальнопсихологічні основи фізичної культури, природні основи фізичної культури. Формування знань, зумовлених сутністю цих блоків, у тому числі системних знань з анатомії, фізіології, гігієни, елементарної біомеханіки, психології суттєво змінює освітню сутність викладання інформації.

Швидкі зміни в спорті потребують від спортсмена якостей, котрі б дали

змогу творчо і продуктивно підходити до будь-яких ситуацій та пристосовувати до них власні дії. Щоб перемагати в постійно змінних ситуаціях, за умов відсутності інформації і часу для прийняття рішення, та адекватно на них реагувати, спортсмен повинен активізувати свій творчий потенціал.

За твердженням більшості науковців, у процесі планування тренувального процесу більше уваги потрібно приділяти побудові окремих тренувальних занять і мікроциклів. Вибір типу тренувальних занять на різних етапах мікроциклу, методика побудови їх програм, залежно від спрямованості, особливостей чергування в мікроциклі занять із різними за величиною і специфікою впливу навантаженнями, значною мірою визначають характер і величину тренувального та змагального ефекту.

Водночас В. А. Греховодов вказує, що низький рівень інформаційного забезпечення учасників змагального процесу чинить негативний вплив на виступи борців. Для вирішення відповідного науково-практичного завдання він теоретично обґрунтував та експериментально апробував методику підвищення ефективності змагальної діяльності борців на основі інформаційного забезпечення. За її основу взято розробку нового оригінального компонування процесу організації оперативного забезпечення інформацією учасників змагань, що сприяє реалізації можливостей борців, розробці методики на базі сучасних досягнень науки і техніки. Це засвідчує потребу в розробленні ефективних програм теоретичної підготовки з урахуванням специфіки змагальної діяльності, зокрема при спортивній боротьбі – ліміт часу на прийняття рішення.

Визначено, що ефективність інтенсифікації процесу підготовки необхідно проводити з урахуванням таких сучасних об'єктивних умов та вимог функціонування системи підготовки спортсменів: збільшення обсягів тренувальної і змагальної діяльності, відповідність системи тренування спортсменів специфічним вимогам виду спорту та орієнтація індивідуальних здібностей спортсменів, структуризація процесу підготовки спортсменів, можливість використання компонентів тренувальних і змагальних навантажень для управління розвитком якостей і здібностей спортсменів, орієнтація системи тренування на досягнення оптимальної структури змагальної діяльності, динамічність системи підготовки і забезпечення її оперативної корекції, чинники й умови, що підвищують ефективність тренувальної і змагальної діяльності.

Можна стверджувати, що більшість із них актуалізуються й для теоретичної підготовки. Так, збільшення обсягів тренувальної і змагальної діяльності викликає потребу адекватної зміни та пропорційності розгляду спеціальної інформації для спортсменів.

Попередній аналіз наукової та методичної літератури свідчить про відсутність чіткої структуризації системи теоретичної підготовки, що унеможливорює врахування специфічних вимог виду спорту та, відповідно,

орієнтацію на індивідуальні здібності спортсменів. Можна стверджувати про відсутність динамічності системи теоретичної підготовки та її оперативної корекції. Залишаються поза увагою дослідників чинники й умови, що підвищують ефективність тренувальної і змагальної діяльності, які мають ґрунтуватися на системі спеціальних знань спортсменів.

Керування терміновими реакціями адаптації висококваліфікованих спортсменів повинно враховувати взаємодію різних чинників та умов, серед яких чільне місце посідає взаємозв'язок фізичної підготовленості з іншими сторонами підготовки спортсменів. Це можна вбачати й у гармонійному поєднанні в режимі

тренувальних занять впродовж одного тренувального дня фізичної та теоретичної підготовки. Умови проведення таких занять можуть передбачати планомірний процес чи участь спортсменів у навчальнотренувальному зборі.

Тренер повинен прищеплювати спортсменові певні знання й уміння, крім того, навчити його самостійно опановувати теорію, найбільш об'єктивно оцінювати свої дії при складних ситуаціях. На кожному етапі свого спортивного вдосконалення спортсмен повинен опановувати ті знання і вміння, що відповідають його віку, спортивному рівневі.

На думку А. Р. Ротенберга, очевидною є потреба знань та врахувань особливостей одноборців, оскільки тут акцентовано лише на техніко-тактичній та фізичній підготовці спортсменів, що разом зі специфікою цих видів спорту (жорсткий фізичний контакт, «спортивна злість» тощо) призведе до змін соціальної поведінки спортсмена.

Невідповідність основних теоретико-методологічних положень існуючої системи підготовки юних спортсменів щодо практичних умов їх реалізації вагомо знижує ефективність праці тренерів і призводить до форсування підготовленості, підвищеного травматизму, недостатнього обліку вікових і статевих особливостей юних борців, зниження мотивації до занять спортом, що засвідчено на прикладі видів боротьби.

Водночас у процесі багаторічного тренування фехтувальників вищої кваліфікації обсяги типових прийомів пересувань в поєдинках характеризуються стабільністю, що дозволяє їх розглядати як складову частину досягнутого рівня технічної підготовленості і пов'язувати подальше вдосконалення з накопиченням змагального досвіду та ефективною реалізацією теоретичної підготовленості.

Значні резерви підготовки кваліфікованих боксерів містяться в спрямованому розвитку інтелектуальних якостей особистості спортсмена, що забезпечується характерним для боксу майстерним обігранням суперника шляхом оригінальних комбінацій, застосуванням несподіваних прийомів, що пов'язано з проявом аналітичних здібностей, рухової пам'яті, сприйняття, уваги тощо. Це, з одного боку, підкреслює розуміння необхідності вдосконалення

інтелектуальних якостей боксерів, а з другого, вказує на відсутність методики їх формування.

Водночас В. Т. Пятков вперше запропонував таку класифікацію теоретико-методичного підґрунтя підготовки спортсменів-стрільців, яка ґрунтується на описі, поясненні та передбаченні процесів і явищ у галузі стрілецько-спортивної діяльності: характеристика видів стрілецького спорту, техніка виконання влучного пострілу, методика навчання стрілецько-спортивних вправ, теорія тренування в стрільбі, перспективи стрілецького спорту. Таким чином, можна стверджувати про визначальне місце системи спеціальних знань спортсменів у комплексному удосконаленні рівня їхньої майстерності.

Окрім цього, при підготовці висококваліфікованих спортсменів (на прикладі сучасного п'ятиборства) В. С. Дрюков розробив принципові установки, на які необхідно орієнтуватися при розробленні моделей побудови річних циклів тренування в чотирирічному олімпійському циклі. Їхня інтерпретація дає нам підстави виокремити ті, які можуть бути пов'язаними з реалізацією системи теоретичної підготовки. Серед них диференційоване оцінювання стану підготовленості спортсменів у дисциплінах сучасного п'ятиборства, використання індивідуальних характеристик з урахуванням консервативних і неконсервативних показників, диференційований підхід до планування значних тренувальних навантажень у провідних та інших видах.

Схожі твердження трапляються в управлінні тренувальним процесом юних спортсменів-орієнтувальників. Ефективність підготовки яких залежить від організації навчальних і тренувальних дій, що адекватні ритмам вікового розвитку, параметрам рухової і розумової працездатності; пріоритетного формування в процесі початкового навчання просторово-часової антиципації стратегії і тактики змагальної діяльності, яка визначається складними формами інтелектуальної активності; застосування інформативних методик педагогічного контролю, заснованих на інтегральній оцінці рівня спеціальної підготовленості, що містить фізичний та розумовий аспект.

Інформація, яка є якісним доповненням системи підготовки легкоатлетів, потребує першочергового доведення та усвідомлення учасниками навчально-тренувального процесу. Це дозволить одразу формувати в спортсменів (на прикладі легкої атлетики) настанову на досягнення оптимальної біомеханічної структури рухів та, відповідно, спортивного результату.

Вирішення проблеми вдосконалення системи управління спеціальної фізичної та технічної підготовки легкоатлетів-стрибунів на етапі вищої спортивної майстерності ґрунтується на основоположних принципах системи управління складними процесами і забезпечується інтеграцією всіх компонентів підготовки, що сприяють досягненню найвищих спортивних результатів.

Професори, Р. Ф. Ахметов та В. І. Бобровник, наголошують, що

формування технічної майстерності легкоатлетів-стрибунів високої кваліфікації можливе тільки з урахуванням дидактичних закономірностей, програмово-цільового керування, що базуються на використанні сучасних комп'ютерних програм, які дозволяють досліджувати й аналізувати рухові дії на новому якісному рівні.

Ефективність підготовки в легкоатлетичних стрибках на етапі вищої спортивної майстерності підвищується за допомогою індивідуальної інформаційної комп'ютерної бази даних спортсмена, що містить інформаційні блоки змагальної діяльності, технічної та спеціальної фізичної, функціональної і психологічної підготовленості стрибунів.

Значна частина фахівців із галузі спорту вказують на специфічність структури творчих здібностей у представників спортивних ігор, яка полягає в наявності креативного (оригінальність, продуктивність вербального та невербального мислення), інтелектуального (індуктивне мислення, оперування словесною і числовою інформацією, оцінювання) та особистісного (самооцінювання, домагання за інтелектом, сила мотивації досягнення мети) компонентів.

Зазначимо, що в спортсменів, які займаються футболом, баскетболом та спортивним орієнтуванням, творчий потенціал подібний. У легкоатлетів показники достовірно нижчі. Згідно з низкою наукових досліджень, можна стверджувати, що в спортсменів ігрових видів спорту (футбол, баскетбол) переважає допитливість, уява та схильність до ризику. У спортсменів, що займаються орієнтуванням, більш розвинена допитливість та схильність до ризику, а у легкоатлетів (біг на середні та довгі дистанції) переважає складність. При цьому актуальними для представників усіх видів спорту є формування оптимального для реалізації основних завдань системи підготовки рівня теоретичного підготовленості.

Науковці, В. М. Костюкевич, Ж. Л. Козіна, І. Г. Максименко, неодноразово зазначають, що побудова тренувального процесу спортсменів у ігрових видах спорту повинна містити концепції на основі методів моделювання та передбачати розроблення як методологічних аспектів побудови модельних характеристик підготовленості та змагальної діяльності спортсменів, так і моделей структурних утворень тренувального процесу (мікроциклів, мезоциклів, етапів і періодів).

На основі аналізу змагальної діяльності гравців команд, учасниць фінальних ігор чемпіонатів світу, провідних європейських й українських клубів Г. А. Лісенчук обґрунтував ефективність використання низки показників техніко-тактичної підготовленості футболістів високої кваліфікації в загальній системі комплексного контролю спеціальної підготовленості гравців і команд загалом. При цьому автор не зазначає механізмів потрапляння її в систему знань футболістів різної кваліфікації. Це ставить додаткові акценти на

проблеми в нашому дослідженні та дозволяє сформулювати окреме науково-практичне завдання, пов'язане з розробкою універсальних ефективних засобів інтеграції науково обґрунтованих даних, для системи теоретичної підготовки спортсменів.

На основі цього Р. Ф. Ахметов стверджує, що сучасний рівень розвитку швидкісно-силових видів спорту потребує вирішення основних проблем теорії та методики управління тренувальним процесом, розроблення ефективних засобів і методів для усіх сторін підготовки спортсменів.

Серед численних досліджень, спрямованих на розкриття актуальних проблем теорії та методики спортивного тренування, звернемо увагу на ті, які стосуються різних розділів тренувального процесу.

Водночас С. В. Голомазов і Б. Г. Чирва зазначають, що вдосконалення технічної майстерності професійних футболістів зумовлюється ефективністю тренувальних вправ, яка залежить від того, чи враховувалися при їх побудові аналітичні закономірності гри у футбол, специфіка у виконанні технічних прийомів в змагальних іграх.

Узагальнення низки досліджень, проведених у баскетболі, дає змогу стверджувати про високу значущість взаємозв'язків основних показників сторін підготовленості й таких важливих складових особистості спортсмена (рівень інтелектуального розвитку), які є реалізаційними передумовами для теоретичної підготовки баскетболістів.

При вирішенні окремих науково-практичних завдань, пов'язаних із відбором баскетболістів на етапі ПП, варто акцентувати на провідному чиннику (когнітивно-вольові прояви у грі) з найбільшим внеском 30,6 %.

До нього належать такі компоненти, як: мислення, інтелектуальний розвиток, ефективність уваги, швидкість перероблення інформації в зорово-руховій системі, цілеспрямованість тощо.

Виявлено найбільший вплив вербально-логічного мислення стосовно таких основних показників змагальної діяльності: кількість кидків м'яча з гри, перехоплень м'яча, влучності кидків з гри, влучності штрафних кидків та співвідношення кількості підібраних м'ячів до загальної кількості підбирань. У цьому вбачаємо значні перспективи удосконалення цих компонентів при розробленні наукового підґрунтя теоретичної підготовки.

При підготовці команд в ігрових видах спорту слід враховувати неодноразовість досягнення стану спортивної форми окремими гравцями і цілою командою та можливі суттєві відмінності їхньої підготовленості.

Окремі науковці до чинників оптимізації управління підготовкою і станом баскетболістів у річних макроциклах зараховують структуру і методику побудови підготовки в макроциклі, умови організації підготовки, інформаційне, науково-методичне забезпечення тощо. Учений В. М. Костюкевич зазначає, що річний тренувальний цикл збірної команди з хокею на траві будується на

підставі календаря головних змагань. Він вважає, що на підготовку спортсменів у складі збірної команди відводиться 95–115 тренувальних днів, за які проводиться 83–95 спеціалізованих і 49–60 неспеціалізованих занять. Також зауважимо, що на теоретичну й психологічну підготовку приділяється 96–110 годин. Це доводить важливість створення нормативних основ та методологічного підґрунтя для теоретичної підготовки як на рівні державних структур спорту, так і при клубній організації навчально-тренувального процесу висококваліфікованих спортсменів у ігрових видах спорту.

Професор І. Г. Максименко та інші науковці неодноразово наголошують на невідповідності вимог чинних програм ДЮСШ головним положенням багаторічної підготовки, що не дозволяє юним спортсменам у майбутньому максимально реалізувати індивідуальні можливості та створює об'єктивні чинники для погіршення стану їхнього здоров'я.

Це положення здебільшого застосовано для розділів підготовки, які пов'язані зі значними фізичними, психофункціональними навантаженнями. Питання визначення об'єктивності розроблених структури та змісту власне теоретичної підготовки залишається актуальним як для окремих видів спорту, так і для їх груп. Його можна вирішити завдяки проведенню ґрунтового аналізу навчальних програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності, та дозволить системно удосконалити теоретико-методичні основи теоретичної підготовки з врахуванням вимог, які дедалі більше зростають, до підготовленості в різних видах спорту.

Література

1. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / авт. кол.: Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р. [та ін.] ; за заг. ред. М. М. Линця. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 304 с.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
3. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : [навч. посіб. для фізкультурних вузів] / Линець М. М. – Львів : Штабар, 1997. – 207 с. – ISBN 5-7620-14-9.
4. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов // Л. П. Матвеев. – К: Олимпийская литература, 1999. – 317 с. – ISBN 966-7133-22-2
5. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ / М. М. Линець, В. М. Платонов // Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]; за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – Т. 1, гл. 5. – С. 87–103.

6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учебник для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

7. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: монографія / Мар'ян Пітин. – Л. : ЛДУФК, 2015. – 372с.

8. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В. М., Булатова М. М. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320с.

9. Improvement of sportsmen physical fitness during previous basic training (based on sport orienteering material) / Khrystyna Khimenes, Mykhailo Lynets, Yuriy Briskin, Maryan Pityn, Yaroslav Galan // Journal of Physical Education and Sport. – 2016. – Vol. 16, is. 2. – P. 392–396.

Наукові статті, підручники, дисертаційні роботи, автореферати, монографії з обраного виду спорту.

Тема 22. Мікро-, мезо та макроструктура тренувального процесу

1. Структура і зміст тренувального заняття.
2. Мікроцикл.
3. Мезоцикл.
4. Макроцикл.

22.1. Структура і зміст тренувального заняття

В окремому занятті, що є самостійною структурною одиницею процесу підготовки, можуть застосовуватися засоби, спрямовані на вирішення завдань фізичної, техніко-тактичної, психологічної та інтегральної підготовки, створюються передумови для ефективного протікання адаптаційних і

відновних процесів. Структура визначається метою й завданнями заняття, коливаннями функціональної активності організму в процесі м'язової діяльності, величиною навантаження, особливостями підбору та сполучення тренувальних вправ, режимом роботи та відпочинку.

Існуюча структура заняття, що складається з підготовчої, основної й заключної частин, визначається закономірними змінами функціонального стану організму спортсмена під час роботи.

У **підготовчій частині** проводяться організаційні заходи і безпосередня підготовка до виконання програми основної частини заняття. Чіткий початок заняття дисциплінує спортсменів, привчає їх до злагоджених дій, зосереджує увагу на майбутній діяльності. При правильному налаштуванні на виконання програми заняття виникає передстартовий стан, який характеризується підвищенням активності основних функціональних систем організму.

Розминку поділяють на загальну і спеціальну. Загальна (загально-підготовчі вправи) сприяє активізації найважливіших функціональних систем центральної нервової системи, рухового апарату, вегетативної системи і готує організм до основної роботи. Спеціальна (спеціально-підготовчі вправи) спрямована на формування оптимального стану функціональних систем організму, які визначають ефективність його діяльності в основній частині.

В **основній частині** заняття й вирішуються головні завдання, наприклад, удосконалення фізичної, технічної, тактичної, психологічної підготовленості.

У **заклучній частині** заняття здійснюється приведення організму спортсмена в стан, близький до передробочого, створюються умови, які сприяють інтенсивному протіканню відновних процесів, напруженість роботи поступово знижується.

Типи тренувальних занять за педагогічною спрямованістю.

Тренувальні заняття поділяють на основні і додаткові. В **основних** виконують основний обсяг роботи, пов'язаний з вирішенням головних завдань періоду підготовки, планують найбільш істотні навантаження. У **додаткових** вирішують окремі конкретні завдання підготовки, створюють сприятливий фон для протікання адаптаційних процесів. Обсяг і величина навантаження в таких заняттях невеликі, засоби і методи не вимагають максимальної мобілізації можливостей функціональних систем.

За локалізацією спрямованості засобів та методів розрізняють заняття вибіркової та комплексної спрямованості.

У заняттях вибіркової спрямованості основний обсяг вправ забезпечує вирішення одного завдання (наприклад, розвиток спеціальної витривалості), а побудова занять комплексної спрямованості – вирішення одразу декількох завдань.

Заняття вибіркової спрямованості – заняття, під час яких розвивають швидкісні, силові якості, анаеробну та аеробну продуктивність, спеціальну витривалість, технічну і тактичну майстерність, економічність роботи, покращення ефективності використання функціональних можливостей у змагальній діяльності, психологічну стійкість.

При побудові занять використовують одноманітні, найбільш популярні засоби, причому тренувальна програма є досить стабільною протягом визначеного етапу; різні методи й засоби; різні односпрямовані засоби, що застосовують у режимах декількох методів.

Доведено, що підготовленість спортсменів найбільшою мірою зростає, якщо застосовувати заняття вибіркової спрямованості з різноманітною програмою у режимах різних методів. Найменш ефективний варіант – заняття із тривалим застосуванням однакових засобів. У цьому випадку відбувається швидка адаптація організму спортсменів до засобів, уповільнення, а потім і припинення зростання рівня підготовленості

Заняття з односпрямованими засобами плануються тоді, коли потрібно працювати над розвитком здібностей до економічного виконання роботи або підвищення психічної стійкості до тривалого виконання монотонної й напруженої роботи (це важливо для прояву спеціальної витривалості при проходженні довгих дистанцій).

Заняття комплексної спрямованості. Існує два варіанти побудови занять, що передбачають одночасний розвиток різних якостей. При **першому варіанті** програма окремого заняття ділиться на дві або три відносно самостійні частини. Наприклад, у першій частині застосовують засоби для підвищення швидкісних можливостей, у другій і третій – для підвищення витривалості при роботі анаеробного та аеробного характеру; у першій вивчають нові технічні елементи, у другій – удосконалюють фізичні якості, а у третій – тактичну майстерність.

Другий варіант припускає не послідовний, а паралельний розвиток декількох (переважно двох) якостей. Як приклад – програма в бігу 10 x 400 м зі швидкістю 85-90 % від максимально можливої з паузами відпочинку 45 с. Така тренувальна програма має багато спільного з інтервальними тренуваннями, які сприяють підвищенню рівня аеробної продуктивності, висуває високі вимоги до анаеробного (гліколітичного) енергозабезпечення, стимулюючи зростання витривалості при роботі анаеробного характеру.

Часто паралельно вирішуються завдання технічного й тактичного удосконалення (в спортивних іграх і одноборствах), фізичного й психічного удосконалення (при розвитку спеціальної витривалості, коли граничні зміни в діяльності вегетативних систем супроводжуються максимальною мобілізацією психічних можливостей, пов'язаних з подоланням болісних відчуттів, характерних для важкої втоми).

Таким чином, заняття комплексної спрямованості можна розділити на дві групи: з послідовним і паралельним вирішенням завдань.

При послідовному вирішенні завдань роботу над вивченням нових рухових дій, тактичних схем, техніко-тактичних комбінацій планують на початок заняття, після розминки. Удосконалення раніше засвоєних техніко-тактичних дій у складних умовах змагальної боротьби та при прогресуючій втомі планують на кінець заняття, після попереднього виконання більших обсягів роботи іншої спрямованості.

На першому етапі підготовчого періоду в комплексних заняттях застосовують засоби, спрямовані на підвищення витривалості при роботі аеробного характеру. Надалі, із зростанням тренуваності, це співвідношення може змінюватися на користь засобів, що підвищують швидкісні можливості та спеціальну витривалість. У випадках, коли спринтерські вправи застосовують у першій частині заняття безпосередньо після розминки, їхній обсяг може досягати 20-30 % загального обсягу роботи. Якщо ж їх планують на кінець заняття, коли спортсмени втомлені, кількість спринтерських вправ не може перевищувати 5-10 % від загального обсягу роботи.

При сполученні засобів різної спрямованості в комплексних заняттях варто враховувати взаємодію вправ. Вона може бути **позитивною** – чергове навантаження підсилює зрушення, викликані попереднім навантаженням; **нейтральною** – чергове навантаження не змінює істотно характеру й величини відповідних реакцій; **негативною** – навантаження зменшує зрушення, що виникли у відповідь на попередній вплив.

