

У 517.178

А-391

КИЕВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

УДК 797.14.071.5-053.8

Для служебного пользования

Экз. № _____

28

Заслуженный мастер спорта СССР

АКИМЕНКО Владислав Иванович

СТРУКТУРА ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОККВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЯХТСМЕНОВ С УЧЕТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ СРЕДСТВЕННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

13.00.04 - Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Киев - 1986

Работа выполнена в Военном дважды Краснознаменном институте физической культуры и Киевском Государственном институте физической культуры.

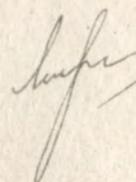
- Научные руководитель - доктор психологических наук,
профессор В.Л. Маришук
- Официальные оппоненты - доктор педагогических наук,
профессор В.А. Запорожанов
- Заслуженный мастер спорта, кандидат педагогических наук Л.Д. Литвиненко
- Будущее учреждение - Государственный педагогический институт им. Герцена А.И.

Защита диссертации состоится "27" августа 1986 г.
в 14 час. 30 мин. на заседании специализированного Совета К 016.02.01 по присуждению ученой степени кандидата педагогических наук Киевского государственного института физической культуры.

По адресу: 252150, г. Киев, ул. Физкультуры, 1.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института
Автореферат разослан "19" августа 1986 г.

Ученый секретарь
специализированного Совета,
кандидат педагогических наук,
доцент

 П.М. Мироненко

БИБЛИОТЕКА

100/4

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы. Коммунистическая партия и Советское правительство проявляют постоянную заботу о развитии физической культуры и спорта в нашей стране, что находит свое конкретное отражение в выдающихся достижениях советских спортсменов на крупнейших международных соревнованиях последних лет /Олимпийские игры, чемпионаты мира и Европы, игры "Доброй воли" и международные соревнования "Дружба-84"/.

Интересы стремительного роста спортивных достижений требуют дальнейшего совершенствования методики спортивной тренировки спортсменов высокого класса. Основным резервом совершенствования спортивной тренировки, с которым в настоящее время ведущие специалисты связывают результативность в спорте высших достижений, является дальнейшая разработка научных основ управления, что в решающей мере зависит от наличия комплексных знаний о структуре специальной подготовленности, обеспечивающей эффективную соревновательную деятельность /В.Н.Платонов, С.М.Вайцеховский, 1985/.

Особенно остро вопросы оптимизации тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов стоят в парусном спорте. Несмотря на то, что в этом виде спорта на Олимпийских играх разыгрывается 7 комплектов медалей, на сегодняшний день в теории спорта, как научной дисциплине, практически отсутствуют данные о различных аспектах подготовки и подготовленности яхтсменов.

Анализ специальной литературы по парусному спорту свидетельствует о том, что в ней практически отсутствуют публикации, в которых бы авторами не предпринимались попытки описать ту или иную сторону подготовленности яхтсменов. Однако подавляющее большинство работ, проведенных в этом направлении, характеризуется рядом недостатков: отсутствием комплексного подхода к изучению

всего многообразия качеств и способностей, необходимых яхтсмену /К.Ван Дайн, 1974, Б.Кирбай, К.Кэсуэлл, 1972, К.Крюгер, 1972, Д.Роуз 1972 и др./; ориентацией на описательные характеристики роли тех или иных сторон подготовленности, при отсутствии их количественной характеристики /И.П.Лавров, 1968, П.Эльвстрем, 1971, Э.Твайнэйм, 1979, А.А.Чумаков, 1981/; необоснованным выделением в качестве наиболее значимых, отдельных компонентов специальной подготовленности /Ю.А.Ларин, Ю.В.Пильчин, 1978, 1981, Д.Роуз, 1972, 1973, 1974, Д.Тилмен, 1976, С.Уолкер, 1973, 1974, Г.Холл 1972, 1974, 1976/.

Сказанное обуславливает необходимость всестороннего изучения структуры специальной подготовленности яхтсменов высокого класса, выявления факторов, определяющих эффективность ее в соревновательной деятельности, и оптимизации на этой основе процесса специальной подготовки яхтсменов.

Гипотеза. При планировании настоящих исследований мы исходили из предположения о том, что результативность соревновательной деятельности высококвалифицированных яхтсменов обуславливается широким спектром качеств и способностей, присущих только спортсменам, специализирующимся в парусном спорте. Определение роли и выявление характеристик этих качеств и способностей у высококвалифицированных яхтсменов может явиться одним из действенных факторов оптимизации управления их подготовкой.

