

4517.115

П303

ОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

ПЕТРЕНКО Борис Сергеевич

УДК 796.422.16

П303

**УПРАВЛЕНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКОЙ
БЕГУНОВ НА ОСНОВЕ УЧЕТА ПАРАМЕТРОВ
ИХ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
И ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ**

Петренко

18.00.04 — теория и методика физического
воспитания и спортивной тренировки

носи еке?

Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

ОМСК—1986

Работа выполнена в Омском государственном институте физической культуры.

Научный руководитель — доктор биологических наук, кандидат педагогических наук, профессор **Бальсевич В. К.**

Официальные оппоненты — доктор педагогических наук, профессор **Запорожанов В. А.**, кандидат педагогических наук, доцент **Якимович Б. П.**

Ведущая организация — Государственный ордена Ленина и ордена Красного Знамени институт физической культуры им. П. Ф. Лесгафта.

Защита диссертации состоится 30 июня 1986 г. в 14 часов на заседании специализированного совета в Омском государственном институте физической культуры по адресу: 644063, Омск, ул. Масленникова, 144.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Омского государственного института физической культуры.

Автореферат разослан «21» *май* 1986 г.

Ученый секретарь
специализированного совета

А. И. Кравчук

КРАВЧУК А. И.

705133

БИБЛИОТЕКА
Львовского гос.
института физической культуры

Общая характеристика диссертации

Актуальность исследования. Физическая культура и спорт рассматриваются Коммунистической партией Советского Союза как одно из действенных средств воспитания советского человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Достижения в современном спорте чрезвычайно высоки, причем ранняя специализация и быстрый выход на уровень высоких спортивных результатов предъявляют огромные требования к организму юных спортсменов. В связи с этим рекорды и высокие достижения должны быть обеспечены тщательным медицинским и педагогическим контролем, крепким здоровьем, высокими функциональными и личностными возможностями спортсмена (М. Я. Студеникин, 1973; С. В. Хрушев, 1977; В. Б. Шварц, 1980; О. В. Ендропов, 1980 и др.).

Научные разработки по проблемам легкой атлетики, бега на короткие и средние дистанции в основном посвящены технике, методике тренировки и периодизации тренировочного процесса (Л. П. Матвеев, 1964; В. М. Зациорский, 1966; Н. Г. Озолин, 1970 и др.), но мало касаются методов подготовки с учетом индивидуальных особенностей и свойств спортсменов. Между тем, учет индивидуальных особенностей может оказать существенное влияние на повышение эффективности тренировочного процесса (В. К. Бальсевич, 1976; Ю. В. Верхошанский, 1976). Подобный учет позволит решить вопрос о том, какие качества и свойства спортсмена имеют первостепенное значение для индивидуализации процесса тренировки и роста спортивных результатов в легкой атлетике.

Актуальность данного исследования обусловлена все возрастающей интенсивностью процесса спортивной тренировки и выдвигаемыми в связи с этими требованиями строгой комплексной оценки индивидуализации тренировочных нагрузок, что приводит к необходимости поиска новых возможностей для выбора обоснованных педагогических путей, полнее выявляющих индивидуальность занимающихся с конкретным набором признаков. Работа выполнена в соответствии со сводным планом НИР Спорткомитета СССР на 1981—1985 гг. и соответствует теме 2.1.2 номер государственной регистрации 01823055487.

Рабочая гипотеза исследования. В настоящее время наукой и практикой накоплен ряд факторов, свидетельствующих о том, что для легкоатлетов различных специализаций характерно наличие определенным образом организованного комплекса морфофункциональных и личностных признаков. Эти признаки отражают специфические способности спортсменов в их спортивной подготовке.

Мы предположили, что уточнение содержательной основы комплекса способностей легкоатлетов-бегунов позволит обосновать их морфофункциональные и личностные профили, что будет способствовать более полной реализации в практике спортивной подготовки принципов индивидуального подхода и адекватности нагрузки. Можно обосновать методику построения программ подготовки юных легкоатлетов — учащихся спортивных классов общеобразовательных школ, а также предложить принципы формулирования педагогических целей на отдельных этапах многолетней подготовки бегунов на короткие и средние дистанции.

Научная новизна работы заключается в выявлении признаков, которые наиболее полно характеризуют морфофункциональные и личностные профили легкоатлетов-бегунов различной квалификации и специализации, в обосновании у них тех признаков, которые наиболее значимы для роста их спортивных результатов, в определении признаков, которые могут составить основу для управления многолетней спортивной подготовкой спринтеров и средневикиков, занимающихся в условиях ДЮСШ, специализированных спортивных классов и ШВСМ.

Установлено, что составление индивидуальных и групповых морфофункциональных и личностных профилей легкоатлетов-бегунов должно идти путем отступающего планирования от профилей высокой квалификации к более низкой и оп-

ределения такого профиля, который бы удовлетворял переходу от низкой квалификации к более высокой.

Практическая значимость результатов исследования состоит в возможности использования профилей легкоатлетов-бегунов различной квалификации для составления индивидуальных профилей. С учетом степени проявления признаков можно оптимизировать многолетнюю подготовку занимающихся, обеспечить рост их спортивных результатов в соответствии с их возможностями.

Научные результаты работы внедрены в практику подготовки учащихся Новосибирской ШВСМ, специализированных спортивных классов школ № 10 и № 29 г. Новосибирска, что подтверждается тремя актами внедрения.

Предложенная в результате выполненной работы программа занятий легкой атлетикой в специализированных классах общеобразовательных школ получила одобрение на Всесоюзной школе передового опыта ВДНХ СССР (1981 г.) и рекомендована для широкого применения в практике спортивно-оздоровительной работы школ.