Ефект вправ гліколітичної анаеробної спрямованості помітно підсилюється, якщо їм передують алактатна анаеробна робота, та істотно знижується після тривалого аеробного навантаження. Якщо комплексне заняття спрямоване на удосконалення шляхів енергозабезпечення роботи, найбільш ефективна така побудова тренувальної програми, при якій після вправ алактатного анаеробного характеру йдуть вправи лактатного анаеробного та аеробного характеру. Якщо ставиться завдання підвищення швидкісних якостей, після виконання великої програми аеробної спрямованості в занятті можуть бути застосовані спринтерські вправи.

У заняттях із **паралельним вирішенням завдань** вирішуються три завдання:

- 1) удосконалення швидкісних можливостей і витривалості при роботі анаеробного характеру;
- 2) розвиток витривалості при роботі аеробного й анаеробного характеру;
- 3) удосконалення техніко-тактичної майстерності.

Типи та організація занять

В залежності від характеру поставлених завдань виділяють наступні типи занять: навчальні, тренувальні, учбово-тренувальні, відбудовні, модельні й контрольні.

Навчальні заняття передбачають засвоєння нового матеріалу. Особливостями занять цього типу є відносно обмежена кількість умінь, навичок або знань, що підлягають освоєнню, широке використання контролю зі сторони тренера й самоконтролю за якістю освоєння матеріалу зі сторони спортсмена. При тренуванні кваліфікованих спортсменів ці заняття використовуються в основному в підготовчому періоді, у якому велика увага приділяється освоєнню нового матеріалу.

Тренувальні заняття. У цих заняттях багаторазово повторюються добре засвоєні вправи, тож вони можуть бути вибіркковими або комплексними.

Навчально-тренувальні заняття є проміжним типом між навчальними і тренувальними. На цих заняттях поєднують засвоєння нового матеріалу з його закріпленням.

Відновні заняття характеризуються невеликим сумарним обсягом роботи, її розмаїтістю та емоційністю, застосуванням ігрового методу. Їхнє основне завдання – стимулювати відновні процеси після перенесених навантажень, створити передумови для протікання адаптаційних реакцій.

Модельні заняття. Програма цих занять будується в строгій відповідності із програмою майбутніх змагань і їхнім регламентом, складом і можливостями передбачуваних учасників. Вони проводяться в період безпосередньої підготовки спортсменів до змагань.

Контрольні заняття можуть бути пов'язані з оцінкою ефективності технічного, фізичного, тактичного й іншого видів підготовки.

Рекомендується розрізняти наступні **форми організації занять**: індивідуальну, групову, фронтальну, вільну.

При **індивідуальній формі** занять спортсмени отримують завдання та виконують його самостійно. Перевагами цієї форми занять є оптимальні умови для індивідуального дозування та корекції навантаження, виховання самостійності та творчого підходу при вирішенні поставлених завдань, можливість проводити заняття в умовах дефіциту часу. Недоліки: відсутність змагальних умов, відсутність допомоги та стимулюючого впливу зі сторони інших спортсменів.

При **груповій формі** є гарні умови для створення змагального мікроклімату, однак реалізація контролю за якістю виконання завдань та індивідуального підходу ускладнюються.

При **фронтальній формі** група спортсменів одночасно виконує ті самі вправи. Тренер має гарні умови для загального керівництва групою, застосування наочних методів, однак одночасно обмежується можливість індивідуального підходу.

Вільна форма занять може використовуватися спортсменами високого класу, які мають великий стаж занять, необхідні спеціальні знання й досвід.

Підвищенню ефективності тренувальних занять сприяє вибір їх раціональних організаційно-методичних форм, зокрема стаціонарної й колової.

При **стаціонарній формі** спортсмени виконують вправи на спеціально обладнаних станціях, пристосованих для розвитку різних рухових якостей, удосконалення техніко-тактичної майстерності. Станції можуть бути оснащені різним устаткуванням, тренажерами, діагностичними комплексами. Тренування на станціях дозволяють індивідуально підібрати обсяг і характер тренувальних впливів, оптимізувати контроль за якістю виконання завдань, оперативно вносити корективи в програми тренувальних занять.

Колова форма припускає послідовне виконання спортсменами вправ на різних станціях. Звичайно обладнується від 5 до 10-15 станцій. Розташовують їх та підбирають вправи таким чином, щоб спортсмен послідовно виконував різні за характером та спрямованістю вправи, які забезпечують різнобічний вплив на організм.

22.2 Мікроцикли

Мікроциклом називають серію занять, які проводяться протягом декількох днів і забезпечують комплексне вирішення завдань, поставлених на даному етапі підготовки. Тривалість мікроциклів коливається від 3-4 до 10-14 днів. Найпоширенішими є 7-денні мікроцикли. Мікроцикли іншої тривалості планують у змагальному періоді, що пов'язано з необхідністю змінити режим діяльності, сформувати специфічний ритм працездатності у відповідності до умов відповідальних змагань.

Типи мікроциклів: втягуючі, ударні, підвідні, змагальні, відновні.

Втягуючі – спрямовані на підведення організму спортсмена до напруженої тренувальної роботи. Застосовуються на першому етапі підготовчого періоду, ними часто починаються мезоцикли. Ці мікроцикли відрізняються відносно невисоким сумарним навантаженням у порівнянні з навантаженням наступних ударних мікроциклів. Надалі, у міру підвищення підготовленості спортсменів, сумарне навантаження втягуючих мікроциклів, може зростати та досягати 70-75 % від навантаження наступних ударних мікроциклів.

Ударні – характеризуються більшим сумарним обсягом роботи, високими навантаженнями, тому складають основний зміст підготовчого та змагального періоду.

Відновні – використовуються після ударних мікроциклів або після напруженої змагальної діяльності. Основна роль цих мікроциклів зводиться до забезпечення оптимальних умов для протікання відновних і адаптаційних процесів, що обумовлює невисоке сумарне навантаження, широке застосування засобів активного відпочинку.

Підвідні – спрямовані на безпосередню підготовку до змагань. Зміст цих мікроциклів залежить від системи підведення спортсмена до змагань, його індивідуальних особливостей і особливостей підготовки на заключному етапі. Тому у них може відтворюватися режим майбутніх змагань, вирішуватися питання повноцінного відновлення та психологічного налаштування.

Підвідні мікроцикли становлять зміст 2-3-тижневого мезоцикла перед головними змаганнями. У перших підвідних мікроциклах планують вузькоспеціалізовану підготовку до конкретних змагань при відносно невисокому сумарному навантаженні та загальному обсягу роботи, але при високій спеціалізованості програм окремих занять. Заключний підвідний мікроцикл, цього мезоциклу, який безпосередньо передує старту у головних змаганнях, за основними характеристиках майже не відрізняється від відновних. Однак на фоні загального незначного навантаження на початку або в середині мікроциклу може плануватися заняття з великим або значним навантаженням змагального характеру.

Змагальні. Структура та тривалість цих мікроциклів визначаються специфікою змагань, загальною кількістю стартів і паузами між ними. Залежно від цього змагальні мікроцикли можуть обмежуватися стартами та безпосереднім підведенням до них, відновними процедурами, а можуть включати й спеціальні тренувальні заняття. У змагальних мікроциклах пік навантаження, природно, припадає на дні змагань. **Залежно від кількості змагальних стартів можуть бути виділені однопікові, двопікові або багатопікові.**

Якщо змагання тривалі, а старту плануються в заключні дні, то в перші дні змагального мікроциклу спортсмени тренуються за програмою, максимально наближеної до програми підвідного мікроциклу, що безпосередньо передує змаганням. Якщо старту проводяться в перші дні змагань, то в наступні дні спортсмени відпочивають або проводять тренувальні заняття з малими навантаженнями відновного характеру.

Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах

Перш за все розглянемо сумарний вплив на організм спортсменів **двох занять однакової спрямованості**, коли друге заняття проводиться у стані не повного відновлення функціональних можливостей після першого. Два заняття швидкісної спрямованості з великими навантаженнями, які проводилися з інтервалом 24 години, призводять до виникнення втоми такого самого характеру, як і одного заняття, відповідно, повторне навантаження з великим

навантаженням збільшує втому, не змінюючи її характеру. Працездатність спортсменів при виконанні програми другого заняття виявляється значно зниженою – при одних і тих самих зовнішніх показниках втоми вони здебільшого не здатні виконати більш ніж 75-80 % роботи, яку виконували напередодні, причому тренувальні навантаження в силу швидко прогресуючої втоми дещо негативно впливають на психіку спортсменів (це більш виражено у спортсменів низької кваліфікації або недостатньо тренованих).

Особливості впливу двох занять однакової спрямованості з великими навантаженнями практично не залежать від періоду тренування, кваліфікації спортсмена, тому в мікроциклі необхідно планувати обережно поспіль два заняття однакової спрямованості з великими навантаженнями і лише для кваліфікованих спортсменів.

Сумарний вплив на організм спортсменів **двох занять з великими навантаженнями різної спрямованості**, які проводяться з інтервалом 24 години, принципово відрізняються від впливу однакових за спрямованістю занять. Велике навантаження на фоні втоми після попереднього навантаження у випадку не посилює втому, а пригнічує іншу сторону працездатності спортсмена.

Так, якщо після занять, спрямованого на підвищення швидкісних можливостей, проводиться заняття, яке сприяє підвищенню витривалості при роботі аеробного характеру, відбувається значне пригнічення останнього. В той час друге заняття рівень швидкісних можливостей не знижує.

Закономірності впливу двох занять з різною переважальною спрямованістю проявляється і в сумарному впливі **трьох занять з великими навантаженнями**. Через добу після закінчення останнього заняття всі основні показники спеціальної працездатності спортсменів знаходяться на рівні, який значно нижчий вихідного. Ступінь цього зниження суттєво відрізняється і визначається характером чергування занять. Однозначно, найбільш глибоким є вплив на сторону працездатності, якої удосконалювалася у третьому занятті.

22.3 Мезоцикли

Мезоцикл є відносно цілісним етапом тренувального процесу тривалістю від 3 до 6 тижнів. Найбільш популярні чотиритижневі мезоцикли.

Побудова тренувального процесу на основі мезоциклів дозволяє систематизувати тренувальний процес відповідно до головного завдання періоду або етапу підготовки, забезпечити оптимальну динаміку навантажень, доцільне поєднання різних засобів і методів підготовки, відповідність між

чинниками педагогічної дії і відновними заходами, досягти необхідної спадкоємності в розвитку різних якостей і здібностей.

Типи мезоциклів: втягуючі, базові, контрольно-підготовчі, передзмагальні, змагальні.

Основним завданням **втягуючих** мезоциклів є поступове підведення спортсменів до ефективного виконання специфічної тренувальної роботи. Це забезпечується застосуванням вправ, спрямованих на вирішення завдань загальної і допоміжної фізичної підготовки. Застосовують вправи для вибіркового вдосконалення швидкісний-силових якостей і гнучкості; формування рухових навичок і вмій.

У **базових** мезоциклах проводиться основна робота щодо підвищення функціональних можливостей основних систем організму спортсмена, розвитку фізичних якостей, становленню технічної, тактичної і психічної підготовленості. Тренувальна програма характеризується різноманітністю засобів, великою за об'ємом і інтенсивності роботою, широким використанням занять з великими навантаженнями.

У **контрольно-підготовчих** мезоциклах синтезуються можливості спортсмена, досягнуті в попередніх мезоциклах, тобто здійснюється інтегральна підготовка. Застосовують спеціально-підготовчі та змагальні вправи.

Передзмагальні мезоцикли призначені для усунення дрібних недоліків, виявлених в ході підготовки спортсмена, вдосконалення його технічних можливостей, психічної і тактичної підготовленості. В залежності від стану, в якому спортсмен підійшов до початку передзмагального мезоциклу, тренування може бути побудоване на основі ударних мікроциклів, спрямованих на підвищення спеціальної підготовленості, або розвантажувальних, для прискорення процесів відновлення, запобігання перевтомі, ефективному протіканню адаптаційних процесів.

Кількість і структура **змагальних** мезоциклів визначаються специфікою виду спорту, особливостями спортивного календаря, кваліфікацією і ступенем підготовленості. Відповідальні змагання, наприклад, в циклічних видах спорту, охоплюють період від 2 до 3 місяців. Протягом цього часу плануються 2-4 змагання мезоцикла. В інших видах спорту, наприклад, в спортивних іграх, період відповідальних змагань триваліший (у спортсменів високого класу до 8-10 місяців). За цей час може бути проведено до 6-8 змагань мезоциклів.

Поєднання мікроциклів у мезоциклі

В залежності від кількості занять з великими навантаженнями процес відновлення функціональних можливостей після сумарного навантаження мікроциклу може або закінчитися через декілька годин після останнього заняття, або затягнутися на декілька діб. Подальший мікроцикл може

проводитися на фоні відновлення після навантаження попереднього мікроциклу або на фоні вираженої втоми.

Підготовка кваліфікованих спортсменів у видах змагань, пов'язаних з проявом витривалості, в найбільш напружені періоди роботи вимагає підсумовування навантажень окремих мікроциклів і прогресування втоми від одного мікроциклу до іншого. Це сприяє максимальній мобілізації функціональних можливостей, висуває високі вимоги до психічної сфери спортсмена. Але після цього обов'язково повинен бути запланований розвантажувальний мікроцикл.

Однак у тренуванні юних спортсменів на попередніх етапах багаторічної підготовки слід так чергувати мікроцикли з різним сумарним навантаженням, щоб черговий мікроцикл з великим або значним сумарним навантаженням проводився в умовах відновлення функціональних можливостей спортсмена після попереднього.

Поєднання і сумарне навантаження мікроциклів в мезоциклах залежать від етапу багаторічної підготовки та специфіки виду спорту.

Чим вище навантаження в ударних мікроциклах, тим нижче воно повинно бути у відновних; чим триваліший період напруженої роботи, тим тривалішим повинне бути час для відновлення. При плануванні в мезоциклі 2-3 ударних мікроциклів недостатньо 1 тижневого відновного мікроциклу – 2-3 буде достатньо.

Тривалий змагальний період (до 8-10 місяців) вимагає планування як чисто змагальних мезоциклів із стандартною структурою, так і специфічних комплексних мезоциклів, об'єднуючих в собі завдання базових, контрольних-підготовчих, передзмагальних і змагальних мезоциклів. Чисто змагальні мезоцикли плануються при інтенсивній змагальній практиці (наприклад, у футболі, коли щонеділі планується по дві офіційні гри).

Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок

Велике значення для якісної побудови мезоциклів при тренуванні жінок має облік особливостей жіночого організму, зокрема специфічних особливостей, обумовлених **оваріально-менструальним циклом** (ОМЦ). В ОМЦ виділяють фази: менструальна (3-5 днів), постменструальна (7-9 днів), овуляторна (4 дні), постовуляторна (7-9 днів), передменструальна (3-5 днів). Найменше сприятливою для навантажень є передменструальна фаза. В цей час у деяких спортсменок знижується працездатність, підвищується дратівливість, знижуються здібності до засвоєння нового матеріалу. Іноді зниження функціональних можливостей організму характерне для менструальної та овуляторної фаз. Таким чином, при 28-денній тривалості ОМЦ 10-12 днів окремі спортсменки знаходяться у відносно несприятливому функціональному стані.

Тим не менш, в умовах сучасного спорту практично всі спортсменки беруть участь в змаганнях під час менструацій. Переважна частина спортсменок активно тренується в цей період. Решта спортсменок під час менструацій виступає дещо краще або гірше в порівнянні з рештою днів циклу. Підтвердженням цього є і численні дані, що свідчать про те, що в передменструальній, менструальній і менструальній для поста фазах, як в стані спокою, так і при максимальних навантаженнях наголошуються ідентичні метаболічні і кардіоваскулярні реакції. В окремих випадках спостерігаються незначні відмінності в стані спокою, проте під час напруженої фізичної діяльності вони відсутні.

22.4 Макроцикли

Незалежно від варіантів побудови тренувального процесу протягом року (одноциклового, дво- або трициклового, здвоєного або потроєного циклу) у структурі макроциклу містяться структурні елементи – періоди, етапи, середні цикли (мезоцикли). Одні й ті ж елементи макроструктури можуть мати різні завдання, загальну структуру і зміст, зумовлені специфікою виду спорту, особливостями етапу багаторічної підготовки, кваліфікацією та індивідуальними особливостями спортсменів, календарем змагань і завданнями.

Виділяють три періоди підготовки спортсменів: підготовчий (загально- та спеціально підготовчий, змагальний та перехідний).

Підготовчий період.

У більшості видів спорту підготовчий період є найбільш тривалою структурною одиницею тренувального макроциклу. У ньому закладається функціональна база, необхідна для виконання великих обсягів спеціальної роботи, удосконалюються рухові навички, фізичні якості, здійснюється тактична і психічна підготовка.

У цей період використовуються вправи, які за характером і структурою можуть значно відрізнятися від змагальних, оскільки головним завданням підготовки на цьому етапі є не розвиток власне комплексних якостей, що визначають рівень спортивного результату, а підвищення можливостей окремих факторів, які є їх основою. Це передбачає широке використання різноманітних спеціально-підготовчих вправ, в значній мірі наближених до загальнопідготовчих.

Надалі склад засобів і методів змінюється: збільшується частка змагальних і спеціально підготовчих вправ, наближених до змагальних за формою, структурою і характером впливу на організм.

Підготовчий період поділяється на два етапи: загально-підготовчий та спеціально-підготовчий. Співвідношення тривалості цих етапів залежить від типу макроциклу і кваліфікації спортсмена. Наприклад, при двоциклового

плануванні перший макроцикл характеризується тривалим загально-підготовчим етапом і відносно короткочасним спеціально-підготовчим; у другому макроциклі – навпаки.

При підготовці спортсменів високої кваліфікації зазвичай планується короткий загально-підготовчий етап і тривалий спеціально-підготовчий; у спортсменів невисокої кваліфікації – навпаки.

Загально-підготовчий етап. Завдання: підвищення рівня загальної та допоміжної фізичної підготовленості, збільшення можливостей основних функціональних систем, удосконалення фізичних якостей. На цьому етапі закладається основа для подальшої роботи над безпосереднім підвищенням спортивного результату. Спеціальна частина підготовки полягає в удосконаленні окремих якостей, які впливають на рівень спортивного результату: розвиток швидкісно-силових параметрів рухів, удосконалення техніки рухів, продуктивності дихання, економичності роботи, підвищення здатності переносити великі навантаження.

Частка змагальних вправ у загальному обсягу роботи низька. Більше того, зайве використання в цей час змагальних вправ на шкоду допоміжним та спеціально-підготовчим може негативно позначатися на спортивних результатах.

Спеціально-підготовчий етап. Тренування на даному етапі передбачає цілеспрямовану спеціальну підготовку, що забезпечує високий рівень готовності до ефективної змагальної діяльності. Це досягається збільшенням частки спеціально-підготовчих та змагальних вправ. Зміст тренувань передбачає розвиток комплексних якостей (швидкісно-силових можливостей, спеціальної витривалості) на базі передумов, створених на першому етапі підготовчого періоду.

Значне увага приділяється вузькоспеціалізованим засобам, що дозволяють водночас удосконалювати змагальну техніку, фізичні якості і тактичні навички.

На початку етапу спеціально-підготовчі вправи далекі від змагальних і сприяють вибіркового впливу на різні сторони спеціальної підготовленості. Надалі підготовка спортсмена набуває інтегрального (об'єднуючого) характеру.

Змагальний період

Основними завданнями змагального періоду є збереження та подальше підвищення досягнутого рівня спеціальної підготовленості і більш повне використання його в головних змаганнях. Цього досягають за допомогою змагальних і близьких до них спеціально-підготовчих вправ.

У процесі підготовки враховують всі особливості головних змагань, починаючи від завдань, що стоять перед спортсменом в тому чи іншому змаганні, і закінчуючи складом передбачуваних учасників. Всі інші змагання мають тренувальний характер, спеціальна підготовка до них, як правило, не проводиться. Вони самі є важливими чинниками підготовки до головних

змагань. Частина з них передбачена існуючим календарем, а частина організовується у вигляді контрольних стартів.

Величина змагальних навантажень визначається характером змагань, наявністю сильних суперників, емоційної налаштованістю спортсмена.

За 2-3 тижні перед відповідальними стартами потрібно значно знизити загальний обсяг тренувальної роботи. В умовах тривалих змагань необхідно застосовувати вправи, спрямовані на підтримку і зміцнення наявного рівня підготовленості. Тому в тренування вводять значну кількість спеціально-підготовчих вправ, які іноді значно відрізняються від змагальних.

Географічне положення місця та час проведення змагань можуть вимагати від спортсмена зміни звичного добового режиму. Залежно від цього, плануючи підготовку до відповідальних виступів, потрібно завчасно змінювати криву коливань працездатності так, щоб її підйом припадав на час змагань. Якщо точний час змагань заздалегідь невідомо чи спортсмену доводиться брати участь у кількох стартах протягом 3-5 год, потрібно планувати основні тренувальні заняття і контрольні змагання в різний час, а також несподівано змінювати час контрольних змагань і тренувальних занять.

Перебудова ритмічних коливань працездатності у відповідності з термінами змагань обумовлює також спеціальне планування передуючих їм декількох (зазвичай 3-5) мікроциклів. Сутність такого планування полягає в розподілі по днях режиму роботи і відпочинку, аналогічного передбачуваному в дні змагань. Повторення мікроциклів розраховують так, щоб участь у змаганнях збігалася з відповідними днями циклу. Це сприяє утворенню умовно-рефлекторних зв'язків, що забезпечують спортсмену максимальну працездатність в ті дні, коли він буде брати участь у змаганнях.

Етап безпосередньої підготовки до змагань складається з двох мезоциклів. Один з них, з високим сумарним навантаженням, спрямований на розвиток якостей і здібностей, що обумовлюють рівень спортивних досягнень, інший – на повноцінне відновлення, забезпечення оптимальних умов для протікання в організмі спортсмена адаптаційних процесів, підведення спортсмена до участі в конкретних змаганнях з урахуванням специфіки дистанцій, складу учасників, організаційних, кліматичних та інших факторів.

Тренування в першій частині базового мезоциклу має загальний і допоміжний характер і дублює підготовку на першому етапі підготовчого періоду. Основною відмінністю є те, що денний обсяг роботи перевищує величини, що використовувалися раніше. Щоденне тренування зазвичай займає до 5-6 год при двох-чотирьох заняттях протягом дня. Перша половина мезоциклу закінчується контрольними змаганнями в додаткових номерах програми. Друга частина мезоциклу має спеціалізований характер. Обсяг роботи різко скорочується (до 3-4 год щодня), а її інтенсивність зростає. Великі навантаження всього мезоциклу обумовлені прагненням довести організм

тренуваного спортсмена до стресового стану, здатного викликати додатковий адаптаційний стрибок. Фактором, що сприяє більш успішному вирішенню цього завдання, є проведення тренування в умовах середньогір'я.