Предметом исследования является система спортивной тренировки в парусном спорте.

Объектом нашего исследования были избраны факторная структура подготовленности высококвалифицированных яхтсменов и методика ее комплексного совершенствования.

Целью работы является оптимизация процесса подготовки высоко-

квалифицированных яхтсменов на основе комплексного изучения факторов, определяющих результативность их соревновательной деятельности.

Научная новизна исследования обусловлена:

- комплексной характеристикой структуры специальной подготовки высококвалифицированных яхтсменов с учетом особенностей их соревновательной деятельности;
- количественной характеристикой роли отдельных показателей и факторов структуры специальной подготовки яхтсменов для обеспечения эффективной соревновательной деятельности;
- систематизацией имеющихся и разработкой новых упражнений различной преимущественной направленности на основе комплексных данных о структуре специальной подготовки яхтсменов;
- доказательством эффективности комплексного подхода к совершенствованию составляющих специальной подготовки яхтсменов для роста результативности их соревновательной деятельности.

Практическая значимость работы заключается в разработке комплексного подхода к становлению спортивного мастерства яхтсменов на основе направленного совершенствования различных компонентов структуры их специальной подготовки.

Выдвинутые в работе теоретические положения и практические рекомендации могут быть использованы в процессе подготовки яхтсменов, преимущественно на завершающих этапах их многолетней подготовки.

Фактический материал, представленный в диссертации, и сделанные на его основе обобщения и выводы имеют значение для совершенствования курса преподавания теории и методики парусного спорта в институтах физической культуры, а также могут быть

использованы как основа для дальнейшей разработки методики комплексного совершенствования спортивного мастерства в парусном спорте.

Апробация работы. Результаты работы апробированы в практике подготовки экипажей сборной команды СССР по парусному спорту в классе "Летучий Голландец", докладывались и обсуждались на республиканской научно-методической конференции, на итоговых конференциях ВИФК и тренерских советах сборной команды СССР по парусному спорту. Основные результаты работы представлены в 3-х публикациях.

Структура и объем работы. Диссертация состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Работа иллюстрирована 9 таблицами и 2 рисунками.

В первой главе рассматривается состояние изучаемого вопроса по данным литературных источников и опыта передовой практической работы. Во второй главе формулируются цель, гипотеза и задачи работы, описываются методы и организационные основы собственных исследований. В третьей и четвертой главах представлены результаты собственных исследований и их обсуждение.

ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Задачи исследования: 1. Выделить параметры, определяющие уровень подготовленности спортсменов в парусном спорте, и сгруппировать их в соответствии со сторонами подготовленности. 2. Охарактеризовать значимость отдельных показателей и факторов специальной подготовленности яхтсменов для обеспечения высокого спортивного результата. 3. Систематизировать средства совершенствования подготовленности яхтсменов в соответствии с их преимущественной

направленностью. 4. Обосновать и апробировать пути оптимизации тренировочного процесса высококвалифицированных яхтсменов на основе комплексных данных о структуре специальной подготовленности и средств ее совершенствования.

Методологическую основу исследования составили марксистско-ленинская диалектика, а также теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки.

Методы исследования: I. Анализ литературы. Проанализированы материалы, касающиеся содержания специальной подготовленности яхтсменов и средств ее совершенствования, опубликованные в многочисленной популярной и специальной литературе по парусному спорту, ряд материалов с грифом "Для служебного пользования", а также данные периодической печати, выходящей в странах, занимающих ведущие позиции по парусному спорту, таких, как: *Yachts and yachting* /Англия/, *Yacht racing and cruising* /США/, *Regatta* /ФРГ/, за последние два десятилетия.

2. Опрос и интервьюирование спортсменов, тренеров и специалистов парусного спорта осуществлялся по специальной анкете. Было опрошено 24 тренера, ученики которых становились чемпионами Олимпийских игр, чемпионами мира и Европы. Из них шестеро - заслуженные тренеры СССР, 15 человек - в разное время возглавляли национальные сборные своих стран.