Після базового планується передзмагальний мезоцикл, основними завданнями якого є відновлення після навантажень попереднього мезоциклу, психологічна підготовка до конкретних змагань, вироблення спеціального ритму працездатності з урахуванням передбачуваного часу стартів. Обсяг роботи різко скорочується (до 2-3 год на день при одному-двох заняттях), підготовка набуває суто індивідуального характеру. Широко використовуються засоби відновлення, особлива увага приділяється усуненню дрібних недоліків у технічній, тактичній і психічній підготовленості. Спроби внесення серйозних змін в рівень підготовленості до успіху не призводять.

Перехідний період

Основними завданнями перехідного періоду є повноцінний відпочинок після тренувальних і змагальних навантажень минулого року або макроциклу, підтримка на певному рівні тренуваності для забезпечення оптимальної готовності спортсмена до початку чергового макроциклу. Особлива увага повинна бути звернена на повноцінне фізичне і психічне відновлення. Ці завдання визначають тривалість перехідного періоду, підбір засобів і методів, динаміку навантажень. Тривалість перехідного періоду коливається від 3-4 до 6-8 тижнів і залежить від специфіки виду спорту, етапу багаторічної підготовки, системи планування тренування протягом року, тривалості змагального періоду, складності та відповідальності основних змагань, індивідуальних здібностей спортсмена.

Існують різні підходи до планування перехідного періоду. Перший підхід передбачає поєднання активного і пасивного відпочинку. Таке планування застосовують, коли після основних змагань спортсмени на 1,5-2 місяці припиняють тренування і відпочивають. Другий, навпаки, припускає після декількох днів активного або пасивного відпочинку досить напружене тренування, побудоване за принципом планування втягуючого мезоциклу першого етапу підготовчого періоду. Третій підхід є проміжним між першими двома, і пов'язаний із застосуванням засобів активного відпочинку, а також неспецифічних навантажень, що дозволяють забезпечити підтримання основних компонентів тренуваності.

Література:

1. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / авт. кол.: Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р. [та ін.] ; за заг. ред. М. М. Линця. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 304 с.

2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

3. Линець М. Індивідуалізація та диференціація фізичної підготовки спортсменів / Михайло Линець, Христина Хіменес // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 34–44.

4. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : [навч. посіб. для фізкультурних вузів] / Линець М. М. – Львів : Штабар, 1997. – 207 с. – ISBN 5-7620-14-9.

5. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – Київ : Олимпийская литература, 1999. – 317 с. – ISBN 966-7133-22-2.

6. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ / М. М. Линець, В. М. Платонов // Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]; за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – Т. 1, гл. 5. – С. 87–103.

7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Кие : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

Наукові статті, підручники, дисертаційні роботи, автореферати, монографії з обраного виду спорту.

Тема 23. Структура та зміст багаторічної підготовки спортсменів

1. Оптимальні вікові межі початку спортивної спеціалізації та вищих спортивних досягнень як передумови побудови багаторічного тренувального процесу.

2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів.

23.1 Оптимальні вікові межі початку спортивної спеціалізації та вищих спортивних досягнень як передумови побудови багаторічного тренувального процесу

Об'єктивні закономірності формування довготривалої адаптації організму до тренувальних і змаганням навантажень того або іншого виду спорту обумовлюють відмінності у віці початку занять спортом і різну тривалість процесу підготовки до результатів майстра спорту або майстра спорту міжнародного класу. Жінки зазвичай проходять коротший шлях до аналогічних досягнень в порівнянні з чоловіками.

Є також значні відмінності і в обсягу тренувальної роботи, необхідному для досягнення високих спортивних результатів.

Раціональне планування багаторічної підготовки пов'язане з точним встановленням оптимальних вікових меж, в яких зазвичай демонструються найвищі спортивні результати. У процесі багаторічної підготовки виділяють три вікові зони: **перших великих успіхів, оптимальних можливостей, підтримання високих результатів.**

Оптимальні вікові межі для найвищих досягнень в більшості видів спорту достатньо стабільні. Разом з тим, окремі чинники, зокрема, генетичного порядку, обумовлені приналежністю спортсменів до певної етнічної групи, здатні істотно змістити зону оптимальних можливостей у бік молодшого віку. Наприклад, представники країн Північно-східної Африки не тільки проявляють особливу схильність до високих досягнень в бігу на довгі дистанції, але і здібність до виходу на рівень найвищих результатів у молодому віці – 20-22 роки.

Орієнтація на оптимальні для досягнення найвищих результатів вікові межі часто не може бути застосована до окремих видатних спортсменів з яскравими індивідуальними особливостями. Віковий розвиток таких спортсменів, адаптаційні процеси, що розвиваються в їх організмі під впливом спеціального тренування, вимагають індивідуального планування багаторічної підготовки, значного скорочення шляху підготовки до досягнення найвищих результатів. Рухова обдарованість, виняткова лабільність основних функціональних систем, індивідуальні темпи розвитку дозволяють цим спортсменам швидко просуватися до вершин спортивної майстерності і досягати видатних результатів на 1-3 роки раніше оптимальних вікових меж.

Специфічність адаптаційних реакцій в різних видах спорту виявляється і в тривалості збереження показників довготривалої адаптації, що забезпечують виступ на рівні вищих досягнень. Тривалість збереження адаптації визначається структурою змагальної діяльності і чинниками, що

визначають її ефективність. Менша тривалість виступів на вищому рівні спостерігається в тих видах спорту, в яких результативність обумовлена обмеженою кількістю чинників і постійним навантаженням в тренуванні і змаганнях одних і тих же функціональних систем, монотонністю і одноманітністю тренувальної роботи (наприклад, плавання, ковзанярський спорт), високими навантаженнями на опорно-руховий апарат і пов'язаними з ними травмами (наприклад, спортивна гімнастика, єдиноборство). У цих видах часто не вдається зберегти рівень адаптації, що забезпечує досягнення максимальних результатів більше 1-3 років, а тривалість виступів на вищому рівні протягом 5-8 років розглядається як успішна.

Одночасно у видах спорту, чинників, що відрізняються різноманітністю, високою емоційністю і різноманітністю засобів і методів, вдається впродовж багатьох років зберігати рівень адаптації, що забезпечує вищі спортивні досягнення. Можна назвати десятки футболістів, гандболістів, ватерполістів, хокеїстів, баскетболістів, тривалість виступів яких на вищому рівні складала 10-15 років.

Важливо враховувати індивідуальні адаптаційні ресурси окремих спортсменів, які значною мірою зумовлені генетично. Наприклад, чим більше в структурі м'язової тканини повільно-скорочувальних (багатих на міоглобін) ПС-волокон, тим стабільнішою є майстерність спортсменів, тим триваліше їх спортивне життя. Мінімальна кількість ПС-волокон, при якій спортсмени можуть реально претендувати на високі досягнення в бігу на довгі дистанції, лижному спорті, велоспорті (шосе), плаванні на дистанції 800 і 1500 м, повинна бути не нижчою за 60 %.

23.2 Етапи багаторічної підготовки спортсменів.

Етап початкової підготовки

Етап початкової підготовки - один з найбільш важливих, оскільки саме тут закладається основа подальшого оволодіння спортивною майстерністю в обраному виді спорту. Однак, тут є небезпека перевантаження ще незміцнілого дитячого організму, оскільки у дітей цього віку існує відставання у розвитку окремих вегетативних функцій організму.

Завданнями цього етапу є зміцнення здоров'я дітей, різностороння фізична підготовка, усунення недоліків в рівні фізичного розвитку, навчання техніці обраного виду спорту і техніці різних допоміжних і спеціально-підготовчих вправ.

Підготовка юних спортсменів характеризується різноманітністю засобів і методів, широким застосуванням матеріалу різних видів спорту і рухливих ігор, використанням ігрового методу. На етапі початкової підготовки не повинні плануватися тренувальні заняття із значними фізичними і психічними

навантаженнями, що припускають застосування одноманітного, монотонного матеріалу.

Як відомо, одним із реальних шляхів досягнення високих спортивних показників вважалася рання спеціалізація, тобто спроба з перших кроків визначити спеціалізацію спортсмена і організувати відповідну підготовку. В окремих випадках така спеціалізація давала позитивні результати. Однак, в переважній більшості випадків вона призводила до того, що юні спортсмени досягали високих показників при слабкому загальному фізичному розвитку, а потім, як правило, початковий швидкий ріст спортивно-технічних результатів змінювався застоєм. Це змусило тренерів, лікарів, фізіологів і вчених переглянути своє ставлення до ранньої вузької спеціалізації і віддати перевагу різнобічній підготовці юних спортсменів.

В технічному удосконаленні слід орієнтуватися на необхідність освоєння різноманітних підготовчих вправ. У жодному випадку не слід намагатися стабілізувати техніку рухів, вимагати стійкого рухового навичку, що дозволяє досягти певних спортивних результатів. В цей час у юного спортсмена закладається різностороння технічна база, що передбачає оволодіння широким комплексом різноманітних рухових дій. Такий підхід — основа для подальшого технічного удосконалення. Це положення розповсюджується і на наступні два етапи багаторічної підготовки, проте особливо повинно враховуватися в період початкової підготовки.

На етапі початкової підготовки навчання дітей різноманітним рухам досягає високого ступеню. Окремим дослідженнями продемонстровано, що пам'ять на рухи у дітей з віком змінюється як в кількісному так і в якісному відношенні. Здатність до запам'ятовування рухів у дітей швидко розвивається в період з 7 до 12 років. В наступний період (з 13 років) розвиток цієї здібності дещо сповільнюється.

Діти засвоюють рухи безпосередньо після показу і пояснення. А отже велику роль відіграє наочний метод.

Рухові навички у юних спортсменів повинні формуватися паралельно з розвитком фізичних якостей, необхідних для досягнення успіху в обраному виді спорту. З самого початку занять дітям необхідно оволодівати основами техніки цілісного вправи, а не окремих її частин. Навчання основам техніки доцільно проводити в полегшених умовах.

Ефективність навчання вправ знаходиться в прямій залежності від рівня розвитку фізичних якостей дітей та підлітків. Застосування на початковому етапі занять спортом в значному обсязі вправ швидкісно-силового характеру, спрямованих на розвиток швидкості і сили, сприяє більш успішному формуванню і вдосконаленню рухових навичок. Ігрова форма виконання вправ відповідає віковим особливостям дітей і дозволяє успішно здійснювати початкову спортивну підготовку юних спортсменів.

Тренувальні заняття на цьому етапі, як правило, повинні проводитися не частіше за 2-3 рази на тиждень, тривалість кожного з них до 60 хв. Ці заняття необхідно органічно поєднувати із заняттями фізичною культурою в школі і вони повинні носити переважно ігровий характер. Процес навчання повинен проходити концентровано, без великих пауз, тобто перерва між заняттями не повинна перевищувати трьох днів. Навчання кожній технічній дії або комплексу дій потрібно проводити протягом 15-25 занять (30-35 хв у кожному).

Річний обсяг роботи у юних спортсменів на етапі початкової підготовки невеликий і зазвичай коливається в межах 100-150 год. Річний обсяг роботи значною мірою залежить від тривалості етапу початкової підготовки, яка, у свою чергу, пов'язана з часом початку занять спортом. Якщо, наприклад, дитина почала займатися спортом рано, у віці 6-7 років, то тривалість етапу може скласти 3 роки, з відносно невеликим обсягом роботи протягом кожного з них (наприклад, перший рік - 80, другий - 100, третій - 120 год). Якщо ж майбутній спортсмен приступив до занять пізніше, наприклад в 9-10 років, то етап початкової підготовки часто скорочується до 1,5-2 років, а обсяг роботи, з урахуванням ефекту попередніх занять фізичною культурою в школі, може відразу досягти 200-250 год протягом року.

Контроль на етапі початкової підготовки використовується для оцінки ступеня досягнення мети та вирішення поставлених завдань. Він повинен бути комплексним, проводитися регулярно і своєчасно, ґрунтуватися на об'єктивних і кількісних критеріях. Контроль ефективності технічної підготовки здійснюється, як правило, тренером з оцінки виконання обов'язкової програми, при здачі нормативів на проміжних етапах навчання.

Контроль за ефективністю фізичної підготовки проводиться за допомогою спеціальних контрольних нормативів по роках навчання, які представлені тестами, котрі характеризують рівень розвитку фізичних якостей.

Етап попередньої базової підготовки

Основними завданнями підготовки на цьому етапі є різносторонній розвиток фізичних можливостей організму, зміцнення здоров'я юних спортсменів, усунення недоліків в рівні їх фізичного розвитку і фізичної підготовленості, створення рухового потенціалу, що передбачає освоєння різноманітних рухових навиків (зокрема відповідних специфіці майбутньої спортивної спеціалізації). Особлива увага приділяється формуванню стійкого інтересу юних спортсменів до цілеспрямованого багаторічного спортивного удосконалення.

Різнобічна підготовка на цьому етапі при невеликому обсязі спеціальних вправ сприятливіша для подальшого спортивного удосконалення, аніж спеціалізоване тренування. При цьому А. А. Гужаловський, Л. В. Волков та інші автори попереджають, що намагання збільшити обсяг спеціально

підготовчих вправ, «погоня» за виконанням розрядних нормативів призводить до швидкого зростання результатів в підлітковому віці, що надалі неминуче негативно позначається на становленні спортивної майстерності. Це негативне явище, на жаль. Досить розповсюджене у практиці сучасного спорту. Тренери, не враховуючи індивідуального темпу та глибини біологічного розвитку дітей і підлітків, за допомогою нераціональних впливів, надто напружених тренувальних програм, а також активної змагальної діяльності намагаються «витиснути» з останніх якомога вищі спортивні результати, що в більшості випадків призводить до зриву адаптації і, відповідно, унеможливорює подальше спортивне вдосконалення цих спортсменів. При цьому, варто наголосити, що в багатьох видах спорту (в першу чергу пов'язаних з проявом витривалості) взаємозв'язок між спортивними результатами в підлітковому та юнацькому віці і подальшими досягненнями відносно слабкий, тому такий підхід до підготовки юних спортсменів не тільки не виправданий, а й негативно позначається на майбутній спортивній кар'єрі.

Однією з основних проблем дитячого і юнацького спорту до теперішнього часу залишається визначення вікових меж, найбільш сприятливих для початку спеціалізованих тренувальних занять. Зважаючи на характер змагальної діяльності та профільність тих чи інших фізичних якостей для кожного виду змагальної діяльності ці межі є різними.

Раціональна побудова багаторічної підготовки багато в чому обумовлена співвідношенням різних її видів, роботою різної переважної спрямованості, динамікою і величиною навантажень. Від етапу до етапу змінюється співвідношення різних компонентів фізичної підготовки. Етап попередньої базової підготовки характеризується збільшенням, у порівнянні з етапом початкової підготовки, обсягу допоміжної фізичної підготовки, яка в сумі із загальною складає 85-90% загального обсягу роботи. Однак співвідношення різних видів підготовки може суттєво змінюватися в залежності від специфіки виду спорту, індивідуальних особливостей спортсменів, складу засобів та методів тренування.

На цьому етапі вже більшою мірою, ніж на попередньому, технічне удосконалення будується на різноманітному матеріалі виду спорту, вибраного для спеціалізації. У велосипедному спорті, наприклад, освоюються навички їзди без управління кермом, їзда на велостанку без зорового контролю, фігурна їзда, їзда по снігу, техніка подолання крутих спусків і підйомів, різних способів старту і фінішу, проходження поворотів, віражів, розворотів, зміни в парних групових гонках і ін. У плаванні освоюється техніка різних способів плавання, старту, варіантів виконання повороту, вправ, спрямованих на удосконалення техніки рухів руками, ногами, техніки дихання, поліпшення узгодження рухів рук, ніг, дихання і тому подібне. Ще ширшою є технічна підготовка в складнокоординаційних видах спорту, спортивних іграх і єдиноборствах. В

результаті роботи на цьому і подальшому етапах багаторічної підготовки юний спортсмен повинен досить добре освоїти техніку багатьох десятків спеціальнопідготовчих вправ. Такий підхід у результаті, формує у нього здібності до швидкого освоєння техніки обраного виду спорту, відповідної його морфофункціональним можливостям, надалі забезпечує спортсменові уміння варіювати основними параметрами технічної майстерності залежно від умов конкретних змагань, функціонального стану в різних стадіях змагальної діяльності.

Дуже важливою умовою підготовки юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки є складання комплексів вправ і визначення методів їх реалізації, які дозволяють забезпечити різнобічну фізичну підготовленість. Необхідно сформувати широке коло рухових навичок у вправах, що близькі за своїм характером до специфіки змагальної діяльності в обраному виді спорту. Тобто, незважаючи на домінуючий загальний характер змісту фізичної підготовки в цьому віці не варто, обираючи засоби підготовки, значною мірою відхилятися від специфічних вимог виду спорту.

Особливу увагу потрібно звертати на розвиток різних форм прояву швидкісних якостей, а також координаційних здібностей і гнучкості. При високому природному темпі приросту фізичних здібностей недоцільно планувати на цьому етапі гостро впливаючі тренувальні засоби — комплекси вправ з високою інтенсивністю і нетривалими паузами, відповідальні змагання, тренувальні заняття з великими навантаженнями і тому подібне.

Раціональне планування тренувальних і змагальних навантажень у процесі багаторічного тренування за даними Платонова В. М. та інших фахівців, у значній мірі ускладнюється необхідністю урахування природних задатків спортсмена до формування різних сторін спортивної майстерності. Проте, надмірна інтенсифікація та спеціалізація тренувального процесу у роботі з юними спортсменами, які не досягнули оптимальної вікової зони для демонстрації високих досягнень, призводить до великих втрат спортивних талантів. Застосування у тренуванні юних спортсменів найбільш потужних тренувальних стимулів зумовлює швидку адаптацію до них і, відповідно, вичерпання пристосувальних можливостей їхнього організму. В числі причин, що обмежують перспективи юних спортсменів, які переносять занадто великі навантаження в підлітковому і юнацькому віці, слід назвати і підвищений травматизм недостатньо сформованого опорно-рухового апарату.

Отже, велике значення для формування ефективної довготривалої адаптації має раціональне планування спрямованості тренувального процесу на етапі попередньої базової підготовки, її відповідність специфічним вимогам змагальної діяльності.

Етап спеціалізованої базової підготовки

Етап спеціалізованої базової підготовки спрямований на забезпечення передумов для максимальної реалізації індивідуальних можливостей спортсменів на наступному етапі: створення міцного фундаменту спеціальної підготовленості, формування стійкої мотивації до досягнення високої спортивної майстерності. Основне завдання цього етапу полягає в тому, щоб забезпечити досконале і варіативне володіння раціональною спортивною технікою в ускладнених умовах, її індивідуалізацію. Також до необхідного рівня слід розвинути ті фізичні і вольові якості, які сприяють удосконаленню і реалізації технічної і тактичної майстерності в обраному виді спорту.

На початку цього етапу основне місце продовжують займати загальна і допоміжна підготовка, широко застосовуються вправи із суміжних видів спорту, удосконалюється їх техніка. У другій половині етапу підготовка стає більш спеціалізованою. Тут, як правило, визначається предмет майбутньої спортивної спеціалізації, причому спортсмени часто приходять до неї через тренування в суміжних номерах програми, наприклад, майбутні велосипедисти-спринтери спочатку часто спеціалізуються в шосейних гонках, майбутні марафонці — в бігу на коротші дистанції.

На цьому етапі широко використовуються засоби, що дозволяють підвищити функціональний потенціал організму спортсмена без застосування великого обсягу роботи, максимально наближеної за характером до змагальної діяльності. Найбільш напружені навантаження спеціальної спрямованості слід планувати на етап підготовки до вищих досягнень.

Питома вага спеціальної підготовки постійно зростає за рахунок збільшення часу на виконання спеціально підготовчих і змагальних вправ. Паралельно збільшується сумарний обсяг роботи та її інтенсивність. Суттєво збільшується кількість змагальних стартів. Система тренування все більш індивідуалізується. Засоби тренування все більшою мірою за формою і змістом наближаються до змагальних вправ, у яких спеціалізується спортсмен.

У спринтерських швидко-силових і складнокоординаційних видах порту слід обережно виконувати великі обсяги роботи, спрямованої на підвищення аеробних можливостей. Спортсмени у віці 13-16 років легко справляються з такою роботою, в результаті у них різко підвищуються можливості аеробної системи енергозабезпечення і на цій основі різко зростають спортивні результати. У зв'язку з цим в практиці тренування в цьому віці часто планують виконання великих обсягів роботи з щодо невисокою інтенсивністю, наприклад, річний обсяг бігу в ковзанярському спорті на цьому етапі у багатьох здібних спортсменів досягає 5000-6000 км, тобто до 75—85 % того обсягу, який виконують спортсмени високого класу на етапі підготовки до вищих досягнень. Звичайно це пояснюють ще й тим, що спортсменів, незалежно від його майбутньої спеціалізації, необхідно створити могутню аеробну базу, на основі якої спортсмени успішно виконуватимуть великі обсяги

спеціальної роботи, у них підвищуються здібності до перенесення навантажень і відновлення після них.

Досвід останніх років переконливо показує, що такий підхід правомірний по відношенню до спортсменів, схильних до досягнень у видах спорту, переважно пов'язаних з проявом витривалості. Це природно, оскільки така базова підготовка відповідає по своїй спрямованості профільним якостям. У спортсменів, схильних як в морфологічному, так і функціональному відношенні до швидкісно-силової і складнокоординаційної роботи, така підготовка часто стає непереборним бар'єром у зростанні їх майстерності. В основі цього бар'єру перш за все лежить перебудова м'язової тканини, у зв'язку з якою підвищуються здібності до роботи на витривалість і пригнічуються здібності до прояву швидкісних якостей, тому до планування функціональної підготовки на цьому етапі, що характеризується вже високими тренувальними навантаженнями, необхідно підходити з урахуванням майбутньої спеціалізації спортсмена.

На цьому етапі багаторічної підготовки не тільки створюються всебічні передумови для напруженої спеціалізованої підготовки на наступному етапі, метою якого є досягнення найвищих результатів, але й забезпечується достатньо високий рівень спортивної майстерності в обраних видах змагань.

Етап підготовки до вищих досягнень

На цьому етапі передбачається досягнення максимальних результатів у видах спорту і видах змагань, обраних для поглибленої спеціалізації. Значно збільшується частка засобів спеціальної підготовки в загальному об'ємі тренувальної роботи, різко зростає змагальна практика.