Среди спортсменов были опрошены сильнейшие яхтсмены мира, которые в период с 1968 по 1986 гг. становились чемпионами Олимпийских игр, мира и Европы /в том числе 18 Олимпийских чемпионов, 43 чемпиона мира, 30 чемпионов Европы/. Это такие выдающиеся яхтсмены, как В.Манкин, В.Потапов, А.Балашов, А.Чучелов, В.Будников, О.Хоперский, С.Бородинов, Г.Биганишвили, А.Зыбин, А.Музыченко, В.Зубанов /все СССР/, Й. и Э.Дитц, А.Батцил, А.Шварц, В.Кувайде,

А.Хаген, У.Марес, Э.Вагнер, В.Герц /все ФРГ/, Т.Блеккелер, Д.Конер, К.Льюис, Б. и К.Бакен, Д.Бертран, Р.Смит /все США/, Т.Мак Лавлин, Г.Фог, В.Меллес /все Канада/, А.Абаскал, М.Ногер, Х.Бланко, Н.Доресте /все Испания/, Д.Альбрехтсон, К.Карлсон, П.Петерсон /все Швеция/, Б.Стартъес, Я.Э.Воллебрехт /все Голландия/, Х.Раудашль /Австрия/, Л.Хьортнайс, В.Бандоловски, П.-Р.-Х.Енсен /все Дания/, М.Буйе, Т.Порей /все Франция/ и др.

3. Анализ дневников и документов учета тренировочной работы. Проанализированы дневники 25 членов сборной команды СССР по парусному спорту, входящих в ее состав с 1972 по 1986 гг. и победивших в этот период на крупнейших международных соревнованиях, а также дневники и документы по учету тренировочной работы 12 сильнейших зарубежных спортсменов, победителей и призеров Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы.

4. Педагогические наблюдения. Они осуществлялись в процессе проведения крупнейших международных и всесоюзных соревнований в период с 1973 по 1984 гг. /в том числе на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы, крупнейших регатах, входящих в зачет Кубка мира, открытых чемпионатах Италии, ФРГ, Австралии др., Балтийской и Черноморской регатах, чемпионате и кубке СССР/, а также на совместных тренировках с сильнейшими гонщиками мира перед перечисленными выше соревнованиями.

В комплексе с опросом ведущих тренеров и выдающихся спортсменов и анализом их соревновательной деятельности педагогические наблюдения позволили получить объективную информацию о специальной подготовленности яхтсменов и средствах ее совершенствования.

5. Педагогический эксперимент. Был проведен в сезоне 1982 года в сборной команде СССР в классе "Летучий Голландец".

Организация исследований. Исследования проводились в период с 1973 по 1985 год, в четыре этапа. На первом этапе были опрошены 60 ведущих зарубежных и 90 отечественных специалистов парусного спорта с целью комплексного изучения структуры специальной подготовленности сильнейших яхтсменов мира с учетом особенностей соревновательной деятельности. На втором этапе проводились анализ и математическая обработка полученной на первом этапе информации. Была охарактеризована значимость составляющих специальной подготовленности в обеспечении высокого спортивного результата. Третий этап был посвящен систематизации средств, применяемых в совершенствовании спортивного мастерства яхтсменов, на основе данных, полученных на предыдущих этапах работы. На четвертом этапе в процессе естественного эксперимента определялась эффективность оптимизации тренировочного процесса членов сборной команды СССР на основе комплексных данных о структуре специальной подготовленности и средств ее совершенствования.

РЕЗУЛЬТАТЫ СОБСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Структура подготовленности высококвалифицированных яхтсменов

В результате комплексного изучения подготовленности высококвалифицированных яхтсменов выделено шесть относительно независимых сторон подготовленности спортсменов и проведено дифференцирование параметров, определяющих результативность соревновательной деятельности, в соответствии с их преимущественной связью с отдельными составляющими специальной подготовленности /рис. I/.