Основне завдання етапу — максимальне використання засобів, здатних викликати бурхливе протікання адаптаційних процесів. Сумарні величини об'єму і інтенсивності тренувальної роботи досягають максимуму, широко плануються заняття з великими навантаженнями, кількість занять в тижневих мікроциклах може досягти 15-20 і більш, різко зростають практика змагання і об'єм спеціальної психологічної, тактичної і інтегральної підготовки.

Принципово важливим моментом є забезпечення умов, при яких період максимальної схильності спортсмена до досягнення найвищих результатів (підготовлений ходом природного розвитку організму і функціональних перетворень в результаті багаторічного тренування) співпадає з періодом найінтенсивніших і складніших в координаційному відношенні тренувальних навантажень. При такому збігу спортсменові вдається добитися максимально можливих результатів, інакше вони виявляються значно нижчими. Тривалість і особливості підготовки до вищих досягнень багато в чому залежать від специфічних особливостей формування спортивної майстерності не тільки в різних видах спорту, але і в окремих видах змагань одного вигляду. Пік спортсмена значною мірою визначає темпи зростання досягнень. Так,

узагальнення досвіду підготовки плавців вищого класу показало, що є істотна різниця в темпах зростання спортивних досягнень у чоловіків і жінок. Чоловікам, що спеціалізуються на дистанціях 100 і 200 м, після виконання нормативу майстра спорту необхідно зазвичай не менше 3—5 років напруженого тренування для успішного виступу на чемпіонатах Європи і світу, Олімпійських іграх. В той же час у жінок цей часовий проміжок, як правило, знаходиться в межах 1-3 років. За два роки, передуючі найбільшим змаганням, майбутні призери чемпіонатів світу або Олімпійських ігор в чоловічому плаванні (дистанції 100, 200 м) покращують свої результати по відношенню до дистанції 100 м в середньому на 1,5 р, в жіночому плаванні цей приріст складає більше 3 р. Ця тенденція характерна і для спортсменів, що спеціалізуються в інших видах спорту. Особливо довгий шлях до вищої спортивної майстерності в спортивних іграх, багатоборствах, де рівень спортивного результату визначається дуже великою кількістю складових техніко-тактичного, фізичного і психологічного порядку.

Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей

На цьому етапі знаходяться можливості для подальшого підвищення майстерності і зростання спортивних результатів. Основною особливістю підготовки спортсменів є підвищення результативності за рахунок якісних сторін системи спортивної підготовки. Об'єми тренувальної роботи і змагальної діяльності або стабілізуються на рівні, досягнутому на попередньому етапі багаторічної підготовки, або можуть бути трохи (5-10 %) підвищені або понижені. Основне завдання етапу — знайти приховані резерви організму спортсмена в різних сторонах його підготовленості (фізичною, техніко-тактичної, психологічною) і забезпечити їх прояв в тренувальній і змагальній діяльності. Особлива увага повинна бути на обернене знаходження резервів у сфері тактичної і психологічної підготовленості, тобто в тих сторонах майстерності, результативність в яких багато в чому визначається досвідом спортсмена, знанням сильних і слабких сторін основних суперників, що особливо важливе в єдиноборстві і спортивних іграх, проте може виявитися вирішальним і у всіх інших видах спорту, зумовлюючи характер тактичної і психологічної боротьби в змаганнях. У спортивних іграх дуже важливо вивчити і уміло використовувати індивідуальні особливості партнерів по команді, спираючись на їх сильні сторони і згладжуючи недоліки.

Етап збереження вищої спортивної майстерності

Підготовка на цьому етапі характеризується суто індивідуальним підходом. Пояснюється це наступним. По-перше, великий стаж підготовки конкретного спортсмена допомагає всебічно вивчити властиві йому особливості, сильні і слабкі сторони, виявити найбільш ефективні методи і

засоби підготовки, варіанти планування тренувального навантаження, що дає можливість підвищити ефективність і якість тренувального процесу і за рахунок цього підтримати рівень спортивних досягнень. По-друге, неминуче зниження функціонального потенціалу організму і його адаптаційних можливостей, обумовлене як природними віковими змінами систем і органів, так і високим рівнем навантажень на попередніх етапах багаторічного тренування, а нерідко і наслідками травм, не тільки не дозволяє збільшити навантаження, але і утрудняє утримання їх на раніше доступному рівні. Це вимагає знаходження індивідуальних резервів зростання майстерності, здатних нейтралізувати дію вказаних негативних чинників.

Для етапу збереження досягнень характерне прагнення зберегти раніше досягнутий рівень функціональних можливостей основних систем організму при колишньому або навіть меншому об'ємі тренувальної роботи. Одночасна велика увага приділяється вдосконаленню технічної майстерності, підвищенню психічної готовності, усуненню приватних недоліків в рівні фізичної підготовленості. Одним з найважливіших чинників підтримки спортивних досягнень виступає тактична зрілість, прямо залежна від змагального досвіду спортсмена.

Слід врахувати, що спортсмени, що знаходяться на даному етапі багаторічної підготовки, добре адаптовані до найрізноманітніших засобів тренувальної дії. Як правило, варіантами планування тренувального процесу, що раніше застосовувалися, методами і засобами не вдається добитися не тільки прогресу, але і утримати спортивні результати на колишньому рівні. Тому на цьому етапі, як ніколи раніше, слід прагнути до зміни засобів і методів тренування, застосування комплексів вправ тренажерних пристроїв, що ще не використовувалися, нових, неспецифічних засобів, стимулюючи працездатність і ефективність виконання рухових дій. Рішенню цієї задачі можуть також сприяти істотні коливання тренувального навантаження. Наприклад, на тлі загального зменшення об'єму роботи в макроциклі ефективним може опинитися планування ударних мікро- і мезоциклів з виключно високим тренувальним навантаженням.

Для окремих спортсменів вельми результативним засобом збереження вищої спортивної майстерності може з'явитися зміна спортивної спеціалізації на суміжну. Можна привести безліч прикладів, коли зміна вузької спеціалізації приводила до продовження спортивної кар'єри на найвищому рівні спортивних досягнень. Найбільш виправданими поєднаннями є наступні: гонки на треку — шосейні гонки, стрибок в довжину — потрійний стрибок, спринтерський біг і біг на середні дистанції — біг з бар'єрами, комплексне плавання — плавання одним із способів і тому подібне. У основі ефективності такого прийому — стимуляція адаптаційних ресурсів як реакція значною мірою на нові подразники — тренувальні і змаганні засоби і методи.

Етап поступового зниження досягнень і виходу зі спорту вищих досягнень

Підготовка на цьому етапі ще більша, ніж на попередньому, характеризується зниженням сумарного об'єму тренувальної і змагальної діяльності, суто індивідуальним підходом до побудови процесу підготовки, підвищеною увагою до загальної і допоміжної підготовки, що повинне загальмувати процес втрати базових компонентів підготовленості.

Важливим моментом підготовки на даному етапі багаторічного вдосконалення може з'явитися перехід на систему побудови річної підготовки з меншою кількістю циклів (з двохциклової — на одноциклової, з 3-4-циклової — на двохциклової). Це, з одного боку, робить процес більш щадним, а з іншої — дозволяє сконцентрувати в певних періодах максимальний об'єм специфічних засобів як чинник стимуляції адаптаційних ресурсів і виведення спортсмена на найвищий рівень готовності до моменту головних змагань року.

Збільшенню тривалості завершального етапу спортивного шляху сприяє якісне медичне забезпечення підготовки спортсмена. Організм тривало виступаючих на високому рівні спортсменів зазвичай вже несе в собі наслідки перенесених раніше захворювань і травм, що, природно, підвищує вірогідність виникнення нових. Крім того, видатним, тривало виступаючим на вищому рівні спортсменам, що спеціалізуються в спортивних іграх і єдиноборстві, часто виявляється особливо запеклий опір, а нерідко проти них ведеться цілеспрямована жорстка силова боротьба. Ефективна профілактика захворювань і травм — проблема, яку повинні вирішувати не тільки лікарі, але і тренери. При цьому головними чинниками ризику слід вважати надмірні навантаження і прорахунки в різних аспектах підготовки спортсмена, нераціональну змагальну діяльність.

Для спортсмена, що знаходиться на завершальному етапі багаторічної підготовки, організм якого багато в чому вичерпав свої адаптаційні ресурси, який вже нерідко задається питанням про доцільність продовження спортивної кар'єри, особливого значення набуває ефективне використання позатренувальних і позазмагальних чинників. Дуже важливі і сприятливі умови життя — хороші житлові умови, матеріальне благополуччя, соціальна захищеність і упевненість в завтрашньому дні. Не менш важливі також раціональне харчування і ефективне відновлення спортсменів, ефективне науково-методичне забезпечення їх підготовки і, зокрема, такий важливий його напрям, як контроль функціонального стану і підготовленості, що необхідне зокрема для виявлення невикористаних резервів і профілактики захворювань і травм. Велике значення має і хороше матеріально-технічне забезпечення підготовки — застосування нових технічних засобів, тренажерів, інвентарю, що надає у тому числі і сприятливий психологічний ефект.

Повноцінну підготовку спортсменів на етапі поступового зниження досягнень слід відрізняти від імітації тренувальної і змагання діяльності, до якої нерідко схильні деякі видатні у минулому спортсмени, тривало виступаючи на вищому рівні. За рахунок політичного маневрування, використання засобів масової інформації таким спортсменам часто протягом декількох років вдається зберегти імідж спортсмена, що діє, створити атмосферу інтриги і непередбачуваності спортивних результатів, лише імітуючи підготовку і бажання брати участь в найбільших змаганнях, потім відмовляючись від участі в них по яких-небудь причинах (зазвичай медичним) і знову обіцяючи продовжити спортивну кар'єру. Це виявляється вигідно самим спортсменам, що зберігають у такий спосіб популярність і матеріальне благополуччя, і засобам масової інформації, і, до певної міри, спонсорам, оргкомітетам найбільших змагань, спортивним федераціям. І цей факт не можна ігнорувати, розглядаючи особливості підготовки і змагальної діяльності спортсменів вищого класу на етапі поступового зниження досягнень.

У практиці багаторічної підготовки видатних спортсменів нерідко виділяється ще один (іноді два) етап — різкого зниження і подальшого відновлення вищої спортивної майстерності. Цей етап, як правило, включається або після етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей, або після етапу збереження вищої майстерності. Виникнення цього етапу найчастіше обумовлюється зовнішніми причинами — травмами, що вимагають тривалого періоду припинення тренувальної і змагання діяльності, у жінок — вагітністю і народженням дитини, депресією, обумовленою спортивними поразками або іншими причинами. Така перерва, з одного боку, призводить до значного зниження рівня розвитку рухових якостей, до втрати або розхитування різних компонентів техніко-тактичної і психологічної підготовленості унаслідок природного процесу деадаптації, а з іншої — створює передумови для чергового адаптаційного стрибка, чого не можна чекати у спортсменів, що знаходяться впродовж багатьох років в стані високого і щодо стабільного рівня підготовленості. Рациональна побудова підготовки в таких випадках нерідко приводить до яскравих успіхів спортсменів, які, як здавалося, вже повинні були покинути великий спорт.

Особливо це стосується жінок, які вимушені перервати активні заняття спортом у зв'язку з вагітністю і народженням дитини. Практика сучасного спорту і результати ряду наукових досліджень свідчать про те, що тривала перерва в заняттях спортом, істотні перебудови в організмі жінок і природна деадаптація не тільки не заважають спортсменкам повернутися до активної спортивної кар'єри, але і, можливо, є одним з чинників, здатних стимулювати подальше зростання результатів.

Можна вважати встановленим, що заняття спортом не позначаються негативно на протіканні вагітності і пологів. Більш того, спортсменки

порівняно з не спортсменками характеризуються меншою кількістю ускладнень і проблем, пов'язаних з вагітністю і дітородінням. У них рідше зустрічаються ускладнення при вагітності, коротший період родових сутичок, менше розривів тканин під час пологів і кесаревих розтинів. Питання участі в тренувальному процесі і змаганнях під час вагітності, планування навантажень і тому подібне вирішується суто індивідуально з обов'язковою участю лікаря. Спортивна практика свідчить про те, що багато спортсменок активно тренуються і змагаються протягом перших 2-3 місяців вагітності. У подальші місяці об'єм і інтенсивність рухової активності повинні бути різко скорочені, проте малоінтенсивна робота в об'ємі 10-15 % від рівня що передував вагітності може продовжуватися аж до 4-5 тижнів до пологів.

Після пологів до активної тренувальної діяльності жінки зазвичай приступають через 3-5 місяців, а досягають раніше доступного рівня тренувальних навантажень зазвичай не раніше ніж через рік. Приблизно півтора роки необхідно для виходу на рівень особистих вищих досягнень. Залежно від специфіки виду спорту, стану здоров'я, функціональних можливостей, соціальних причин, зазначені терміни можуть бути декілька більш менш тривалими.

Так, наприклад, Фокс й ін. (1993), вивчивши кар'єру великої групи спортсменок, що повернулися до активних занять спортом після народження дитини, показали, що більшість з них відновлюють рівень функціональних можливостей і спортивної результативності вже протягом першого року після пологів. Більш того, 40—50 % спортсменок в кінці першого року після народження дитини досягають найвищих результатів в своїй спортивній кар'єрі, а протягом другого року своїх найвищих результатів досягають ще близько 30 % спортсменок.

Ряд чинників, пов'язаних з вагітністю і народженням дитини, можуть позитивно вплинути на ефективність подальшої підготовки. По-перше, тривала перерва приводить до широкого спектру явищ деадаптації як відносно рухових якостей, функціональної підготовленості, так і в техніко-тактичеськой підготовленості. Послабляється стала координація рухової і вегетативних функцій, менш стійкими до дій стають рухові навички. Це створює хороші передумови для техніко-тактичного вдосконалення, підвищує ефективність традиційних засобів і методів спортивної підготовки, що сприяє швидкому відновленню втраченого рівня рухових якостей і можливостей функціональних систем. По-друге, тривала перерва сприяє оптимізації психічного стану, відновленню мотивації до активних занять спортом, що неминуче втрачаються в результаті тривалої і напруженої підготовки. По-третє, тривала перерва створює необхідні умови для усунення наслідків спортивних травм, які зазвичай супроводять напруженій тренувальній і змаганню діяльності спортсменок. І, нарешті, по-четверте, є підстави говорити про те, що

морфофункціональні зміни в організмі жінок під впливом вагітності схожі з тими, які протікають під впливом тренування, що створює додаткові передумови для підвищення її ефективності .

Тривала перерва в тренуванні обумовлений вагітністю і народженням дитини вимагає корінної зміни побудови підготовки в 4-річному олімпійському циклі. Повноцінна підготовка до Олімпійських ігор може бути забезпечена лише в тому випадку, якщо пологи відбулися не пізніше чим за 15-20 місяців до олімпійських стартів. Тренувальні навантаження після 2-3 місяців вагітності повинні поступово скорочуватися, в першу чергу, за рахунок вправ швидкісно-силового характеру, напруженої роботи, пов'язаної з розвитком витривалості. Повністю усувається з процесу підготовки змагальної діяльності. Після пологів приступати до занять можна через 3-5 місяців, не використовуючи протягом 2-3 місяців після відновлення тренування занять з великими навантаженнями, напружених швидкісно-силових і змагальних вправ.

Відновлення повноцінного тренування з великими навантаженнями різної спрямованості і активної змагальної діяльності можливо не раніше чим через 7-8 місяців після пологів. Успішний виступ в Олімпійських іграх може бути забезпечене лише тоді, коли спортсменка має можливість реалізувати до головних стартів повноцінну програму річного циклу підготовки .

Ефективність появи в структурі багаторічної підготовки додаткових вимушених етапів — різкого зниження і подальшого відновлення вищої спортивної майстерності може бути підтверджена великою кількістю прикладів з практики.

Приведемо найбільш характерні. Відомий плавець на довгі дистанції Володимир Сальніков після тривалого періоду успішних виступів (1977-1983 рр.), протягом якого він домінував на світовій спортивній арені в плаванні на дистанціях 400 і 1500 м вільним стилем, опинився в такому ж тривалому періоді постійних травм і хвороб. Внаслідок цього протягом 1984-1987 рр. Сальніков виконував не більше 30-50 % запланованих об'ємів роботи, рівень його функціональних можливостей і спортивних результатів різко знизився. Проте напередодні Ігор XXV Олімпіади 1988 р. в Сеулі спортсмен зумів подолати ці труднощі і приступив до напруженої підготовки, хоча керівництво збірною СРСР було упевнено, що він не зможе відновити колишній рівень майстерності, і категорично відмовилося включити його до складу олімпійської команди як абсолютно безперспективного спортсмена. Проте 30-річний Сальніков добився права брати участь в Іграх в Сеулі, де отримав сенсаційну перемогу на дистанції 1500 м вільним стилем. Не менш видатна спортсменка-легкоатлетка з Німеччини Хайке Дрекслер мала не один, а два тривалі етапи, протягом яких відбувалося поетапне зниження (деадаптація) і подальше відновлення (реадаптація) функціонального потенціалу і, природно, спортивної майстерності. Перший такий етап був викликаний природною причиною —

вагітністю і народженням дитини, — і наступив після семи років успішних виступів спортсменки на світовому рівні, коли їй було 24 роки. Протягом цього етапу один рік був повністю пропущений, а протягом другого року спортсменка планомірно відновлювала свою майстерність. Після цього вона протягом шести років успішно виступала на вищому рівні. Другий, триваліший етап, наступив в 1996 році і був викликаний серйозними травмами. Дрекслер пропускає Ігри 1996 р. через серйозну травму коліна, а в 1997 р. переносить серйозні операції на обох ахіллових сухожиллях. У 1998 р. вона частково відновлює свій потенціал і починає виступати в змаганнях, проте знов отримує травму, не має можливості повноцінно тренуватися і не бере участь в змаганнях протягом всього 1999 року. За рік до Ігор в Сіднеї, як це було і з Сальниковим, 36-річна Дрекслер відновлюється після травм і починає активно готуватися до Ігор Олімпіади в Сіднеї, на яких упевнено виграє золоту медаль в стрибках в довжину.

Сенсацією з'явилася і перемога в індивідуальній шосейній гонці на Іграх 2000 р. в Сіднеї 34-річного В. Екімова — чемпіона Ігор 1988 р. в трековій командній гонці переслідування на 4 км. Після Ігор Сеульської Олімпіади В. Екімов перейшов в професійний спорт, на початку 90-х років двічі вигравав чемпіонат світу серед професіоналів в гонках на треку, а в другій половині 90-х років опинився в затяжній кризі і, здавалося б, повинен був покинути великий спорт.

У аналогічній ситуації після невдалого виступу на Іграх 2000 р. в Сіднеї опинився видатний російський плавець А. Попов — багаторазовий чемпіон світу і Ігор Олімпіад 1992 і 1996 рр. Після трирічної кризи 32-річний А. Попов зумів блискуче виступити на чемпіонаті світу 2003 р. в Барселоні, завоювавши три золоті медалі, і стати одним з найбільш вірогідних претендентів на успіх в Іграх 2004 р.

Специфіка кожного з видів спорту породжує необхідність специфічних програм фізичних навантажень, медико-біологічного контролю і управління протіканням реакцій деадаптації на цьому етапі. У разі його раціональної побудови можливий ефективний перехід спортсмена до подальшого життя, в якому або нейтралізуються негативні відносно здоров'я спортсмена наслідки спорту вищих досягнень або навіть реалізуються сильні сторони спортивної підготовки, що забезпечують високу якість подальшого життя. Якщо ж спортсмен різко кидає спорт і переходить до пасивного способу життя, в переважній більшості випадків у віддаленому періоді неминучі негативні наслідки занять спортом, що виявляються в нераціональному протіканні процесів деадаптації і негативно позначаються на здоров'ї спортсменів, якості і тривалості їх життя.

В даний час накопичений великий базовий науковий матеріал, що дозволяє спортсменам, що покидають спорт, за рахунок раціональної рухової

активності, істотної корекції живлення, способу життя протягом 1 — 1,5 років забезпечити повноцінну і високоефективну деадаптацію серцево-судинної і дихальної систем, опорно-рухового апарату до умов активного життя, характерного для людей, що не переносили протягом багатьох років величезних навантажень сучасного спорту вищих досягнень.

Цілком природно, що побудова і реалізація цього етапу в житті спортсменів, що йдуть із спорту, — проблема не тільки спортивна, але і медична, і соціальна. Але основну роль в її рішенні, в силу цілком зрозумілих причин, що відносяться до технології перекладу на інший рівень можливостей і функціонування найважливіших органів і систем організму спортсмена, повинна узяти на себе система спорту вищих досягнень. Збереження того стану речей, при якому останній старт спортсмена в його кар'єрі означає втрату інтересу до його фізичного стану і стану здоров'я з боку спортивних організацій, неприпустимо.

Що ж до проблем соціально-психологічного плану, які не рідко гостро стоять перед спортсменами, що покидають спорт, то це особлива тема, яка в даній роботі не освітлює.

Основні напрями інтенсифікації підготовки в процесі багаторічного спортивного удосконалення.

При побудові багаторічної підготовки повинна бути забезпечена така організація тренувального процесу, яка дозволила б помітно ускладнювати тренувальну програму від одного етапу підготовки або від одного макроциклу до іншого. В цьому випадку можна добитися планомірного зростання фізичних і технічних здібностей спортсмена, підвищення функціональних можливостей основних систем його організму. Тому слід чітко виділити напрями, згідно яких повинна відбуватися інтенсифікація тренувального процесу впродовж всього шляху спортивного вдосконалення. До основних з них відносяться:

- планомірне збільшення сумарного об'єму тренувальної роботи, що виконується протягом окремого тренувального року або макроциклу;
- своєчасна вузька спортивна спеціалізація, що знаходиться відповідно до меж етапу підготовки до вищих досягнень;
- поступове, з року в рік, збільшення загальної кількості тренувальних занять в мікроциклах;
- планомірне збільшення в мікроциклах тренувальних занять з великими навантаженнями;
- планомірне збільшення в тренувальному процесі кількості занять вибіркової спрямованості, що викликають глибоку мобілізацію функціональних можливостей організму;
- широке використання жорстких тренувальних режимів, які сприяють приросту спеціальної витривалості, а також значне розширення змагальної практики на завершальних етапах спортивного вдосконалення;

- збільшення загальної кількості основних змагань, що відрізняються високим психологічним напруженням, жорсткою конкуренцією;
- поступове введення додаткових засобів, стимулюючих працездатність, прискорюючих процеси відновлення після напружених навантажень, що збільшують реакцію організму на навантаження;
- збільшення обсягу техніко-тактичної підготовки в умовах, максимально наближених до передбаченої змагальної діяльності;
- планомірне збільшення психічної напруженості в тренувальному процесі, створення мікроклімату змагань і жорсткої конкуренції в кожному занятті.