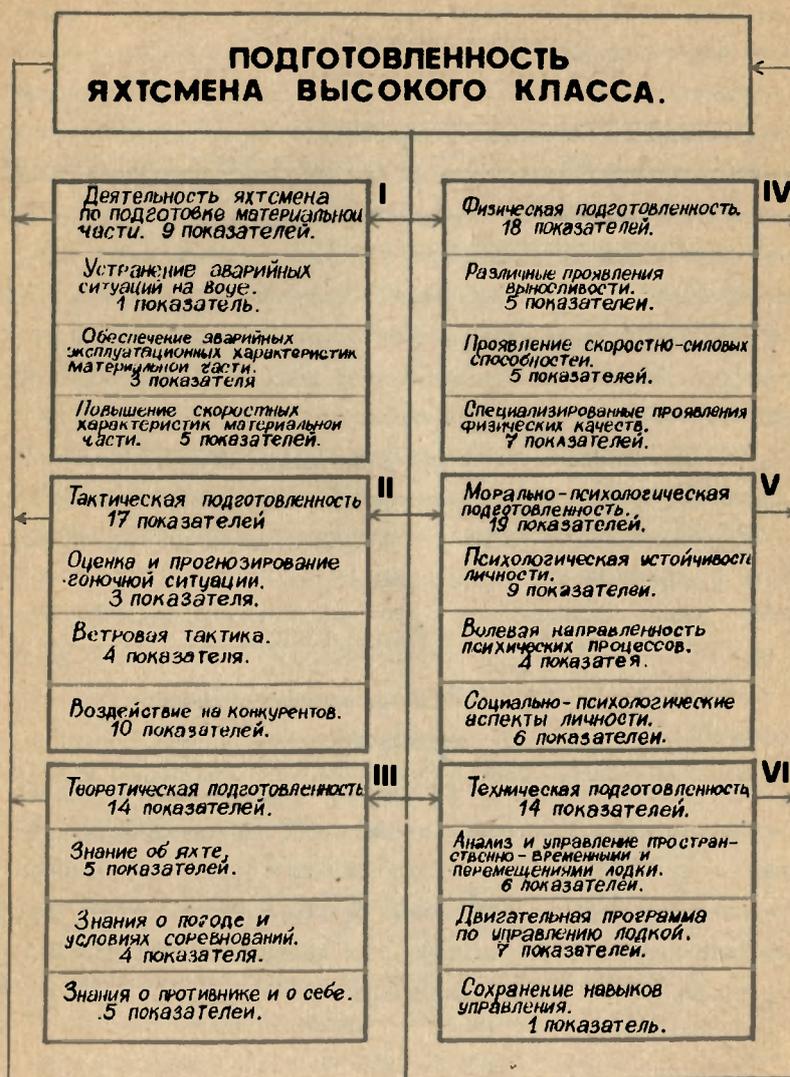


Рис. I. Структура подготовки высококвалифицированного яхтсмена.

Параметры технической подготовленности яхтсменов
высокого класса и их роль в обеспечении высокого
спортивного результата

Эффективность реализации технической подготовленности яхтсменов в условиях соревновательной деятельности практически в равной мере определяется тремя относительно независимыми факторами: "анализ и управление пространственно-временными перемещениями лодки", "двигательная программа по управлению яхтой" и "сохранение навыков управления".

Наиболее значимым среди рассматриваемых факторов является фактор "анализ и управление пространственно-временными перемещениями лодки", он оценен в 35,68 условных единиц. Фактор объединяет 6 составляющих, характеризующих умение дифференцировать разницу в скорости яхты, расстояние и траекторию, проходящую ею за различные интервалы времени.

Несколько ниже значимость фактора "двигательная программа по управлению яхтой" /32,43 условных единиц/. В этот фактор вошли 7 составляющих, которые характеризуют набор движений, обеспечивающих выполнение основных маневров парусного судна.

Наименее значимым среди выделенных факторов технической подготовленности является фактор "сохранение навыков управления", его оценка - 31,87 условных единиц. Этот фактор представлен показателем "возможность быстро восстанавливать навыки управления яхтой после перерыва в тренировках".

Параметры тактической подготовленности яхтсменов
высокого класса и их роль в обеспечении высокого
спортивного результата

Эффективность тактической подготовленности яхтсменов в усло-

виях соревновательной деятельности определяется тремя факторами: "оценка и прогнозирование гоночной ситуации", "ветровая тактика" и "воздействие на конкурентов".

Значимость фактора "оценка и прогнозирование гоночной ситуации" оценивается в 33,91 условных единиц. Он объединяет три показателя, характеризующих умение воспринимать, анализировать и прогнозировать изменения гоночной ситуации. При небольших различиях в значимости составляющих рассматриваемого фактора, они относительно независимы по характеру их проявления в условиях соревновательной деятельности.