Тренування спортсмена високого класу, що знаходиться на етапах підготовки до вищих досягнень і максимальної реалізації індивідуальних можливостей, характеризують крайні прояви вказаних напрямів інтенсифікації тренувального процесу. Проте практика підготовки багатьох чемпіонів і рекордсменів миру, Олімпійських ігор свідчить про те, що своїх результатів вони досягли при значно менших навантаженнях (у ряді випадків в 1,5—2 рази). Обумовлено це, як правило, раціональним використанням природних завдатків, значним скороченням об'єму роботи тої. спрямованості, яка у конкретного спортсмена не могла привести до відчутного приросту функціональних можливостей, використанням передових інформаційних технологій, методів контролю і управління, формуванням ефективних індивідуальних моделей підготовленості і змагальної діяльності.

Література:

1. Передерій А. Аналіз змагальної діяльності висококваліфікованих дзюдоїстів з вадами зору / Аліна Передерій, Сергій Дребот // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Є. Приступи. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 1. – С. 184–189.
2. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. [для тренеров] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.
3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. [для тренеров] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 2. – 2015. – 752 с.
4. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – Киев : Олимпийская литература, 1999. – 317 с. – ISBN 966-7133-22-2.

5. Матвеев Л. П. Проблема периодизации спортивной тренировки / Л. П. Матвеев – Москва : Физкультура и спорт, 1964. – 248 с.

Тема 24. Спортивний відбір

1. Проблеми відбору в спорті.
2. Критерії спортивного відбору.
3. Етапи спортивного відбору, їх завдання та зміст.

24.1 Проблеми відбору в спорті

Стосовно відбору спортсменів та їх орієнтації у практиці спорту найчастіше вживають такі терміни: задатки, здібності, придатність, схильність, обдарованість, талант. Дуже часто ці терміни ніби підмінюють один одного. Тому для об'єктивного розуміння проблеми відбору необхідно уточнити ці поняття.

Задатки - це вроджені морфофункціональні характеристики людини, спадкові передумови її розвитку.

Здібності - властивості особистості, котрі є передумовою успішного виконання певної діяльності. Задатки є органічною основою здібностей. Але здібності не є вродженими, а суспільно набутими якостями внаслідок розвитку задатків.

Придатність - це сукупність властивостей людини, котрі характеризують можливість виконання нею певної діяльності, наприклад у конкретному виді спорту. Придатність визначається здібностями, рівнем знань, вмінь, навичок, рисами характеру, особливостями емоційно-вольової сфери людини.

Схильність - стійка орієнтація людини на певну діяльність. Схильність пов'язана із придатністю, яка часто стимулює бажання до даної діяльності. Схильність розвивається під впливом занять спортом, ставлення тренера, товаришів, батьків до даної діяльності.

Обдарованість (моторна, сенсорна, перцептивна, інтелектуальна тощо) - це високий рівень вроджених задатків, розвитку здібностей і схильності до даного виду спорту, творчого ставлення до справи (тренування, змагань, режиму тощо).

Талант - вроджена обдарованість, найвища придатність людини до даної змагальної діяльності в конкретному виді спорту. Талант може бути перетворений у вищу спортивну майстерність тільки через працелюбність, творчий підхід до тренування тощо.

У сучасному спорті особливо актуальним є виявлення перспективних спортсменів, які здатні демонструвати найвищі результати. Такому спортсмену повинні бути притаманні рідкісні морфофункціональні дані, своєрідне поєднання комплексу фізичних і психічних якостей. А це трапляється рідко навіть при найсприятливішій побудові багаторічної підготовки і наявності всіх необхідних умов.

Під спортивним відбором слід розуміти процес пошуку найбільш обдарованих людей, які здатні досягти високих результатів у конкретному виді спорту.

Спортивна орієнтація - це визначення перспективних напрямків досягнення вищої спортивної майстерності, яке базується на вивченні задатків і здібностей спортсменів, їх індивідуальних особливостей для формування спортивної майстерності. Орієнтація може стосуватися вибору вузької спортивної спеціалізації в межах даного виду спорту (спринтер - стаєр, захисник -

нападаючий), визначення індивідуальної структури багаторічної підготовки, динаміки навантажень і темпів приросту досягнень, встановлення провідних факторів підготовленості та змагальної діяльності, які здатні істотно вплинути на рівень спортивних результатів.

Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки спортсменів

Рівень результатів в сучасному спорті настільки високий, що для їх досягнення спортсмену необхідно володіти рідкісними морфофункціональними даними, унікальним поєднанням комплексу фізичних і психічних здібностей, що знаходяться на найвищому рівні розвитку. Таке поєднання навіть при найбільш сприятливій побудові багаторічної підготовки і наявності усіх необхідних умов зустрічається дуже рідко. Тому однією з центральних в системі підготовки спортсменів вищої кваліфікації є проблема спортивного відбору і орієнтації підготовки спортсменів.

Спортивний відбір – процес пошуку найбільш обдарованих людей, здатних досягти високих результатів в конкретному виді спорту.

Спортивна орієнтація – визначення перспективних напрямів досягнення високої спортивної майстерності, що базується на вивченні задатків і здібностей спортсменів, індивідуальних особливостей формування їх майстерності. Орієнтація може стосуватися вибору вузької спеціалізації в межах конкретного виду спорту; визначення індивідуальної структури багаторічної підготовки, динаміки навантажень і темпів приросту досягнень; визначення провідних факторів підготовленості і змагальної діяльності, здатних мати вирішальний вплив на рівень спортивних результатів конкретного спортсмена; виявлення засобів, методів, навантажень, які можуть негативно вплинути на розвиток задатків, пригнітити індивідуальність спортсмена та ін.

Таким чином спортивний відбір повинен вирішувати завдання виявлення перспективних людей, з яких можна підготувати видатних спортсменів, а спортивна орієнтація – визначити стратегію і тактику цієї підготовки в системі навчання і тренування.

Відбір і орієнтація тісно пов'язані зі структурою багаторічного удосконалення спортсмена.

У відповідності з цим доцільно виділяти п'ять етапів відбору, в результаті кожного з яких повинна бути дана відповідь на запитання: чи здатен досліджуваний вирішити ті завдання, які поставлені на кожному етапі багаторічної підготовки? У відповідності з цим встановлюється основне завдання відбору на кожному з його етапів (табл.1).

Таблиця 1

Відповідність етапів відбору етапам багаторічної підготовки спортсменів

Спортивний відбір		Етап багаторічної підготовки
Етап	Завдання	
Первинний	Визначення доцільності спортивного удосконалення в цьому виді спорту	Початкової
Попередній	Виявлення здібностей до ефективного спортивного удосконалення	Попередньої базової
Проміжний	Виявлення здібностей до досягнення високих спортивних результатів, перенесення високих тренувальних і змагальних навантажень	Спеціалізованої базової
Основний	Встановлення здібностей до досягнення результатів міжнародного класу	Підготовки до вищих досягнень, максимальної реалізації індивідуальних можливостей
Заключний	Виявлення здібностей до збереження досягнутих результатів і їх підвищення. Визначення доцільності продовження спортивної кар'єри.	Збереження вищих досягнень, Поступового зниження досягнень

Для кожного з наведених етапів відбору характерні свої методи і критерії, точність оцінок та ін. Якщо на першому етапі відбору велику роль відіграють антропометричні і морфологічні характеристики спортсменів, то на заключному, п'ятому, етапі ці показники практично не враховуються, а основна увага звертається на рівень спортивних досягнень, величину і характер попередніх навантажень, психологічні особливості спортсменів, їх соціальний статус і мотивацію до продовження занять спортом.

Якщо при первинному і попередньому відборі у випадку відсутності явних проти показів для занять спортом оцінки носять рекомендаційний характер, то на наступних етапах вони стають більш точними і конкретними. Основою для таких оцінок є дані досвіду роботи зі спортсменом, накопичені тренером, лікарем та іншими спеціалістами. Ці дані в комплексі з результатами комплексних досліджень дають підстави для більш обґрунтованих висновків.

На кожному етапі спортивного відбору не лише виявляється доцільність подальшої підготовки спортсмена, але й дається детальна оцінка його задатків і здібностей, сильних і слабких сторін техніко-тактичної майстерності, функціональної підготовленості, рівня розвитку фізичних якостей, психічних особливостей, здійснюється аналіз попереднього етапу підготовки – його

спрямованості, величини і характеру навантажень, їх адекватності індивідуальним особливостям спортсмена та ін.

Всі ці дані є основою для орієнтації підготовки спортсмена на наступному етапі багаторічної підготовки. Таким чином етапи спортивного відбору органічно пов'язуються зі спортивною орієнтацією.

Важливо враховувати, що спортивний відбір і орієнтація - не одночасні події на тому чи іншому етапі багаторічної підготовки, а практично безперервний процес, який охоплює все багаторічне удосконалення спортсменів. Обумовлено це неможливістю чіткого виявлення здібностей на окремому етапі вікового розвитку чи багаторічної підготовки, а також складним характером взаємозв'язків між спадковими факторами, які проявляються у вигляді задатків, і набутими, які є наслідком спеціально організованого тренування. Навіть дуже високі задатки до того чи іншого виду діяльності, які свідчать про природну обдарованість людини, є лише необхідною основою великих здібностей до занять спортом. Явні здібності ж можуть бути виявлені лише в процесі навчання і виховання і є наслідком складної діалектичної єдності – вродженого і набутого, біологічного і соціального.

Первинний відбір. Завдання – визначити для дитини доцільність занять конкретним видом спорту. Основні критерії – вік, оптимальний для початку занять; відсутність серйозних відхилень в стані здоров'я і схильності до захворювань, які є бар'єром до занять спортом; відповідність тіло будови вимогам виду спорту; відповідність рівня рухових здібностей вимогам виду спорту.

Попередній відбір. Завдання – оцінка здібностей спортсмена до ефективного спортивного удосконалення. Основні критерії – відсутність відхилень у стані здоров'я; відповідність будови тіла, структури і потенційних можливостей м'язової системи, енергетичного потенціалу, аналізаторних системі рухових здібностей вимогам виду спорту; схильність основних функціональних систем і механізмів адаптаційним перебудовам під впливом тренування.

Проміжний відбір. Завдання – оцінка можливостей досягнення спортсменами високої майстерності в конкретних дисциплінах і видах змагань. Основні критерії – відповідність тіло будови можливості досягти результатів рівні міжнародного класу; стійка мотивація до отримання позитивних результатів; відсутність відхилень у стані здоров'я, що здатні перешкодити успішному спортивному удосконаленню; психологічна і функціональна готовність до перенесення великих навантажень; резерви подальшої адаптації функціональних систем і механізмів, приросту фізичних якостей, вдосконалення важливих елементів техніки, різноманітних компонентів тактичної і психологічної підготовленості.

Основний відбір. Завдання – оцінка здібностей до досягнення результатів міжнародного класу. Основні критерії – ступінь мотивації до завоювання вершин майстерності і відсутність перешкод до цього в стані здоров'я; психологічна і функціональна підготовленість до перенесення тренувальних і змагальних навантажень, в тому числі в складних умовах – незвичному чи несприятливому кліматі, при зміні часових поясів, в умовах спеки, середньогір'я, психологічно напруженої атмосфери відповідальних змагань та ін.; здібність до максимальної реалізації досягнутого рівня підготовленості в умовах гострої конкуренції в головних змаганнях і до досягнення в таких змаганнях особистих рекордів; здібність до адекватного сприйняття змагальної ситуації, варіювання компонентами технічної, тактичної й інших видів підготовленості.

Заключний відбір. Завдання - Виявлення здібностей до збереження досягнутих результатів і їх підвищення; визначення доцільності продовження спортивної кар'єри. Основні критерії – наявність мотивації і відсутність перешкоджаючих збереженню майстерності відхилень в стані здоров'я; вік спортсмена і його відповідність межах, оптимальним для найвищих результатів у видах змагань, обраних для спеціалізації, а також тривалість збереження ним високої майстерності; наявність необхідних для збереження досягнутої підготовленості резервних можливостей організму; соціальне і матеріальне положення, що є сприятливими для продовження спортивної кар'єри.

24.2 Критерії відбору в спорті

В процесі відбору і орієнтації використовуються різноманітні дослідження, які дозволяють отримати достатньо повну інформацію про спортсмена:

- стан здоров'я і рівень фізичного розвитку;
- особливості тіло будови;
- особливості біологічного дозрівання;
- властивості нервової системи;
- функціональні можливості і перспективи удосконалення важливих систем організму спортсмена;
- рівень розвитку фізичних якостей і перспективи їх удосконалення;
- здібності до засвоєння спортивної техніки і тактики, перебудова рухових навиків і техніко-тактичних схем;
- здібності до перенесення тренувальних і змагальних навантажень, інтенсивного протікання відновних процесів;
- психофізіологічні здібності до м'язово-рухової і просторово-часової диференціації, оперативного сприйняття ситуації і прийняття адекватного рішення;

- мотивація, працелюбність, наполегливість, рішучість, мобілізаційна готовність;

- змагальний досвід, вміння пристосовувати до партнерів і суперників, особливостей суддівства;

- рівень спортивної майстерності і здібності реалізовувати її в екстремальних умовах, характерних для головних змагань.

Завдання конкретного етапу відбору і орієнтації визначають роль і значення інформації, отриманої з кожного вказаного напрямку.

Інформація про стан здоров'я однаково важлива для кожного з п'яти етапів. Дані про тіло будову, особливості НС, можливості і перспективи удосконалення функціональних систем організму особливо необхідні на першому і другому етапах, коли виявляється схильність юного спортсмена до занять конкретним видом спорту, визначається майбутня спеціалізація, здійснюється орієнтація процесу багаторічної підготовки. Рівень спортивного результату, здібність демонструвати високі результати в екстремальних умовах, змагальний досвід, вміння пристосовуватися до умов конкретних змагань набувають вирішальної ролі на четвертому і п'ятому етапах відбору.

Узагальнення досвіду роботи відомих тренерів, учні яких досягли видатних результатів, свідчить про виключно велику увагу, яку вони приділяють проблемі відбору перспективних спортсменів в процесі багаторічного удосконалення. Практика їх діяльності у цьому відношенні є виключно різноманітною, і свідчить про відсутність стандартних рішень. Одні з них значну увагу приділяють тілобудові, результатам тестування функціональної підготовленості спортсменів, виявленню прихованих резервів для зростання спортивної майстерності, інші – мотивації, працелюбності і наполегливості, вважаючи, що спортсмен, який фанатично бажає досягти видатних результатів, може досягти їх при доволі посередніх особливостях тіло будови і можливостях важливих функціональних систем, а треті, віддаючи належне вивченню тілобудови, функціональних можливостей, властивостей психіки, особливу увагу приділяють підтримці батьків, наявності реальних можливостей для систематичного напруженого тренування. Проте, розбіжності в пріоритетах в жодній мірі не відволікають тренерів від необхідності комплексного підходу до проблеми відбору і орієнтації підготовки спортсменів, строго пов'язаних з етапами багаторічної підготовки спортсменів. Зокрема, при роботі з юними спортсменами вони рекомендують орієнтуватися на наступне:

- відповідність тілобудови специфіці виду спорту;
- здібність до освоєння техніки;
- координаційні якості – відчуття темпу зусиль, що розвиваються, часу, простору, м'яча, ракетки та ін.
- м'якість рухів, здатність до розслаблення;

- здібність до швидкого відновлення після тренувальних і змагальних навантажень;
- прагнення до напруженої підготовки і досягнення високих результатів;
- бажання змагатися;
- підтримка і відповідальність батьків.

Зовсім по іншому ставляться провідні тренери світу до оцінки перспектив спортсменів, що знаходяться на етапах підготовки до вищих досягнень і максимальної реалізації індивідуальних можливостей. В число найважливіших якостей, котрі визначають результативність підготовки спортсменів, вони відносять:

- достатньо високий рівень знань у сфері спортивної техніки і методики підготовки, що дозволяє активно спілкуватися з тренером, лікарем, науковими працівниками й іншими спеціалістами, аналізувати зміст підготовки, результати тестування, контролювати виконання індивідуального плану, рекомендувати вносити корективи в підготовку та ін.
- прагнення до найвищих досягнень і перемог, впевненість у власних силах і можливостях, високе почуття власної гідності;
- відсутність самовпевненості, об'єктивність, здібність критично оцінювати власні дії, робити висновки з помилок і програвів;
- вміння переносити високі тренувальні і змагальні навантаження, долати важку втому;
- прагнення до неухильного виконання плану підготовки;
- творче ставлення до своєї підготовки, підбору найбільш ефективних засобів, методів, здатність індивідуалізувати загальноприйняті засоби і методи, знайти найбільш ефективні з них для удосконалення різних сторін підготовленості. Усунення недоліків;
- відсутність страху перед сильними конкурентами, прагнення до змагання з найсильнішими спортсменами, здатність демонструвати найкращі результати в головних змаганнях в умовах гострої конкуренції;
- відповідальне ставлення до стилю життя, суворе дотримання встановленого режиму;
- уважне ставлення до свого здоров'я, серйозна робота над профілактикою травм і захворювань;
- постійний аналіз раціону харчування, якості продуктів і їх відповідність особливостям тренувального процесу й індивідуальним особливостям, впевненість в прийомі харчових добавок і фармакологічних засобів.

Змагальна практика як засіб підготовки і контролю за її ефективністю займає важливе місце на всіх етапах багаторічної підготовки. Проте, принципово важливим є те, що на перших двох етапах багаторічної підготовки спортивний результат повинен бути природнім наслідком раціонально побудованого процесу багаторічного удосконалення при повній відсутності

вужкої спеціалізації спортсменів і їх цілеспрямованої підготовки до змагань. При такому підході і з урахуванням темпів біологічного дозрівання конкретного спортсмена спортивний результат, як і працездатність при виконанні тренувальних програм, є достатньо об'єктивним критерієм оцінки його перспективності. Якщо ж тренер не втримався від передчасної спеціалізації спортсмена і знехтував вивченням темпів його біологічного розвитку, допустив елементи форсування, то спортивні досягнення об'єктивної інформації не несуть.

24.3 Етапи спортивного відбору, їх завдання та зміст.

Первинний відбір і орієнтація на першому етапі багаторічної підготовки

Методика спортивного відбору на етапі початкової підготовки визначається головним завданням першого рівня відбору - допомогти дитині правильно обрати вид спорту для занять і майбутнього вдосконалення. Правильне вирішення цього завдання не лише свідчить про ефективність роботи ДЮСШ, окремих тренерів, але й має достатньо глибокий соціальний зміст. Успішні заняття спортом дозволяють молодій людині розкрити свої природні задатки, яскраво відчувати результати вкладеної праці і впевненість в своїх силах. Все це створює міцний фундамент для життя і активної позиції в будь-яких сферах діяльності.

Одним з основних моментів, які визначають спортивні успіхи є вік початку занять спортом. Саме з такого віку почали займатися спортом найсильніші вітчизняні та закордонні спортсмени. Однак в окремих випадках вік може бути неінформативним критерієм відбору. Наприклад, олімпійська чемпіонка 1976 р. у швидкісному бігу на ковзанах Г. Степанська почала займатись у 17 років, Г. Кулакова почала займатися спортом в 20 років, відомі велосипедисти Н. Горелов, В. Каменський, А. Чуканов – у віці 17-19 років.

Слід зазначити, що в спортивних школах багатьох країн існує тенденція штучного омолодження спорту вищих досягнень. Це відображено в програмах ДЮСШ, системі змагань, введенні різних обмежень для велико вікових спортсменів. Практика впевнено свідчить про те, що такий підхід призводить до негативних наслідків. В переважній більшості видів спорту фактичний вік початку занять сильних спортсменів на 3-5 років більший аніж «директивний». Тому керівникам ДЮСШ, які роблять акцент на залученні до занять 6-7-річних дітей, необхідно врахувати наступні обставини. По-перше, прагнення до більш раннього прогнозування спортивних здібностей пов'язане з різким зниженням його достовірності. По-друге, особливості сучасного спортивного тренування ставлять настільки високі вимоги до організму спортсмена, що діти, які раніше приступили до занять спортом, як правило, раніше з нього і йдуть. І справді, багато чисельні спостереження демонструють, що діти, які приступили до занять

у віці 6-8 років, в багатьох випадках припиняють займатися спортом до 15-17 років, тобто до оптимального віку для досягнення найвищих результатів.

На сьогодні в різних країнах світу прагнуть навчати плаванню 3-5-річних дітей і навіть немовлят. В деяких дитячих спортивних школах намагаються залучити до занять спортом дітей з дитячих садків. З огляду на вирішення завдань масового оздоровлення дітей, їх гармонійного розвитку такий підхід є доцільним. Проте в жодному разі не можна надавати роботі з дітьми суворой спортивної вузькоспеціалізованої спрямованості, як це, на жаль, інколи роблять на практиці. Факти переконують у тому, що спроби організувати вузькоспеціалізовану спортивну підготовку з 4-6-річними дітьми можуть бути шкідливими як для їх здоров'я так і подальшого спортивного вдосконалення. Практика демонструє, що значно краще спізнитися із залученням дітей до спорту вищих досягнень на 2-3 роки, аніж зробити це на такий же термін раніше.

Необхідною умовою відбору дітей в ДЮСШ є обов'язкове попереднє їх навчання різним видам спорту. Це забезпечує не лише оволодіння дітьми корисними для життя навичками, але й значно підвищує ефективність оцінки перспективності дітей. При відсутності масового навчання легко помилитися і прийняти дітей, котрі краще плавають, бігають чи катаються на велосипеді за більш здібних.

Вже з першою оцінкою перспективності дітей необхідно опиратись на ті якості і здібності, які обумовлюють успіх у кваліфікованому спорті. Перш за все треба орієнтуватися на стабільні фактори. Цим вимогам відповідають морфологічні ознаки.

При початковій оцінці перспективності дітей необхідно опиратися на якості і здібностей, які обумовлюють успіх у спорті вищих досягнень. Ознаки, які мають тимчасовий характер і проявляються лише при навчанні, не можуть бути використані в якості критеріїв відбору. При визначенні здібностей, наприклад, не можна орієнтуватися на швидкість оволодіння технікою виду спорту. Досвід демонструє, що при початковому навчанні діти невисокого зросту і міцної тіло будови краще освоюють спортивну техніку, швидше прогресують. Проте, саме вони «відсіюються» як мало перспективні вже на перших етапах багаторічної підготовки. В той же час, худорляві, високого зросту діти, яким часто на ранніх етапах складно освоїти техніку, в подальшому стають спортсменами високого класу в різних видах спорту.

При первинному відборі перш за все необхідно орієнтуватися на стабільні ознаки. В найбільшій мірі цим вимогам відповідають морфологічні ознаки. Спостерігається тісний взаємозв'язок між ростом дітей у віці 11-12 і 16-17 років. В 12-річному віці хлопчики досягають приблизно 86% свого майбутнього росту. В процесі оцінки перспективності спортсменів необхідно враховувати, що найбільш прогностичними показниками «дорослого зросту» є довгі стопи і кисті.

Довжина стопи в поєднанні з іншими розмірами може служити більш надійним показником кінцевого зросту, аніж сам зріст.

Саме з вимірювань тотальних розмірів тіла в сполученні з візуальною оцінкою зовнішнього вигляду дитини необхідно починати визначення її перспективності. Наприклад, у плавання необхідно віддавати перевагу дітям, високим на зріст, з більшим показником маси тіла. У веслуванні слід звертати увагу на підлітків з великою довжиною тулубу, великим розмахом рук і широкими плечима. Для плавання відбирають дітей пропорціональної будови, які мають м'язи з нечітко вираженим рельєфом, легкий кістяк, тонкі кісточки і зап'ястя, великий розмір стопи і долоні. Відбираючи велосипедистів і ковзанярів, необхідно віддавати перевагу підліткам з невеликим показником маси тіла і добре розвиненими м'язами стегон і гомілок. На ці показники орієнтуються досвідчені тренери як в нашій країні, так і за кордоном.

Можливості системи енергозабезпечення організму генетично обумовлені. Наприклад, результати досліджень, проведених у різних лабораторіях з участю близнюків, показали, що такі параметри, як відносні величини максимального споживання кисню, кисневого боргу є досить стабільними. У видах спорту, де вирішальну роль відіграють функціональні можливості аеробної системи енергозабезпечення (лижні перегони, біг на довгі дистанції, велоспорт тощо), вже на етапі початкового відбору необхідно оцінювати такі показники, як мах VO_2 і життєва ємність легенів (ЖЄЛ). В поєднанні з морфологічними даними ці показники дозволяють скласти уявлення про майбутні можливості дитини.

Останнім часом при відборі перспективних спортсменів все більше використовують м'язову біопсію. Відомо, що від структури м'язової тканини залежить здатність спортсменів до досягнення високих результатів в швидкісно-силових видах спорту або в видах спорту з переважним проявом витривалості. Кількість м'язових волокон, що швидко скорочуються у спринтерів дуже велика, вони можуть займати понад 80% від загальної площі поперечника м'язів. У спортсменів, які спеціалізуються на середніх дистанціях, це співвідношення змінюється; і їх м'язи мають приблизно однакову кількість волокон різних типів. В структурі м'язової тканини стаєрів переважають м'язові волокна, які скорочуються повільно. Вони можуть займати до 80-90% площі поперечника м'яза.

Велике значення для оптимізації відбору для занять спортивними іграми і єдиноборствами мають показники часу різних видів реагування і, особливо, антиципації.

Перспективи юних спортсменів у багатьох випадках залежать від гідродинамічних (у плавців) і аеродинамічних (ковзанярів і велосипедистів) властивостей тіла, які також майже не змінюються протягом спортивного вдосконалення. Ці якості особливо важливі для досягнення успіху на середніх і довгих дистанціях.

В процесі первинного відбору слід застосовувати прості педагогічні тести для оцінки рухових здібностей дітей. При цьому, перевагу слід надавати тим тестам, які характеризують рухові здібності в значні мір обумовлені природними задатками. Зокрема особливу увагу слід приділяти тестам, які дозволяють оцінити швидкісні якості, координаційні здібності, витривалість при аеробній та анаеробній роботі. Наприклад, рівень координаційних здібностей можна визначити з огляду на якість виконання складних вправ у процесі їх вивчення. Оцінка визначається в залежності від амплітуди рухів, дотримання структурного і ритмічного рисунку вправи, вміння швидко змінювати темп рухів у відповідності із завданням.

Розміри тіла, об'єм і можливості м'язів хлопчиків і дівчаток до переходу в період статевого дозрівання практично не відрізняються. Тому в дитячому віці розбіжності між хлопчиками і дівчатками в рівні розвитку швидкісно-силових якостей, витривалості й інших фізичних якостей мінімальні. Це визначає й ідентичну змагальну результативність, а в окремих випадках і перевагу дівчаток над хлопчиками. Тому відносно невисокі досягнення хлопчиків в різних тестах і, особливо, в змагальній діяльності, не повинні сприйматися як негативні в плані оцінки їх перспективності.

Важливим моментом огляду дітей під час відбору до занять спортом є співставлення їх паспортного і біологічного віку. Досвід роботи ДЮСШ свідчить, що часто має місце відбір дітей з прискореним біологічним розвитком, які в подальшому дуже швидко втрачають свої переваги і доволі рано покидають спорт. Спеціальні дослідження показують, що серед дітей і підлітків, які рано виконують нормативи I спортивного розряду - майстра спорту, більше половини мають ознаки прискореного статевого розвитку. А серед спортсменів, які виконали нормативи майстра спорту міжнародного класу, акселератів менше 20%. Це свідчить, про необхідність оцінювання рівня статевого дозрівання та необхідності врахування цього показника у підготовці спортсменів.

Велике значення для відбору дітей має оцінка стану їх здоров'я.

Істотне значення на початкових етапах відбору має також врахування психічних показників схильності до змагальної діяльності. Основними серед них є прагнення отримувати високі оцінки за виконання завдань, рішучість і наполегливість в ігрових ситуаціях, сміливість у виконанні незнайомих завдань, бажання займатися спортом.

Необхідно підкреслити, що показники фізичної працездатності для первинного відбору є малоприсадними, оскільки вони більше залежать від тренувальних впливів. Інформативність показників фізичної працездатності для відбору підвищується, якщо їх використовувати після одного і більше років занять спортом.

Для початкового відбору не ефективна орієнтація на спортивний результат. Багаторічні спостереження тренерів і спеціальні дослідження показали, що

спортсмени навіть з найнижчими при початковому тестуванні результатами через рік занять можуть стати найсильнішими.

Остаточне рішення щодо залучення дитини до занять певним видом спорту повинно ґрунтуватися на бажанні дитини та комплексній оцінці за всіма критеріями відбору, а не лише на підставі однієї або двох ознак.

Попередній відбір і орієнтація на другому етапі багаторічної підготовки

На цьому етапі відбору основним критерієм оцінки перспективності юного спортсмена є наявність у нього здібностей до ефективного спортивного вдосконалення. Після 2-3 років початкової підготовки і задовго до досягнення оптимальної вікової межі в тому чи іншому виді спорту ще неможливо дати точний висновок про наявність у юного спортсмена задатків і здібностей, які дозволили б йому сподіватися на досягнення результатів міжнародного рівня. Однак, виявити доцільність подальшого спортивного вдосконалення та визначити його напрям, а також правильно зорієнтувати подальшу підготовку спортсмена необхідно вже на цьому етапі. Вирішити ці завдання можна лише на основі комплексного аналізу, в якому повинні враховуватися морфологічні, функціональні та психічні особливості юних спортсменів, їх адаптаційні можливості, реакція на тренувальні та змагальні навантаження, здатність до освоєння і вдосконалення нових рухів та ін.

Спортивний результат на цьому етапі відбору не може бути критерієм перспективності. Досвід демонструє, що спортсмени з відносно низькими результатами на початку етапу попередньої базової підготовки і до його завершення виявляються в числі найсильніших і продовжують прогресувати надалі. У той же час переможці та призери дитячих і підліткових змагань дуже рідко (менше 5% випадків у різних видах спорту) досягають спортивних успіхів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Про це переконливо свідчить багаторічний досвід підготовки спортсменів високого класу в різних країнах світу.

Вже на початку другого етапу багаторічної підготовки виникає необхідність у визначенні відповідності будови тіла юних спортсменів морфологічним особливостям майстрів високого класу. Морфологічні особливості знаходяться в числі найважливіших, які необхідно враховувати при визначенні перспективності спортсмена на цьому етапі відбору. Морфологічні відмінності між представниками різних видів спорту є наслідком інтенсивного відбору, оскільки особливості будови тіла дають спортсменові чисто механічні або біомеханічні переваги у змаганнях з різних видів спорту. Хоча конституція людини і зазнає деяких змін в певні вікові періоди, в цілому вона більш-менш постійна і значною мірою визначається спадковими факторами.

Слід зазначити, що єдиного підходу до визначення конституції людини не існує. Це стосується як визначення самого поняття «Конституція людини», так і діагностики та характеристики конституційних типів. Найбільш поширені підходи до визначення конституції людини на основі морфологічних критеріїв - ступінь розвитку мускулатури і жировідкладення, ріст і маса тіла, особливості скелета та ін. При такому підході більшість фахівців схиляються до використання для характеристики конституції терміна «соматотип».

Серед великої кількості схем визначення конституцій людини розглянемо одну з найбільш популярних, згідно з якою виділяються три соматотипи:

Пікнічний ендоморфний тип – опукла грудна клітка, м'які округлі форми внаслідок розвитку підшкірної основи, щодо короткі кінцівки, короткі і широкі кисті і стопи, велика кількість підшкірного жиру;

Атлетичний мезоморфний тип – трапецієвидна форма тулуба, вузький таз, потужний плечовий пояс, добре розвинена мускулатура, масивні кістки.

Астенічний екторморфний тип – плоска і довга грудна клітка, відносно широкий таз, худе тіло і слабкий розвиток підшкірної основи, довгі тонкі кінцівки, вузькі стопи і кисті, мінімальна кількість підшкірного жиру.

Природно, що конституційні можливості більшості індивідів неможливо звести до цих крайніх трьох типів. Такий поділ дає лише загальне уявлення про діапазон коливань в конституції людини, тому в практиці спортивного відбору доцільніше орієнтуватися на безперервно розподілені компоненти статури, яких може бути виділено три: ендоморфний, мезоморфний і екторморфний.

Ендоморф характеризується округлістю і м'якістю, збільшеною кількістю жирової тканини, переважанням живота над грудною кліткою, високими плечима, короткою шиєю, плавними контурами тіла, відсутністю рельєфу м'язів.

Для мезоморфії типові прямий тулуб, тверда, рельєфна і виступаюча мускулатура, масивні кістки, товсті передпліччя, зап'ястя, кисті і пальці, велика грудна клітка, широкі плечі, відносно вузька талія, груба шкіра.

Екторморфія проявляється в крихкості і витонченості тіла, худорлявості, тонких кістках і м'язах, опущених вузьких плечах, щодо довгих кінцівках і короткому тулубі, відсутністю м'язового рельєфу.

Класичні дослідження соматотипів спортсменів-олімпійців у порівнянні зі звичайними людьми, а також студентами спеціальних навчальних закладів здійснив Д. М. Таннер (Tanner, 1964). Серед студентів, які не займаються спортом, найчастіше зустрічаються проміжні типи при відносно помірному вмісті ендоморфного, мезоморфного і екторморфного компонентів. Для більшості студентів спортивних коледжів характерний мезоморфний тип статури. Для легкоатлетів – учасників Ігор Олімпіад характерною є повна відсутність вираженого ендоморфного типу. Легкоатлети різних спеціалізацій істотно розрізняються за типом статури. У бігунів на довгі дистанції, в

порівнянні зі спринтерами, відзначається зниження рейтингу мезоморфного типу і збільшення - ектоморфного.

Метальники відрізняються дуже високим рівнем мезоморфного типу і низьким - ектоморфного. Такі ж характеристики мають і важкоатлети. У борців, у порівнянні з важкоатлетами й метальниками, відзначається деяке зниження рейтингу мезоморфного типу та підвищення - ектоморфного. Бігуни на довгі дистанції, плавці, баскетболісти можуть бути віднесені до змішаного мезоектоморфного типу зважаючи вираженості цих компонентів. Жінки, що спеціалізуються в бігу на довгі дистанції, відрізняються екзоектоморфним соматотипом, а в плаванні і легкоатлетичних метаннях - ендомезоморфним.

Багато фахівців пов'язують соматотипи з фізичними якостями, фізіологічними і біохімічними процесами, психологічними властивостями особистості. Вважається, що найвищий рівень окислювальних процесів відзначається в осіб астеничного і атлетичного конституційних типів. Виявлено зв'язок між ендоморфом і такими ознаками темпераменту, як врівноваженість, товариськість і м'якість. Мезоморфія виявляє зв'язок з такими властивостями, як схильність до ризику, рішучих дій, агресивність, а ектоморфа - з емоційною стриманістю, скритністю, некоммунікабельністю, стійкістю до дії зовнішніх факторів. Ці залежності носять статистичний характер і не є достатньо надійними стосовно конкретної людини, проте можуть виявитися винятково корисними при виробленні загальної стратегії відбору та орієнтації спортсменів, що відносяться до різних конституційних типів.

У спортсменів високого класу, що спеціалізуються в різних видах спорту, конституційні відмінності виражені тим більшою мірою, чим вищий рівень їх кваліфікації. Це обумовлено спільною дією двох факторів - спортивного відбору як різновиду професійного відбору та специфічних засобів і методів підготовки, характерних для конкретного виду спорту. Борці, наприклад, характеризуються вираженою мезоморфією, яка у них оцінюється в 5-6, а іноді в 7 балів. У хокеї на льоду мезоморфний компонент виражений в більшій мірі у нападників і захисників в порівнянні з воротарями. У плавців, навпаки, нерідко відзначається вираженість ендоморфного компоненту. У жінок, які спеціалізуються в спортивних іграх, спостерігається значно більша вираженість мезоморфії в порівнянні з жінками, що не займаються спортом. У кінцевому результаті в кожному з видів спорту найбільш характерний соматотип виявляється достатньо тісно пов'язаним зі структурою м'язової тканини, можливостями систем кровообігу і дихання.

Морфофункціональні обстеження можуть бути доповнені методом біологічних досліджень тканини м'язів, які несуть основне навантаження в конкретному виді спорту. Аналіз м'язової тканини доцільно проводити один раз на другому етапі відбору. Проте слід враховувати, що відсоток м'язових

волокон різного типу тісно пов'язаний з функціональними можливостями спортсмена. Зокрема, високі алактатні можливості спортсмена, хороша рухова реакція, високі результати в тестах швидкісно-силового характеру (наприклад, стрибок вгору з місця) й інші є гарантією наявності підвищеної кількості ШС-волокон м'язів. І, навпаки, уповільнена реакція, високі можливості кисневотранспортної системи та системи утилізації кисню свідчать про переважання в м'язах спортсмена ПС-волокон.

Велике значення для раціонального відбору та орієнтації юних спортсменів на даному етапі має аналіз властивостей їх нервової системи - сили процесів збудження і гальмування, їх врівноваженості і рухливості. Сила нервових процесів характеризує здатність нервових клітин переносити сильне збудження і сильне гальмування, що дозволяє адекватно реагувати на подразнення. Врівноваженість передбачає певне співвідношення між процесами збудження і гальмування, а їх рухливість виражається у здатності нервової системи швидко чергувати ці процеси. У різних осіб можуть зустрічатися найрізноманітніші поєднання властивостей нервової системи, які в значній мірі визначають не лише психологічні, а й функціональні можливості спортсменів.

Зокрема, такі з них, як ефективність м'язово-рухових диференціювань, здатність до адекватних оцінок функціонального стану, сприйняття виникаючих ситуацій, прийняття і реалізація творчих рішень і т. п.

При розгляді перспективності спортсмена за показниками морфологічного типу слід давати не лише його цілісну оцінку (за тими ж показниками, що і на попередньому етапі відбору), а й орієнтувати спортсмена на спеціалізацію в тій чи іншій дистанції або дисципліні. Так, у плаванні на спеціалізацію в спринті можна орієнтувати підлітків високого зросту, з довгими кінцівками, значними силовими можливостями м'язів плечового поясу; на довгі дистанції - дітей з хорошою плавучістю і обтічністю тіла, високими можливостями кисневотранспортної системи, хорошою рухливістю в гомілковостопних суглобах.

На спеціалізацію в бігу на короткі дистанції слід орієнтувати підлітків із зростом вище середнього, з достатніми силовими можливостями м'язів ніг; в бігу на довгі дистанції - підлітків з невеликим індексом маси і росту і високими можливостями кисневотранспортної системи. Довжина тіла тут не має істотного значення.

Після принципового рішення про доцільність подальшого продовження занять на етапі попередньої базової підготовки слід виявити найбільш перспективний напрямок вдосконалення юного спортсмена, що відповідає його природним задаткам. Дуже важливим тут є чітке розуміння того, що за даними обстежень юні спортсмени можуть бути розділені на різні групи залежно від їх схильності до досягнення високих спортивних результатів не лише в різних видах спорту, але і в різних видах змагань одного виду спорту.

Експериментально встановлено, що використання диференційованих програм підготовки юних спортсменів, побудованих відповідно до їхньої індивідуальної схильності до досягнень в різних дисциплінах, є дієвим фактором підвищення ефективності підготовки на етапі попередньої базової підготовки в системі багаторічного спортивного вдосконалення.

Перспективним генетичним маркером функціональних можливостей спортсмена для ряду видів спорту є домінантність руки. Ліворуки спортсмени, в порівнянні з праворукими, мають велику швидкість простої рухової реакції, що забезпечує їм успішність простих дій, відрізняються високим рівнем тривожності, неврівноваженим типом нервової системи, переважанням предметно-образного мислення. Одночасно вони поступаються праворуким у швидкості прийняття рішень в складних ситуаціях, в здатності до абстрактно-логічного мислення. Ці особливості ліворуких спортсменів, детерміновані генетично на 40-50% визначають їхні успіхи в діяльності, що вимагає виняткової реакції і виконання відносно простих рухів з високою швидкістю. Найбільш наочно це проявляється у фехтуванні: серед чемпіонів найбільших міжнародних змагань представництво спортсменів-шульг в 10 разів перевищує середні популяційні дані і становить близько 50%. Саме ці спортсмени відрізняються простотою і виключно високою швидкістю.

В інших видах спорту ліворукі спортсмени відрізняються великою різноманітністю техніко-тактичних дій. У боксі вони можуть працювати як в правосторонній, так і лівосторонній стійках, у фігурному катанні виконують обертання як в праву так і в ліву сторони, у волейболі і гандболі успішно використовують удари і кидки як правою, так і лівою руками. Все це, природно, має враховуватися при орієнтації процесу підготовки таких спортсменів на всіх етапах їхнього багаторічного вдосконалення як щодо побудови процесу техніко-тактичного вдосконалення, так і вибору оптимальних моделей змагальної діяльності.

Сучасний спорт вищих досягнень переконливо свідчить про постійне збільшення ролі генетичних передумов для досягнення результатів світового рівня, що проявляються не лише на рівні окремих спортсменів, а й етнічних груп. Наприклад, виявлено чітку залежність досягнень у спринтерському бігу і бігу на довгі дистанції від приналежності до певної етнічної групи. Велика кількість видатних спринтерів є вихідцями з районів західної Африки південніше Сахари і тих етнічних груп, які мігрували з цих областей до Америки чи Європи. Більшість бігунів на довгі дистанції і марафонців з північного і східного регіонів Африки, з Кенії. Фізіологічні, біохімічні і в останні роки генетичні дослідження показали істотні генетичні відмінності між жителями північно-східної і північно-західної Африки, а темний колір шкіри є лише зовнішньою ознакою. У дійсності, між цими етнічними групами відмінностей значно більше, ніж між представниками північно-східної Африки

та Європи. Передумовою такого становища, на думку фахівців, є відсутність генетичного обміну між зазначеними африканськими етнічними групами в силу географічних та історико-соціальних причин, що і забезпечило диференціацію їх розвитку.

Відзначаючи великий вплив генетичної схильності на досягнення в сучасному спорті, слід зазначити, що рівень знань у цій області значною мірою базується на припущеннях, а не на точно доведених фактах. Зокрема, достовірно не доведено, які гени визначають рівень досягнень у видах діяльності, пов'язаних з проявом швидкісних якостей або витривалості, а результати асоціативних досліджень можуть дати лише відносні уявлення про дійсну роль різних генів-кандидатів. Ситуація ускладнюється і в зв'язку з тим, що фізичні здібності, найімовірніше, визначаються складним поєднанням сумарного впливу цілої групи генів.

Проміжний відбір і орієнтація на третьому етапі багаторічної підготовки

Основне завдання третього етапу відбору - виявлення здібностей спортсмена до досягнення вищих спортивних результатів в обраному виді спорту, перенесення високих тренувальних і змагальних навантажень. До цього часу вже необхідно визначитися, в якому конкретному виді змагань буде спеціалізуватися спортсмен виявити його сильні якості, за рахунок яких в основному і планується досягти високих спортивних результатів. Особливо це важливо для спортивних ігор, що пов'язано з вибором ігрового амплуа і відповідною орієнтацією всієї системи подальшої підготовки.

Істотною стороною відбору на даному етапі є оцінка техніки виконання різних спеціально-підготовчих вправ. Наприклад, в складнокоординаційних видах оцінюють володіння базовими і профілюючими елементами, кількісну, якісну і структурну різноманітність елементів, артистизм, елегантність, виразність і стабільність при їх виконанні. Про ефективність рухів в більшості циклічних видів спорту свідчить їх невисокий темп при великій довжині кроку і високій швидкості при проходженні коротких відрізків. Особливу прогностичність така манера рухів має при відборі та орієнтації підготовки спринтерів-бігунів, плавців і ковзанярів.

Ефективність відбору значною мірою пов'язана з оцінкою у спортсменів основних показників, що характеризують рівень їх спеціальної підготовленості і спортивної майстерності. Рівень розвитку фізичних якостей (швидкісно-силових, різних видів витривалості, гнучкості, координаційних здібностей), можливості системи енергозабезпечення, досконалість спортивної техніки, економічність роботи, здатність до перенесення навантажень і ефективного відновленню постійно повинні знаходитися в полі зору тренера, що працює з юними спортсменами.

Оцінка перерахованих здібностей поряд зі спортивними результатами повинна займати велике місце у відборі та орієнтації спортсмена на третьому етапі. При цьому увага повинна бути звернена не тільки на абсолютні показники тренуваності і спортивних досягнень, але й на темпи їх приросту від одного етапу підготовки до іншого.

Враховуючи те, що різні види спорту ставлять неоднакові вимоги до статури і функціональних можливостей спортсмена, у процесі відбору необхідно орієнтуватися на ті якості, які найбільш важливі для даного виду спорту.