Значимость фактора "ветровая тактика" составляет 34,15 условных единиц, что несколько выше значимости предыдущего. Вместе с тем, как показывают наши исследования и изучение практики соревновательной деятельности выдающихся яхтсменов мира /В.Манкина, Д.Конера, А.Батцилла/, эта оценка со временем изменится в пользу фактора "оценка и прогнозирование гоночной ситуации". Рассматриваемый фактор объединяет 4 показателя, которые обуславливают выбор траектории движения по дистанции яхты, которая не подвергается воздействию со стороны конкурентов. Отличительной особенностью показателей, вошедших в данный фактор, является их достаточно тесная взаимосвязь в процессе соревновательной деятельности.

Фактор "воздействие на конкурентов" имеет наименьшую значимость среди выделенных факторов тактической подготовленности. Его оценка составляет 31,9 условных единиц. Рассматриваемый фактор объединяет наибольшее количество составляющих - 10. Все они характеризуют арсенал тактических приемов борьбы с соперником на дистанции. В условиях соревновательной деятельности все сос-

тавляющие данного фактора тесно взаимосвязаны.

Параметры физической подготовленности яхтсменов
высокого класса и их роль в обеспечении высокого
спортивного результата

Структура физической подготовленности яхтсменов высокого класса представлена тремя относительно независимыми факторами, которые определяют эффективность проявления рассматриваемой стороны подготовленности спортсменов в условиях соревновательной деятельности. В числе рассматриваемой группы факторов: "различные проявления выносливости", "проявления скоростно-силовых способностей" и "специализированные проявления физических качеств".

Значимость фактора "различные проявления выносливости" оценена в 34,86 условных единиц. Он объединяет 6 показателей, связанных с проявлением различных видов выносливости.

Оценка значимости фактора "проявление скоростно-силовых способностей" составляет 32,77 условных единиц. В состав данного фактора входит 5 составляющих, тесно связанных между собой в процессе соревновательной деятельности.

Фактор "специализированные проявления физических качеств" оценен по значимости в 32,35 условных единиц. Он объединяет 7 относительно независимых показателей. Установлено, что проявление двигательных качеств яхтсменов высокого класса в условиях соревновательной деятельности имеет ярко выраженную специфичность, присущую только данному виду спорта.

Параметры морально-психологической подготовленности
яхтсменов высокого класса и их роль в обеспечении
высокого спортивного результата

Эффективность проявления психологических свойств личности

яхтсменов в условиях соревновательной деятельности определяется тремя факторами. Два фактора: "психологическая устойчивость личности" и "волевая направленность психических процессов" - взаимосвязаны между собой. Третий - "социально-психологические аспекты личности яхтсменов" относительно независим. Проведенные исследования дают основание утверждать, что выделение данных факторов необходимо для обеспечения дифференцированного направления совершенствования способностей, объединенных в каждом факторе.

Наиболее значимым среди рассматриваемых факторов является фактор "психологическая устойчивость личности" /34,46 условных единиц/. Данный фактор объединяет 9 составляющих.

Несколько меньше значимость фактора "волевая направленность психических процессов"; она составляет 34,04 условных единиц. Рассматриваемый фактор объединяет 4 показателя, которые тесно взаимосвязаны между собой.

Фактор "социально-психологические аспекты личности яхтсмена" оценивается в 31,48 условных единиц. Он объединяет 6 относительно независимых составляющих.

Параметры теоретической подготовленности яхтсменов
высокого класса и их роль в обеспечении высокого
спортивного результата

Эффективность реализации теоретической подготовленности яхтсменов в условиях соревновательной деятельности определяется тремя относительно независимыми факторами.

Фактор "знания о противнике и о себе" по своей значимости является ведущим. Его оценка составляет 33,64 условных единиц. Данный фактор объединяет 4 составляющих, которые тесно взаимосвя-

заны и дополняют друг друга в процессе соревновательной деятельности.

Оценка значимости фактора "знания о яхте" составляет 33,27 условных единиц. Данный фактор объединяет 4 взаимодополняющих составляющих.

Значимость фактора "знания о погоде и условиях соревнований" составляет 33,07 условных единиц. Рассматриваемый фактор объединяет 4 относительно независимых составляющих.

Показатели деятельности яхтсменов высокого класса по подготовке материальной части и их роль в обеспечении высокого спортивного результата

Данная сторона подготовленности яхтсменов объединяет три взаимодополняющих фактора.

Одним из наиболее значимых в обеспечении высокого спортивного результата является фактор "устранение аварийных ситуаций на воде". Оценка его значимости составляет 35,38 условных единиц. Рассматриваемый фактор представлен комплексным показателем, объединяющим все возможные действия по обеспечению устранения неисправностей с минимальными потерями в скорости яхты и возможности во время этих действий реагировать на изменение гоночной ситуации.

Оценка значимости фактора "повышение скоростных характеристик материальной части" составляет 32,45 условных единиц. Рассматриваемый фактор объединяет 4 взаимосвязанных и дополняющих друг друга показателей.

Особое значение для учебно-тренировочной деятельности имеет фактор "обеспечение нормальных эксплуатационных характеристик материальной части". Этим и обусловлена сравнительно низкая оценка

его значимости в соревновательной деятельности. Фактор оценен в 32,15 условных единиц. В данном факторе объединены 3 показателя, которые дополняют друг друга.

Комплексное изучение специальной подготовленности яхтсменов высокой квалификации позволило установить ее структуру, находящуюся в соответствии с особенностями соревновательной деятельности в парусном спорте. Установлена значимость различных составляющих структуры специальной подготовленности для обеспечения высокого спортивного результата. Таким образом, полученные в ходе комплексного изучения специальной подготовленности данные существенно дополняют и конкретизируют имеющиеся в специальной литературе разнообразные и порой противоречивые сведения о составляющих специальной подготовленности яхтсменов /И.К.Лазурка, 1961, И.П.Лавров, 1968, Э.Твайнэйм, 1979, П.Эльвстрем, 1971, А.А.Чумаков, 1981/.

Систематизация средств совершенствования спортивного мастерства в парусном спорте

В результате проведенных исследований показана необходимость дифференцировать средства совершенствования спортивного мастерства яхтсменов с учетом их преимущественной направленности и характера воздействия.

По преимущественной направленности, средства, аналитического характера разделены на 50 основных групп, каждая из которых предполагает воздействие на определенную группу способностей, объединенных в отдельных факторах.

Средства синтезирующего характера разделены на 3 основные группы: 1/ средства, предполагающие обеспечение интегрального совершенствования группы способностей, объединенных в факторах отдельных сторон подготовленности; 2/ средства, предполагающие

обеспечение интегрального совершенствования групп способностей, объединенных в факторах различных сторон подготовленности;

3/ средства, повышающие эффективность соревновательной деятельности в целом.

Систематизация имеющихся, разработка новых средств подготовки и их направленное использование на основе комплексных данных о структуре специальной подготовленности яхтсменов дает возможность: 1/ обеспечить комплексное совершенствование специальной подготовленности яхтсменов высокого класса; 2/ обеспечить пропорциональность в объемах упражнений различной преимущественной направленности в процессе подготовки; 3/ увязать совершенствование относительно локальных способностей с совершенствованием интегральных способностей и повышением эффективности соревновательной деятельности в целом; 4/ избежать негативного влияния погодных условий на учебно-тренировочный процесс путем подбора альтернативных средств совершенствования в зависимости от конкретных условий подготовки.

Эффективность комплексного совершенствования специальной подготовленности яхтсменов высокого класса

Результаты педагогического эксперимента показали высокую эффективность комплексного подхода к совершенствованию подготовленности яхтсменов высокой квалификации, связанную с направленным совершенствованием составляющих структуры специальной подготовленности /таб. I/.

Педагогический эксперимент был проведен в ходе подготовки экипажей сборной команды СССР по парусному спорту в классе "Летучий Голландец" к сезону 1982 года.

Таблица I

Результаты соревновательной деятельности экипажа сборной команды СССР в классе "Летучий Голландец" Бородинов - Акименко до и после проведения педагогического эксперимента

Соревнования	Результат /место в соревновании/		Кол-во стран		Кол-во экипажей	
	1981	1982	1981	1982	1981	1982
Сочинская регата	I	I	I	I	10	13
Канская регата	-	2	-	12	-	40
Иерская регата	3	I	18	15	48	45
Кильская регата	9	I	20	63	36	108
Кубок СССР	I	I	I	I	8	9
Балтийская регата	I	2	3	2	15	17
Чемпионат СССР	-	I	-	I	-	22
Черноморская регата	-	I	-	I	-	14

В отличие от традиционного планирования основных показателей тренировочного процесса, при определении объемов подготовки экипажа учитывался реальный вклад различных сторон подготовленности в обеспечение высокого спортивного результата /рис.2/. Это во многом сместило акценты в определении приоритетных сторон подготовленности их совершенствования. На основании комплексных данных о структуре специальной подготовленности были определены основные направления совершенствования специальной подготовленности членов экипажа. Применение средств совершенствования качеств