У всіх випадках, де це можливо, при оцінці найбільш значущих чинників слід орієнтуватися на кількісні та якісні характеристики статури, функціональних можливостей різних органів і систем організму, розвитку фізичних якостей.

Перспективність юного спортсмена багато в чому пов'язана з досконалістю спеціалізованих сприйнятів - комплексних психофізіологічних характеристик, до яких відносяться відчуття часу, темпу, розвиваються відчуття зусиль, води у плавців, снігу у лижників, льоду у ковзанярів і т.п. Ці характеристики, як відомо, відображають рівень сприйняття, усвідомлення і відтворення рухових дій.

На третьому етапі багаторічного відбору збільшується значення показників, які свідчать про особистісно-психічні якості - психічну надійність, мотивацію, волю, прагнення до лідерства та ін. Відомо, що спортсмени високого класу відрізняються наполегливістю, високим рівнем переносимості навантажень. При оцінці відповідності юного спортсмена вимогам, пропонованим до спортсменам високого класу, особливу увагу слід звертати на впевненість у своїх силах, стійкість до стресових ситуацій тренувальних занять, здатність і бажання до спортивної боротьби, бажання тренуватися і змагатися з сильними партнерами і суперниками. Особистісні та психічні якості спортсмена не є тільки критеріями оцінки перспективності, але і додатковими критеріями при оцінці схильності до спеціалізації в різних видах спорту. У спортсменів, схильних до досягнень у спринті, швидко-силових видах спорту, лідерства в спортивних іграх, зазвичай спостерігається тип слабкої (реактивної) нервової системи. При цьому основними ознаками в поведінці є категоричність у судженнях, висока збудливість, швидкість зміни настрою, легкість пристосування до нових умов життя і тренування, швидкість переходу від сну до активності, швидкість засвоєння навичок, низька концентрація уваги і необхідність застосування спеціальних прийомів для його активації. Спортсменів, схильних до досягнень у видах спорту, що вимагають великої витривалості (наприклад, велосипедисти-шосейники, бігуни на довгі дистанції та ін.), відрізняє спокійний, стійкий настрій, працьовитість і дисциплінованість, погана пристосовність до нових умов. У них проявляється знижена чутливість

до подразників, висока концентрація уваги, об'єктивна оцінка своїх можливостей, наполегливість і завзятість, слабка переключення, низький рівень емоційності.

Як і при первинному відборі, в процесі проміжного відбору велика увага приділяється медичному контролю. Оскільки до цього часу вже відбувся «відсів» дітей, що мають явні протипокази до занять спортом, особлива увага приділяється виявленню прихованих захворювань, зокрема вогнищ інфекції в організмі. При їх наявності в період проведення тренувальних занять можуть виникнути загострення і різні ускладнення з боку внутрішніх органів. Важливо виявити і специфічні хвороби, до яких найбільшою мірою схильні спортсмени.

Важливою стороною відбору є всебічний аналіз попередніх етапів тренування, визначення, за рахунок яких зусиль юний спортсмен досяг даного рівня підготовленості. Не таємниця, що багато юних спортсменів на другому етапі багаторічної підготовки виконують величезні обсяги роботи, беруть участь у змаганнях, широко застосовують заняття з великими навантаженнями, тренуються по 2 рази на день і тому досягають високих для свого віку результатів і показників тренуваності. Як правило, спортсмени, які пройшли таку підготовку, є безперспективними для подальшого вдосконалення на третьому етапі багаторічної підготовки. Перевагу слід віддавати тим, хто досяг щодо високого рівня тренуваності і спортивних результатів за рахунок тренування з малим і середнім обсягом роботи, невеликої змагальної практики, різнобічної технічної підготовки.

Основний відбір і орієнтація на четвертому та п'ятому етапах багаторічної підготовки

На даному етапі відбору необхідно з'ясувати, чи здатний спортсмен до досягнення результатів міжнародного класу, чи зможе він переносити виключно напружену тренувальну програму і ефективно адаптуватися до застосовуваних навантажень. Таким чином, відбір на даному етапі - природне продовження роботи, проведеної на попередньому етапі. Його ефективність визначається в основному тими ж факторами, однак вони набувають більш специфічної спрямованості.

При всій інформативності показників росту і маси тіла їх завжди слід розглядати в тісному взаємозв'язку з параметрами спортивної техніки, функціональними можливостями найважливіших систем організму, психічними особливостями спортсмена. У цьому випадку можна зробити правильний висновок про здатність спортсмена домогтися видатних результатів, наприклад, в спринтерському бігу як низькорослі спортсмени (Марчісон), так і дуже високі (Вільямс), тонкокістні, легкі (Меннеа) і потужні, важкі (Джонсон).

Безсумнівний інтерес викликає також аналіз складу тіла спортсменів, що спеціалізуються в різних видах спорту. Специфіка різних видів спорту багато в чому визначає склад тіла спортсменів. Простежити це можна вже при розгляді знежиреної маси і жиру у спортсменів високого класу. У бігунів на довгі дистанції, борців і

боксерів (за винятком абсолютних вагових категорій), велосипедистів-шосейників, лижників відзначається виключно низький відсоток вмісту жиру - зазвичай в межах 4-8%. У волейболістів, баскетболістів, тенісистів відсоток жиру зазвичай становить 14-17%, а у легкоатлетів-метальників - 18-22%. У жінок кількість жиру зазвичай на 6-10% більша, ніж у чоловіків.

Великі відмінності в будові тіла видатних спортсменів повинні орієнтувати на пошук різних шляхів у досягненні вершин спортивної майстерності. Це стосується як розробки індивідуальних моделей техніко-тактичної майстерності та функціональної підготовленості, так формування індивідуальної системи підготовки кожного перспективного спортсмена на всіх етапах багаторічного вдосконалення, особливо на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, коли формується власна модель змагальної діяльності.

Слід пам'ятати, що специфіка конкретного виду спорту, основні тенденції розвитку техніки і тактики, вдосконалення правил та інше справляють істотний вплив на формування вимог до морфологічних особливостей спортсменів. Так, наприклад, сучасний гандбол ставить високі вимоги до зросту спортсменів та їх атлетичної підготовки, тому найсильніші гандболісти світу мають високий зріст (більшість вище 195-200 см) при великій масі тіла – 90-110 кг. Такі ж вимоги до морфологічних даних спортсменів і в сучасному волейболі. У водному поло, навпаки, підвищення динамічності гри в зв'язку зі зміною правил дало певні переваги гравцям не дуже високим, але таким, що мають високу спеціальну працездатність і хорошу плавальну підготовку.

Пристаючи до тренувань на четвертому етапі багаторічної підготовки, необхідно всебічно оцінити рівень загальної та спеціальної підготовленості спортсменів. При цьому увагу слід звернути не тільки на абсолютні показники, а й на той прогрес, якого досяг спортсмен в результаті тренування на попередньому етапі. Перевага віддається тим спортсменам, які зуміли досягти великих зрушень у рівні спортивної майстерності, можливостей найважливіших функціональних систем при обмеженому використанні найбільш потужних засобів педагогічного впливу; аніж меншими зусиллями було досягнуто прогресу в рівні спортивної майстерності, тим більші резерви залишилися для подальшого вдосконалення. На даному етапі відбору тому особлива увага приділяється аналізу тренування на попередньому етапі багаторічної підготовки. Перспективними вважаються спортсмени, які тренувалися за різноманітною програмою без використання граничних обсягів тренувальної роботи, обмежували кількість занять з великими навантаженнями, участь у відповідальних змаганнях. Не досягали максимальних параметрів тренувальних і змагальних навантажень, характерних для побудови тренування на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Якщо при такій побудові тренувального процесу у спортсменів планомірно зростав рівень досягнень та функціональної підготовленості і до четвертого етапу багаторічної

підготовки вони досягли досить високого рівня спортивної майстерності, то є всі підстави для їх подальшого серйозного прогресу.

Одним з основних показників, що свідчить про здатність спортсмена до значного прогресу на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, є різнобічна технічна підготовленість. Вона проявляється у досить досконалому володінні не лише технікою виду спорту, але й в умінні технічно правильно виконувати велику кількість спеціально-підготовчих вправ, тонко варіювати просторовими, часовими і динамічними параметрами рухів у процесі виконання найрізноманітніших вправ. Така структура технічної підготовленості дозволяє сформувати на четвертому етапі багаторічної підготовки раціональну та лабільну техніку рухів, що знаходиться у відповідності з морфофункціональними можливостями спортсмена і специфічними вимогами конкретного виду спорту.

Особливого значення набуває оцінка особистісних і психічних якостей спортсмена. При цьому оцінюють стійкість до стресових ситуацій змагань, здатність налаштуватися на активну змагальну боротьбу, вміння мобілізувати сили при гострій конкуренції, психічну стійкість при виконанні об'ємної і напруженої тренувальної роботи, здатність контролювати зусилля, темп, швидкість, напрямок рухів, розподіл сили у змаганнях, а також уміння показувати найвищі результати в найбільш відповідальних стартах, в оточенні сильних суперників. Видатних спортсменів, як правило, характеризує вміння вести активну боротьбу в найвідповідальніших змаганнях з найбільшою конкуренцією. Недарма досвідчені тренери в якості одного з найважливіших критеріїв при оцінці перспективності спортсменів використовують їх здатність показувати у фінальних стартах більш високі результати, ніж у попередніх. Практика показує, що психічна стійкість, вміння гранично мобілізуватися в екстремальних умовах відповідальних змагань багато в чому обумовлені природними задатками і вдосконалюються з великими труднощами.

Має свої особливості відбір у командних дисциплінах велосипедного та веслувального спорту, спортивних іграх. Так, у командних перегонах на треку і шосе при відборі часто орієнтуються на відносну схожість антропометричних показників учасників, їх здатність ефективно вести гонку на лідируючій позиції, рівень техніки ведення командної гонки, ефективний фініш. Для участі в командних номерах програми нерідко підбирають гонщиків, що поступаються своїм товаришам в аналогічних індивідуальних номерах, але мають переваги за показниками, що впливають на ефективність командної боротьби. Нерідко вміння окремих гонщиків пожертвувати своїми інтересами в ім'я товариша по команді приводило до блискучих перемог на чемпіонатах світу та Олімпійських іграх.

Ще більш складні завдання доводиться вирішувати при комплектуванні команд у спортивних іграх. Тут поряд з індивідуальними можливостями гравців на відбір у команду впливає прийнятий командою тактичний варіант, особливості тактики і техніки команди супротивника. Не менш важливим є вміння кожного гравця

реально оцінювати можливості партнерів і свої, підпорядковувати прагнення до досягнення особистого успіху інтересам команди, отже, при комплектуванні команди необхідно орієнтуватися на те, наскільки можливості окремих гравців відповідають їх амплуа в команді, характером покладених на них функцій і завдань.

Велике значення для раціонального комплектування команд має врахування темпераменту гравців. Наприклад, Я. Червіньський (1990), досліджуючи темперамент гравців (гандбол), які виступають за команди різного класу, переконливо показав, що чим вищий рівень команди, тим більше в її складі гравців найбільш прийнятних для ігрових видів темпераменту - сангвініків. Наявність гравців відрізняються жвавістю, активністю, збудливістю, легкої зміною емоцій і в той же час стабільністю поведінки, врівноваженістю є гарантією успішної діяльності, як окремих ігрових ланок, так і команди в цілому.

Неодмінною умовою успішного вдосконалення на четвертому етапі багаторічної підготовки є міцне здоров'я спортсмена. Перш ніж оцінити здатність спортсмена до досягнення найвищих результатів, необхідно переконатися у відсутності у нього захворювань, здатних стати гальмом для зростання спортивних досягнень, оперативно усунути незначні відхилення у стані здоров'я.

Заключний відбір і орієнтація на шостому і сьомому етапах багаторічної підготовки

Заключний відбір є надзвичайно важливою складовою частиною системи підготовки, оскільки його основним завданням є визначення доцільності подальшого продовження занять спортом для спортсмена високого класу, який досягав серйозних результатів в сучасному спорті. Від того наскільки точним і об'єктивним буде висновок, багато в чому залежить не лише подальша спортивна кар'єра відомого спортсмена, його авторитет в спорті, але й все подальше життя - освіта, особисте життя, професійна кар'єра і т. д.

На цьому етапі відбору не стоять питання оцінки перспективності спортсмена за морфологічними і функціональними задатками, його здатність до ефективного спортивного удосконалення і т. п. На перший план висувається завдання виявлення резервних можливостей організму для підтримки, а можливо, і підвищення раніше досягнутого рівня адаптації. Не менш важливим є і всебічне медичне обстеження, результати якого повинні показати, чи здатний спортсмен до подальшої напруженої роботи, чи не позначаться серйозно на подальшій тренувальній та змагальній діяльності попередні травми і т. п.

Першорядного значення набуває всебічний аналіз соціального стану спортсмена - його матеріальний стан, рівень освіти, перспективи для успішної діяльності після закінчення спортивної кар'єри, сімейне благополуччя та ін. Якщо на попередніх етапах відбору для юних і молодих спортсменів, які навчаються в середній школі або вищих навчальних закладах, такі проблеми особливо не стояли, то по відношенню до спортсменів, вік яких часто перевищує 25-30 років, вони можуть набути характеру основних.

Розглядаючи спортивно-педагогічну сторону відбору, перш за все увага повинна бути звернена на тривалість спортивної кар'єри, обсяг перенесених за багато років підготовки тренувальних і змагальних навантажень. Природно, що чим коротшою була тривалість занять спортом, менші тренувальні та змагальні навантаження, тим більші перспективи, за інших рівних умов, має спортсмен для збереження вищих досягнень.

Важливою є і оцінка структури функціональної підготовленості спортсмена, наявність резервів у вдосконаленні найважливіших компонентів. Наприклад, спортсмени, що відрізняються великою потужністю найважливіших функціональних систем, але мають резерви у підвищенні економічності техніки, рухливості і варіативності діяльності систем енергозабезпечення, мають досить хороші резерви для збереження вищих досягнень і навіть для підвищення спортивних результатів.

На заключному етапі відбору має свою специфіку і оцінка психічних якостей спортсмена. Якщо на попередньому етапі основна увага зверталася на здатність спортсмена максимально мобілізувати свої можливості в екстремальних умовах відповідальних змагань, вміння показувати найвищі результати в головних змаганнях, у визначенні сильних суперників та ін., то тут на перший план виступає наявність достатньої мотивації для активного продовження занять спортом, перенесення високих тренувальних і змагальних навантажень.

Розглядаючи питання орієнтації підготовки спортсмена на етапі збереження вищих досягнень, на перший план необхідно висунути якісні характеристики процесу підготовки. Досвід підготовки багатьох видатних спортсменів у різних країнах світу переконливо свідчить про те, що тривалий час зберегти вищі досягнення вдалося тим з них, які зуміли знайти резерви підтримки спортивних результатів при значному скороченні обсягу тренувальної та змагальної діяльності. Такий шлях пройшли такі видатні спортсмени, як А.Ортер, В.Голубничий, В.Санєєв, К.Льюїс - у легкій атлетиці, В.Сальников, А.Попов - у плаванні, А.Медвідь, А.Карелін - у боротьбі, В.Іванов, Ю.Морозов - у веслуванні, Л.Хесле, М.Хюбнер, В.Якимов, Д.Людвіг, Ж.Лонго-Кіпреллі - у велосипедному спорті, Г.Кулакова, Р.Сметаніна, С.Бельмандо, Л.Лазутіна - в лижних гонках і багато інших.

Спортсмени, які намагалися зберегти вищі досягнення за рахунок граничних величин тренувальних і змагальних навантажень, як правило, зазнавали невдачі і змушені були покинути великий спорт в результаті травм, фізичних і психічних перевантажень.

Література:

8. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / авт. кол.: Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р. [та ін.] ; за заг. ред. М. М. Линця. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 304 с.

9. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

10. Линець М. Індивідуалізація та диференціація фізичної підготовки спортсменів / Михайло Линець, Христина Хіменес // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 34–44.

11. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : [навч. посіб. для фізкультурних вузів] / Линець М. М. – Львів : Штабар, 1997. – 207 с. – ISBN 5-7620-14-9.

12. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 334 с.

13. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ / М. М. Линець, В. М. Платонов // Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]; за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – Т. 1, гл. 5. – С. 87–103.

14. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Кие : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

Тема 25. Планування і контроль у підготовці спортсменів

1. Суть та основи планування підготовки спортсменів.
2. Мета, об'єкт та види контролю.
3. Вимоги до показників, що використовуються в контролі

Під плануванням мають на увазі, передусім, процес розробки системи планів, розрахованих на різні проміжки часу, в рамках яких повинен бути реалізований комплекс взаємопов'язаних цілей, задач і зміст спортивного тренування. Предметом планування в процесі підготовки спортсменів є цілі, задачі, засоби і методи тренування, величина тренувальних і змагальних навантажень, внутрішні зсуви в організмі спортсменів під впливом навантажень (тренувальний ефект), кількість навчально-тренувальних занять і днів відпочинку, системи відбудовних заходів, контрольні нормативи, виховальні заходи, умови тренування і ін. Предметом планування тренувального та змагального процесу є їх зміст, форми і результати, що прогнозуються на основі об'єктивних закономірностей розвитку спортивних досягнень і спрямованого формування особистості спортсмена. Визначаються цілі і задачі на різні періоди тренувального процесу. На основі аналізу динаміки навантаження за попередній рік (або роки) встановлюють величину тренувального навантаження, його обсяг та інтенсивність. Визначаються засоби, методи, контрольні нормативи і інші показники.

Основна задача при розробці плану тренування полягає в тому, щоб з урахуванням рівня підготовленості спортсмена, його віку, спортивної кваліфікації, стажу занять вибраним видом спорту, календаря спортивних змагань, особливостей виду спорту, умов проведення навчально-тренувального процесу визначити показники стану спортсмена, що моделюється в період часу, що планується, визначити оптимальну програму тренування.

Планування на різних етапах багаторічної спортивної підготовки здійснюється в наступних формах: 1) перспективне (на ряд років); 2) поточне (на один рік); 3) оперативне (на місяць, тиждень, окреме тренувальне заняття).

До документів перспективного планування належать навчальний план, навчальна програма, багаторічний план підготовки команди, багаторічний індивідуальний план підготовки спортсменів.

Навчальний план визначає основний напрям і тривалість навчальної роботи для того або іншого контингенту спортсменів. Він передбачає послідовність проходження матеріалу, зміст основних розділів, обсяг годин по

кожному розділу, тривалість кожного заняття. Як правило, навчальний план поділяється на два основних розділи: теоретичний і практичний.

Навчальна програма складається на основі навчального плану і визначає обсяг знань, умінь і навиків, які повинні бути освоєні спортсменами.

У цьому документі розкриваються найбільш доцільні форми і методи педагогічної роботи, дається основний зміст учбового матеріалу з теорії і практики для певного контингенту спортсменів (ДЮСШ, СДЮСШОР, секцій колективів фізичної культури і ін.).

Програма, як правило, складається з наступних розділів: 1) пояснювальної записки; 2) викладу програмного матеріалу; 3) контрольних нормативів і навчальних вимог; 4) рекомендованих навчальних посібників.

Багаторічний (перспективний) план підготовки спортсменів (командний і індивідуальний). Він складається на різні терміни в залежності від віку, рівня підготовленості спортсменів, їх спортивного стажу. Для спортсменів молодшого віку доцільно складати групові перспективні плани на 2-3 роки. Для кваліфікованих спортсменів необхідно розробляти як групові, так і індивідуальні плани на 4 і навіть 8 років.

В перспективний план повинні бути включені лише основні показники (без зайвої деталізації), спираючись на які можна було б правильно скласти річні плани.

Основний зміст перспективного плану підготовки спортсмена, команди включає наступні розділи: 1) коротка характеристика контингенту спортсменів (команди); 2) мета багаторічної підготовки, головні задачі по роках; 3) структура багаторічного циклу і терміни його макроциклів; 4) основна спрямованість тренувального процесу по роках багаторічного циклу; 5) головні змагання і основні старты індивідуального календаря, результати, що плануються в кожному році; 6) контрольні спортивно-технічні показники (нормативи) по роках; 7) загальне число тренувальних днів, занять, днів змагань і відпочинку по роках підготовки; 8) загальні і специфічні параметри тренувального навантаження; 9) система і терміни комплексного контролю, в тому числі і диспансеризація; 10) графік навчально-тренувальних зборів і місця занять.

До документів поточного планування належать план-графік річного циклу спортивного тренування, план підготовки команди на рік і річний план (індивідуальний) підготовки на кожного спортсмена.

План-графік річного циклу спортивного тренування є організаційно-методичним документом, що визначає зміст роботи на навчально-тренувальний рік, а також найбільш доцільну методичну послідовність проходження матеріалу по періодах і місяцях протягом річного циклу тренування, кількість

годин на кожний розділ роботи і розподіл тимчасових витрат на проходження матеріалу розділів по тижнях протягом року.

Річний план підготовки (командний і індивідуальний) складається з наступних розділів: коротка характеристика групи спортсменів, основні задачі і засоби тренування, їх зразковий розподіл за часом, що відводиться, зразковий розподіл тренувальних навантажень за обсягом та інтенсивністю, розподіл змагань, тренувальних занять і відпочинку, контрольні нормативи, спортивно-технічні показники (спортивні результати), педагогічний і лікарський контроль.

Оперативне планування включає в себе робочий план, план-конспект тренувального заняття, план підготовки до окремих змагань.

Робочий план визначає конкретний зміст занять на певний навчально-тренувальний цикл або календарний термін (наприклад, на місяць). У цьому документі планується методика навчання і спортивного вдосконалення відповідно до вимог програми і плану-графіка річного циклу спортивного тренування. У ньому в методичній послідовності викладається теоретичний і практичний матеріал кожного тренувального заняття.

План-конспект тренувального заняття складається на основі робочого плану. У цьому документі детально визначають задачі, зміст і засоби кожної частини заняття, дозування вправ і організаційно-методичні вказівки.

План підготовки до окремих змагань (командний і індивідуальний) повинен моделювати програму майбутніх змагань (чергування навантажень і відпочинку) і включати засоби для досягнення максимальної працездатності (на даний період тренування) і формування почуття абсолютної впевненості в своїх силах. Всі тренувальні плани незалежно від їх типу (командні і індивідуальні річні і оперативні і т. д.) повинні включати в себе:

- дані про тих, на кого розрахований план (персональні дані про спортсмена або загальна характеристика команди);
- цільові установки (головні цілі періоду, на який складається план; проміжні цілі для окремих етапів; приватні цілі, що відносяться до різних видів підготовки);
- показники, що піддаються кількісному вимірюванню і характеризують тренувальні і змагальні навантаження і стан спортсменів;
- тренувальні, виховні і методичні вказівки;
- терміни змагань, контрольного тестування, спортивно-медичних обстежень.