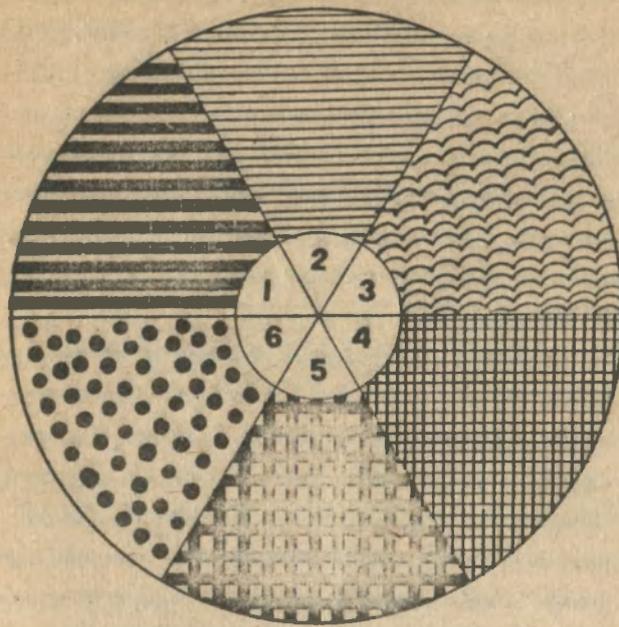


Рис.2. Вклад различных сторон подготовленности
в обеспечении высокого спортивного результата:

- 1.- Деятельность по подготовке материальной части- 17,31%
- 2.- Тактическая подготовленность - 17,19%
- 3.- Теоретическая подготовленность - 17,02%
- 4.- Физическая подготовленность - 16,34%
- 5.- Морально-психологическая подготовленность - 16,14%
6. - Техническая подготовленность - 15,97%

и способностей, объединенных в различных факторах, в течение годичного цикла подготовки планировалось в зависимости от задач периода подготовки и уровня развития у экипажа физических качеств и способностей, обуславливающих эффективность проявления отдельных факторов и их составляющих в условиях соревновательной деятельности. Гибкая коррекция тренировочного процесса, проводимая как ежемесячно, так и перед каждой тренировкой, позволяла путем подбора альтернативных средств решать генеральные задачи периода подготовки независимо от реальных погодных условий, в которых протекал тренировочный процесс.

Результаты эксперимента подтвердили основную гипотезу диссертационной работы о том, что эффективность совершенствования системы подготовки яхтсменов обуславливается наличием комплексных данных о структуре специальной подготовленности и средствах ее совершенствования. Эти данные были использованы как фактор оптимизации управления тренировочным процессом. В ходе эксперимента подтвердилась правомерность комплексного подхода к совершенствованию спортивного мастерства яхтсменов высокого класса и доказана несостоятельность строго не обоснованного подхода к совершенствованию спортивного мастерства яхтсменов, основанного на преимущественном совершенствовании отдельных компонентов структуры их подготовленности.

ВЫВОДЫ

I. В структуре специальной подготовленности яхтсменов следует выделять шесть сторон подготовленности со следующим их вкладом в обеспечение высокого спортивного результата: деятельность по подготовке материальной части - 17,31%; тактическая подготов-

ленность - 17,19%; теоретическая подготовленность - 17,02%; физическая подготовленность - 16,34%; морально-психологическая подготовленность - 16,14%; техническая подготовленность - 15,97%.

2. Деятельность яхтсмена по подготовке материальной части представлена девятью показателями, которые объединены в три фактора: устранение аварийных ситуаций на воде - 1 показатель, обеспечение нормальных эксплуатационных характеристик материальной части - 3 показателя, повышение скоростных характеристик материальной части - 5 показателей.

3. Тактическая подготовленность яхтсмена представлена семнадцатью показателями, которые объединены в три фактора: оценка и прогнозирование гоночной ситуации - 3 показателя, ветровая тактика - 4 показателя, воздействие на конкурентов - 10 показателей.

4. Теоретическая подготовленность яхтсмена представлена четырнадцатью показателями, которые объединены в три фактора: знания о яхте - 5 показателей, знания о погоде и условиях проведения соревнований - 4 показателя, знания о противнике и о себе - 5 показателей.