Періодично порівнюючи фактичну зміну контрольованих показників з тими, що плануються, можна своєчасно виявити відхилення в застосуванні засобів і методів тренування. Одночасно можна оцінити ефективність використовуваних засобів і методів, аналізуючи їх вплив на організм спортсмена.

Науково-методичними передумовами до планування підготовки у кожному виді спорту повинні бути наступні знання:

а) для багаторічних циклів і річних макроциклів - індивідуальні особливості розвитку спортивної форми окремого спортсмена, а в командних видах спорту - команди загалом; специфічні особливості довготривалої адаптації організму до даного виду м'язової діяльності;

б) для окремого етапу (мезоциклу) - принципові тенденції в динаміці стану спортсмена в зв'язку з тренувальним навантаженням, що задається, в тому числі в залежності від його змісту, обсягу, інтенсивності і чергування.

в) для мікроциклу - доцільні форми поєднання ближніх тренувальних ефектів навантажень різної величини і переважної спрямованості (терміни і повнота відновлення спеціальної працездатності організму в залежності від обсягу, інтенсивності і спрямованості навантажень, що задаються).

Багаторічне (перспективне) планування тренування. Багаторічний план підготовки спортсменів складається на 2, 3 роки і більше, в залежності від їх віку, підготовленості, спортивного стажу, циклічності підготовки і інших чинників. Початковими даними оцінки ефективності для складання багаторічного плану є: тривалість підготовки для досягнення найкращих результатів і темпи їх приросту від розряду до розряду, оптимальний вік для досягнення високих спортивних результатів, індивідуальні особливості спортсменів, матеріально-технічне забезпечення місць занять й інші чинники.

Питання про тривалість підготовки, необхідну для досягнення вищого результату у тому або іншому виді спорту, має велике значення для багаторічного планування.

Середня тривалість досягнення кращих результатів в різних видах спорту у жінок становить 4,3, а у чоловіків - 4,8 року спеціального тренування. Ці терміни залежать від виду спорту. Так, в гімнастиці для виконання нормативу майстра спорту потрібно у жінок 6,1, а у волейболі - 3,5 року.

Отже, при складанні багаторічного плану для кожного спортсмена можна орієнтовно встановити оптимальну кількість років, необхідну для досягнення високих результатів.

Однак в останні роки внаслідок вдосконалення методики тренування, лікарського контролю, поліпшення соціально-побутових умов життя спортсмена, матеріально-технічного забезпечення місць занять і інших чинників спостерігається тенденція до зменшення термінів підготовки спортсменів.

Важливим показником при розробці багаторічних планів є також величина приросту спортивних результатів у часі - починаючи від юнацьких розрядів до майстра спорту міжнародного класу.

У різних видах спорту темпи зростання спортивних результатів від розряду до розряду відносно стабільні. У середньому потрібно 1-2 роки занять для

переходу від одного розряду до іншого незалежно від часу початку спеціалізації.

Щоб правильно будувати багаторічний план, треба знати, який віковий період найбільш сприятливий для досягнення вищих результатів. Основним критерієм в цьому випадку є вік їх досягнення.

У цей час в багаторічній динаміці спортивних результатів виділяють три вікові зони: 1) зону перших великих успіхів; 2) зону оптимальних можливостей; 3) зону збереження високих результатів.

У різних видах спорту вікові межі зон спортивних результатів у чоловіків і жінок неоднакові. Так, у чоловіків в плаванні, фігурному катанні, стрибках на лижах з трампліна перша зона знаходиться в межах 14-17 років, а в бігу на 10 000 м і десятиборстві - 23-25 років. Ці відмінності пов'язані зі специфічними особливостями даних видів спорту. Для багаторічного планування досягнень спортсменів найбільший інтерес представляє перша із зон. Від приросту результатів в цій зоні в більшості випадків залежать і наступні досягнення. Тому багаторічне планування повинне бути спрямоване на те, щоб спортсмени досягли результатів майстра спорту вже в межах першої зони.

Зміст перспективного плану, методичні вказівки до його складання. Перспективні плани складаються як для групи спортсменів, так і для одного спортсмена. У першому випадку розробляється загальний, у другому - індивідуальний план. Загальні перспективні плани повинні містити лише окремі відправні дані, орієнтуючись на які, можна було б правильно здійснити річне планування.

Загальний перспективний план тренування звичайно складається з наступних розділів:

Коротка характеристика групи спортсменів або команди.

Мета і головні задачі багаторічної тренування.

Етапи підготовки і їх тривалість.

Основні змагання на кожному етапі.

Основна спрямованість тренувального процесу по етапах.

Розподіл занять, змагань і відпочинку на кожному етапі.

Спортивно-технічні показники по етапах.

Контрольні нормативи, що характеризують різні сторони підготовленості спортсменів.

Зміни в складі команди (в спортивній грі).

Педагогічний і лікарський контроль

Місця занять, обладнання і інвентар.

Коротка характеристика групи спортсменів або команди включає: зведення про вік, стан здоров'я, кваліфікації, рівні фізичного розвитку і підготовленості, основні недоліки в ній. Тут же вказується, які матеріали і документи послужили основою для складання плану.

Успіх планування пов'язаний, передусім, з досить обґрунтованим вибором мети багаторічного тренування в залежності від віку, підготовленості спортсменів і т. д. Виходячи з кінцевої мети визначається головна задача. Далі тренеру необхідно визначити етапи підготовки, їх тривалість, а також основні змагання на кожному етапі. Кількість етапів, їх тривалість і зміст в процесі багаторічного тренування багато в чому залежать від виду спорту і віку спортсменів.

Загальний перспективний план в кожному конкретному випадку повинен складатися на основі етапності, прийнятій у даному виді спорту. Важливо встановити основну спрямованість тренувального процесу на кожному етапі: мету і задачу, основні засоби по розділах підготовки, їх питому вагу. За винятком спортивної гри немає необхідності детально деталізувати співвідношення різних сторін підготовки. Планувати спортивно-технічні результати можна по одному або декільком показникам в залежності від виду спорту. Специфіка того або іншого виду спорту багато в чому визначає зміст окремих розділів перспективного плану. Наприклад, у видах спорту, де результати не вимірюються об'єктивними величинами, динаміку спортивних досягнень спортсменів повинен відображати ряд контрольних показників. Так, в ациклічних видах спорту (єдиноборства, спортивні ігри) це: 1) обсяг техніки рухів; 2) різнобічність; 3) ефективність; 4) рівень розвитку фізичних здібностей; 5) стан розвитку психічних функцій; 6) місця, які посів спортсмен в певних змаганнях, і т. д.

Індивідуальний перспективний план, як правило, включає наступні розділи:

Коротка характеристика спортсмена.

Мета і головні задачі багаторічного тренування.

Етапи підготовки і їх тривалість.

Основні змагання на кожному етапі.

Основна спрямованість тренувального процесу по етапах (основні задачі і їх значущість).

Розподіл занять, змагань і відпочинку на кожному етапі.

Спортивно-технічні показники по роках.

Контрольні нормативи, що характеризують різні сторони підготовленості спортсмена.

Основні засоби тренування і їх розподіл по етапах.

Орієнтовний обсяг і інтенсивність тренувальних навантажень по етапах.

Педагогічний і лікарський контроль.

Виходячи з короткої характеристики спортсмена, а також мети багаторічної підготовки і її головних задач встановлюють спортивно - технічні показники по роках і планують основні засоби, обсяг і інтенсивність навантаження, кількість змагань. Визначаються ті сторони підготовленості

(фізичної, технічної, тактичної і т. д.), на вдосконаленні яких доцільно зосередити головну увагу, щоб забезпечити виконання запланованих показників.

У перспективному плані повинні бути передбачені етапи підготовки, їх тривалість, а також основні змагання на кожному етапі. Їх кількість і тривалість залежать від структури багаторічної підготовки у даному виді спорту, календаря спортивно-масових заходів і інших чинників.

При плануванні спортивно-технічних показників потрібно виходити як з середніх темпів зростання результатів у даному виді спорту, так і з індивідуальних особливостей спортсмена, а також умов тренувального процесу. У індивідуальному плані основні засоби повинні визначатися з урахуванням особливостей даного спортсмена і необхідності вдосконалення слабких сторін його підготовленості. Істотним моментом в багаторічному плануванні тренування спортсменів є визначення величини, характеру і динаміки тренувальних навантажень. Потрібно мати на увазі, що приріст спортивних результатів у юних спортсменів залежить не тільки від тренувальних впливів, але і від їх природного зростання. Не виключено, що тренувальне навантаження може бути нейтральним або стримувати зростання можливостей організму, але в той же час сприяти зростанню спортивних результатів. Можливі і інші випадки. Скажемо, тренувальні впливи можуть активно сприяти природному зростанню організму і лише незначно впливати на зростання спортивних результатів.

Таким чином, при плануванні тренувального навантаження в процесі багаторічного тренування треба виходити, передусім, з необхідності збільшення його обсягу, особливо для спортсменів молодшого і середнього віку.

Річний план, його зміст і методика складання.

Зміст багаторічного плану більш детально розкривається в річному плані. Річний план включає звичайно наступні розділи: коротку характеристику спортсмена; мету і основні задачі на рік; календар основних змагань і їх задачі; циклічність підготовки і задачі періоду; спортивно-технічні показники, контрольні нормативи; розподіл основних і додаткових засобів в кожному місяці, обсяг та інтенсивність тренувального навантаження; педагогічний і лікарський контроль і ін.

Робота над річним планом починається зі складання характеристики тренування в попередньому році, що включає характеристику спортсмена, динаміку тренуваності, спортивної форми, тренувальних навантажень.

У план вносяться: докладний календар всіх змагань року з чіткою градацією кожного з них (основні, відбіркові, другорядні, тренувальні і т. д.), з конкретними задачами, наприклад, для основних і відбіркових змагань -

показати певний результат; для другорядних - випробувати новий варіант тактики, відпрацювати новий елемент техніки.

Наступний етап в роботі над річним планом - визначення циклічності підготовки відповідно до необхідної в майбутньому році динаміки спортивної форми.

У залежності від календаря змагань, кваліфікації, стажу, виду спорту, індивідуальних особливостей, здатності більш або менш тривало зберігати стан спортивної форми може застосовуватися одноциклова або двоциклова побудова річного тренування.

Встановивши циклічність підготовки, необхідно визначити зміст тренувального процесу по видах підготовки (фізична, технічна, тактична і т. д.). Визначивши задачі тренування по циклах і періодах року, а також основні засоби і методи їх реалізації, можна перейти до вузлового питання планування - визначення величини і характеру тренувальних навантажень.

Річний план може бути представлений в формі плану-графіка, або в формі таблиці, або в формі таблиці-графіка.

Таким чином, різноманітність вживаних в практиці форм документації щодо планування дає тренеру широку можливість вибору у відповідності зі специфікою виду спорту.

Місячне (мезоциклове) і тижневе (мікроциклове) планування

На основі річного плану можна скласти план тренування на менш короткі періоди тренувального процесу - етап, місяць (мезоцикл), тиждень (мікроцикл), тренувальний день і окреме заняття. Кожний з цих планів передбачає чітку деталізацію того, що було заплановано в попередньому до нього плані.

Плануючи тренування в мезо- і мікроциклах, необхідно, передусім, враховувати:

Переважну його спрямованість (розвиток витривалості, силових, швидкісних або координаційних здібностей; на технічну підготовку або на комплексне рішення декількох задач).

Характер застосовуваних засобів і методів тренування.

Закономірності перенесення рухових навиків і фізичних здібностей (перенесення тренуваності) при визначенні змісту занять в кожному мікроциклі і серії мікроциклів.

Параметри обсягу та інтенсивності тренувальних навантажень, їх співвідношення і зміну в процесі тренування.

Порядок чергування навантажень різної спрямованості і величини, як в рамках окремого тренувального дня, мікроциклу, так і мезоциклу.

Контрольні вправи або показники, що свідчать про правильність розвитку спортивної форми і ін.

Форми складання місячних і тижневих планів можуть бути різні. Багато в чому це залежить від специфіки виду спорту, кваліфікації спортсмена, умов

підготовки, досвіду практичної роботи тренера, його кругозору і творчого відношення до планування тренувального процесу. Найбільш доцільні план-таблиця або план-графік.

25.2 Мета, об'єкт та види контролю

Ефективність процесу підготовки спортсмена в сучасних умовах багато в чому обумовлена використанням засобів і методів комплексного контролю як інструменту управління, що дозволяє здійснювати зворотні зв'язки між тренером і спортсменом і на цій основі підвищувати рівень ефективності вирішення поставлених завдань при підготовці спортсменів.

Метою контролю є оптимізація процесу підготовки і змагальної діяльності спортсменів на основі об'єктивної оцінки різних сторін їх підготовленості і функціональних можливостей найважливіших систем організму. Ця мета реалізується за допомогою вирішення завдань, пов'язаних з оцінкою станів спортсменів, рівня їх підготовленості, виконання планів підготовки, ефективності змагальної діяльності тощо.

Інформація, яка є результатом вирішення завдань контролю, реалізується в процесі прийняття управлінських рішень, які використовуються для оптимізації структури і змісту процесу підготовки, а також змагальної діяльності спортсменів.

Об'єктом контролю в спорті є зміст навчально-тренувального процесу, змагальної діяльності, стан різних сторін підготовленості спортсменів (технічної, фізичної, тактичної тощо), можливості функціональних систем.

Види контролю. У теорії і практиці спорту прийнято виділяти наступні види контролю - етапний, поточний і оперативний, кожний з яких взаємопов'язаний з відповідним типом стану спортсменів.

Етапний контроль дозволяє оцінити етапний стан спортсмена, що є наслідком довготривалого тренувального ефекту. Такі стани спортсмена - результат тривалої підготовки протягом ряду років, року, макроциклу, періоду або етапу.

Поточний контроль спрямований на оцінку поточних станів, тобто тих станів, які є наслідком навантажень серій занять, тренувальних або змагальних мікроциклів.

Оперативний контроль передбачає оцінку оперативних станів - термінових реакцій організму спортсменів на навантаження в ході окремих тренувальних занять і змагань.

Залежно від кількості завдань, показників, включених в програму обстежень, розрізняють поглиблений, вибірковий і локальний контроль.

Поглиблений контроль пов'язаний з використанням широкого кола показників, що дозволяють надати усесторонню оцінку підготовленості

спортсмена, ефективності змагальної діяльності, якості навчально-тренувального процесу на минулому етапі.

Вибірковий контроль проводиться за допомогою групи показників, що дозволяють оцінити будь-яку із сторін підготовленості, змагальної діяльності або навчально - тренувального процесу.

Локальний контроль базується на використанні одного або декількох показників, що дозволяють оцінити відносно вузькі сторони рухової функції, можливостей окремих функціональних систем.

Поглиблений контроль зазвичай використовується в практиці оцінки етапного стану, вибіркового і локального - поточного і оперативного.

Залежно від використаних засобів і методів контроль може носити педагогічний, соціально-психологічний і медико-біологічний характер.

В процесі *педагогічного контролю* оцінюється рівень техніко-тактичної і фізичної підготовленості, особливості виступу в змаганнях, динаміка спортивних результатів, структура і зміст тренувального процесу тощо.

Соціально-психологічний контроль пов'язаний з вивченням особливостей особи спортсмена, його психічного стану і підготовленості, загального мікроклімату і умов тренувальної і змагальної діяльності тощо.

Медико-біологічний контроль передбачає оцінку стану здоров'я, можливостей різних функціональних систем, окремих органів і механізмів, що несуть основне навантаження в тренувальній і змагальній діяльності.

В даний час в теорії і методиці спортивного тренування, в практиці спорту існує необхідність використання всього арсеналу видів, методів, засобів контролю в сукупності, що призвело, до виникнення поняття «Комплексний контроль».

Під *комплексним контролем* слід розуміти паралельне використання етапного, поточного і оперативного видів контролю в процесі обстеження спортсменів, за умови використання педагогічних, соціально-психологічних і медико-біологічних показників для усесторонньої оцінки підготовленості, змісту навчально-тренувального процесу і змагальної діяльності спортсменів.

25.3 Вимоги до показників, що використовуються в контролі

Показники, що використовуються в процесі етапного, поточного і оперативного контролю, повинні забезпечувати об'єктивну оцінку стану спортсмена, відповідати віковим, статевим, кваліфікаційним особливостям контингенту обстежуваних, цілям і завданням конкретного виду контролю.

В процесі кожного з видів контролю можна використовувати дуже широкий спектр показників, що характеризують різні сторони підготовленості спортсменів.

У комплексному контролі основними є соціально-психологічні і медико-біологічні показники. Педагогічні показники характеризують рівень технічної і тактичної підготовленості, стабільність виступу в змаганнях, зміст навчально-тренувального процесу тощо. Соціально-психологічні показники характеризують умови навколишнього середовища, силу і рухливість нервових процесів спортсменів, їх здібність до засвоєння і переробки інформації, стан діяльності аналізаторів тощо. Медико-біологічні - включають анатомо-морфологічні, фізіологічні, біохімічні, біомеханічні й інші показники.

Показники, що використовуються у процесі контролю поділяються на дві групи:

Показники першої групи характеризують відносно стабільні ознаки, що передаються генетично і мало змінюються в процесі тренування. Адекватні цим ознакам показники використовуються переважно в етапному контролі при вирішенні завдань відбору і орієнтації на різних етапах багаторічної підготовки. До стабільних ознак належать розміри тіла, кількість волокон різних видів в м'язах, тип нервової системи, швидкість деяких рефлексів.

Показники другої групи характеризують технічну і тактичну підготовленість, рівень розвитку окремих фізичних якостей, рухливість і економічність основних систем життєдіяльності організму спортсменів в різних умовах навчально-тренувального процесу і змагальної діяльності тощо, тобто схильні до істотного педагогічного впливу.

Стосовно умов кожного з видів контролю показники повинні відповідати наступним вимогам:

Відповідність специфіці виду спорту. Врахування специфічних особливостей виду спорту має першочергове значення для вибору показників, що використовуються в контролі, оскільки досягнення в різних видах спорту обумовлені різними функціональними системами.

У видах спорту і окремих дисциплінах, пов'язаних з проявом витривалості (плавання, веслування, вело, лижний, ковзанярський спорт, біг на середні і довгі дистанції тощо) і з об'єктивно метрично вимірюваним результатом, переважно використовуються показники, що характеризують стан серцево-судинної і дихальної систем, обмінних процесів, оскільки завдяки останнім можна достовірно оцінити потенційні можливості спортсменів в досягненні високих спортивних результатів.

У швидкісно-силових видах спорту як засоби контролю використовуються показники, що характеризують стан нервово-м'язового апарату, центральної нервової системи, швидкісно-силових компонентів рухової функції, що проявляються в специфічних тестових вправах.

У видах спорту, в яких спортивні досягнення більшою мірою обумовлені діяльністю аналізаторів, рухливістю нервових процесів, що забезпечують

точність, відповідність рухів в часі і просторі (гімнастика, акробатика, фігурне катання, стрибки у воду, всі види спортивних ігор), в процесі контролю використовується широкий комплекс показників, що характеризують точність відтворення часових, просторових і силових параметрів специфічних рухів, здібність до переробки інформації і швидкого прийняття рішень, рухливість в суглобах, координаційні здібності.

Відповідність віковим і кваліфікаційним особливостям спортсменів. Відомо, що структура і зміст тренувальної і змагальної діяльності багато в чому визначаються віковими і кваліфікаційними особливостями спортсменів, отже, і зміст контролю повинен будуватися з урахуванням віку спортсменів, а також рівня їхньої спортивної кваліфікації.

Так, при оцінці технічної майстерності юних спортсменів, що мають відносно невисоку кваліфікацію, в першу чергу оцінюють різноманітність засвоєних рухових навиків, здібностей до засвоєння нових рухів. При оцінці продуктивності аеробних можливостей орієнтуються на показники потужності системи аеробного енергозабезпечення. При обстеженні дорослих спортсменів високого класу на перший план висувуються інші показники: при оцінці технічної майстерності - характеристики, що дозволяють визначити здібність спортсмена до прояву раціональної техніки в екстремальних умовах змагань, стійкість техніки до збиваючих чинників, її варіативність тощо; при оцінці продуктивності аеробної системи енергозабезпечення - економічність, рухливість і стійкість в діяльності. На подальших етапах підготовки першочергове значення набуває вміння спортсмена реалізувати руховий потенціал в конкретній ситуації. Таким чином, на кожному етапі багаторічного вдосконалення контроль повинен використовуватися різні показники, адекватні віковим особливостям і рівню підготовленості спортсменів.

Відповідність спрямованості тренувального процесу. Стан підготовленості і тренуваності спортсменів істотно змінюється не тільки від етапу до етапу в процесі багаторічної підготовки, але і в різних періодах макроциклу. Ці зміни багато в чому залежать від спрямованості фізичних вправ, характеру тренувальних навантажень тощо. Досвід показує, що найбільш інформативними в процесі контролю виявляються показники, що відповідають специфіці тренувальних навантажень. Основними критеріями, що визначають можливість включення тих або інших показників в програму контролю, є їх інформативність і надійність.

Інформативність показника визначається тим, наскільки точно він відповідає оцінюваній якості або властивості. Існує два основні шляхи підбору показників по критерію інформативності. Перший - припускає вибір показників на основі знання чинників, що визначають рівень прояву даної властивості або якості; може бути далеко не завжди реалізований через

недостатньо вивчену сукупність чинників. Другий шлях заснований на знаходженні статистично значущих зв'язків між показником і критерієм, що має достатнє наукове обґрунтування. У випадку якщо зв'язок між будь-яким показником і критерієм є постійним і сильним, є підстави розглядати цей показник як інформативний.

У теорії і практиці спорту обидва шляхи використовуються в органічній єдності. Це дозволяє відібрати показники для контролю на основі встановлення причинно-наслідкових відносин, що розкривають механізми взаємозв'язку різних показників з рівнем спортивних результатів, структурою підготовленості і змагальної діяльності в конкретному виді спорту, і відповідності вимогам математичної статистики.

Надійність показників визначається відповідністю результатів їх використання реальним змінам в рівні тієї або іншої якості або властивості у спортсмена в умовах кожного з видів контролю, а також стабільністю результатів при багаторазовому використанні показників в одних і тих самих умовах.

Література:

15. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

16. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 334 с.

17. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ / М. М. Линець, В. М. Платонов // Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]; за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – Т. 1, гл. 5. – С. 87–103.

18. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Кие : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