5. Физическая подготовленность яхтсмена представлена восемнадцатью показателями, которые объединены в три фактора: различные проявления выносливости - 6 показателей, проявления скоростно-силовых показателей - 5 показателей, специализированные проявления физических качеств - 7 показателей.

6. Морально-психологическая подготовленность яхтсмена представлена девятнадцатью показателями, которые объединены в три фактора: психологическая устойчивость личности - 9 показателей, волевая направленность психических процессов - 4 показателя, социально-психологические аспекты структуры личности - 6 показателей.

7. Техническая подготовленность яхтсмена представлена четырнадцатью показателями, которые объединены в три фактора: пространственно-временные перемещения лодки - 6 показателей, двигательная программа по управлению яхтой - 7 показателей, сохранение навыков управления парусным судном - 1 показатель.

8. Изучение роли отдельных факторов специальной подготовленности яхтсменов в обеспечении эффективной соревновательной деятельности позволило условно ранжировать факторы в соответствии с уровнем их значимости: анализ и управление пространственно-временными перемещениями лодки - 35,68 усл.ед.; устранение аварийных ситуаций на воде - 35,38 усл.ед.; различные проявления выносливости - 34,86 усл.ед.; психологическая устойчивость личности - 34,46 усл.ед.; ветровая тактика - 34,15 усл.ед.; волевая направленность психических процессов - 34,04 усл.ед.; оценка и прогнозирование гоночной ситуации - 33,91 усл.ед.; знания о противнике и о себе - 33,64 усл.ед.; знания о яхте - 33,27 усл.ед.; знания о погоде и условиях соревнований - 33,07 усл.ед.; проявление скоростно-силовых способностей - 32,77 усл.ед.; повышение скоростных характеристик материальной части - 32,45 усл.ед.; двигательная программа по управлению яхтой - 32,43 усл.ед.; специализированные проявления физических качеств - 32,35 усл.ед.; обеспечение нормальных эксплуатационных характеристик материальной части - 32,15 усл.ед.; воздействие на конкурентов - 31,90 усл.ед.; сохранение навыков управления - 31,87 усл.ед.; социально-психологические аспекты личности яхтсмена - 31,48 усл.ед.

9. Среди всего многообразия показателей, сформировавших структуру специальной подготовленности яхтсменов, целесообразно выделять три группы показателей в соответствии с их значимостью в обеспечении высокого спортивного результата: I/ показатели,

значимо влияющие на уровень спортивных достижений, демонстрируемых спортсменом; 2/ показатели, способствующие эффективному проявлению в соревновательной деятельности показателей, значимо влияющих на уровень спортивных достижений; 3/ показатели, индифферентные к уровню спортивных результатов, демонстрируемых спортсменом.

Ю. Систематизированы и дифференцированы средства совершенствования спортивного мастерства в парусном спорте с учетом их преимущественной направленности и характера воздействия.

По преимущественной направленности, средства аналитического характера разделены на 50 основных групп, каждая из которых предполагает воздействие на определенную группу способностей, объединенных в отдельных факторах.

Средства синтезирующего характера разделены на три основные группы: 1/ средства, предполагающие обеспечение интегрального совершенствования группы способностей, объединенных в факторах отдельных сторон подготовленности; 2/ средства, предполагающие обеспечение интегрального совершенствования групп способностей, объединенных в факторах различных сторон подготовленности; 3/ средства, повышающие эффективность соревновательной деятельности в целом.

II. Результаты педагогического эксперимента показали высокую эффективность тренировочного процесса, построенного на основе комплексного совершенствования подготовленности спортсменов при использовании упражнений различной преимущественной направленности и характера воздействия, с учетом особенностей соревновательной деятельности и специальной подготовленности яхтсменов высокого класса.

Список опубликованных работ по теме диссертации:

1. Акименко В.И. Настройка "Летучего Голландца". - В журн.: Катера и яхты, 1983, № 6, с.36-39.
2. Акименко В.И. Методические рекомендации по оптимизации управления подготовкой высококвалифицированных яхтсменов. /Методические рекомендации/. Киев, Госкомспорт Украинской ССР, 1986. 16 с.
3. Акименко В.И. Методические рекомендации по комплексному совершенствованию специальной подготовленности высококвалифицированных яхтсменов. /Методические рекомендации/. Киев, Госкомспорт Украинской ССР, 1986. 12 с.

Материалы диссертации доложены:

1. На республиканской научно-практической конференции молодых ученых /Черкассы, 1985/.