Обоснованность и достоверность результатов исследований, научных положений, выводов и рекомендаций подтверждена использованием адекватных поставленным задачам, объективных педагогических, медико-биологических и математических методов исследований, практической проверкой надежности использованных в исследовании методик. Достоверность результатов исследований обеспечивается достаточно большим и многолетним объемом исследований (обследовалось 345 спортсменов) в течение 11 лет.

Внедрение, практическое использование научных результатов. Для специалистов и педагогов по материалам диссертации издано методическое пособие. Диссертационная работа и ее фрагменты доложены и обсуждены на:

научно-практической конференции специалистов физического воспитания и спорта (1972) и республиканском семинаре школ высшего спортивного мастерства (1977), педагогическом совете школы высшего спортивного мастерства (1985) в г. Новосибирске;

научно-практической конференции ОГИФК (1980) Всесоюзной школе передового опыта ВДНХ СССР «Вопросы организации и медицинского обеспечения при отборе детей в школы-интернаты спортивного профиля» (Москва, 1979).

Материалы работы экспонировались на тематической выставке ВДНХ СССР (1980) и удостоены бронзовой медали,

республиканском совещании Министерства просвещения и спорткомитете РСФСР (1980), всесоюзной конференции «Спорт — науке, наука — спорту» (Новосибирск, 1984).

Структура диссертации. Диссертация изложена на 158 страницах машинописного текста, с приложением на 30 страницах, состоит из введения, 6 глав, выводов, практических рекомендаций, и указателя литературы, который включает 196 работ, из них 155 отечественных и 41 иностранных авторов. Диссертация содержит 14 таблиц, 11 рисунков, 25 страниц приложений.

Содержание диссертации

Состояние вопроса. В последние годы широкое распространение при оптимизации тренировочного процесса получил метод моделирования различных сторон специальной подготовки спортсменов, позволяющий более обоснованно подходить к выбору тренировочной нагрузки. Анализ работ отечественных и зарубежных исследований, посвященных моделированию, показал, что существует множество подходов к решению этой проблемы от эмпирически-интуитивного до экспериментального. При этом отмечаются варианты выбора модельных параметров и определения их значений, что свидетельствует об отсутствии единого, научно-обоснованного подхода к моделированию состояния подготовленности спортсменов.

Особую актуальность при оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов приобретает проблема индивидуализации процесса тренировки. Вопрос этот разработан явно недостаточно, так как многие исследователи указывают на значительное несоответствие среднegrupповых модельных характеристик индивидуальным данным высококвалифицированных спортсменов (Л. П. Матвеев, 1975; Н. Д. Граевская с соавт., 1978; В. В. Кузнецов с соавт., 1978; В. П. Платонов, 1980). Однако чрезвычайно мало работ, исследующих взаимосвязь психологических, личностных, физических качеств. В литературе мы не встретили исследований, где бы вопрос о взаимосвязи этих качеств, о влиянии их на спортивный результат был бы рассмотрен исчерпывающе.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Морфофункциональные и спортивно-технические характеристики, личностные качества легкоатлетов-бегунов, определяющие рост их спортивных результатов по отдельным специализациям, имеют различный характер динамики в процессе

спортивного совершенствования в зависимости от квалификации, специализации и особенностей подготовки занимающихся в условиях ДЮСШ и специализированных спортивных классов.

2. Морфофункциональные и личностные профили легкоатлетов-бегунов различной специализации, квалификации и пола имеют один и тот же состав признаков, отличающихся степенью их проявления, которая, как правило, выше у мастеров спорта СССР, чем у спортсменов других квалификационных групп.

3. Управление многолетней спортивной подготовкой на основе сравнения индивидуальных и групповых морфофункциональных и личностных профилей легкоатлетов-бегунов высокой и более низкой квалификации и составление профиля, позволяющего перейти с низкой квалификации на более высокую, способствует улучшению различных сторон подготовленности занимающихся и росту их спортивных результатов.

Целью исследования явилось обоснование организационно-методических приемов управления многолетней спортивной подготовкой бегунов на основе учета параметров их подготовленности и личностных качеств.

В связи с поставленной целью в ходе исследования было необходимо решить следующие **задачи**:

1. Изучить особенности морфофункциональных, спортивно-технических характеристик и личностных качеств легкоатлетов-бегунов.

2. Разработать содержательную основу (профиль) комплекса морфофункциональных, спортивно-технических и личностных качеств спринтеров и средневикиков различной квалификации.

3. Обосновать возможность управления многолетней спортивной подготовкой спринтеров и средневикиков различной квалификации на основе составления их групповых и индивидуальных морфофункциональных и личностных профилей.

Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследования**:

1. Анализ научной и методической литературы.

2. Обобщение опыта спортивной практики, учет экспертных оценок специалистов легкой атлетики, анализ данных документов текущего и перспективного планирования отчетной документации учебно-тренировочных сборов и протоколов соревнований.

3. Педагогические наблюдения.

4. Педагогические контрольные испытания.
5. Методы медико-биологических и психологических исследований.
6. Педагогический эксперимент.
7. Методы математической статистики.

Организация исследования. В наших исследованиях приняли участие 4 группы спортсменов (245 мужского и 100 женского пола), входящих в сборные команды области, РСФСР, СССР, а также учащиеся спортивных классов школ № 10 и 29 города Новосибирска и группа спортсменов, прекративших активные занятия спортом. Из них мастеров спорта международного класса и мастеров спорта — 47 чел., кандидатов в мастера спорта — 52 чел., спортсменов I разряда — 94 чел., спортсменов массовых разрядов — 152 чел.

Педагогический эксперимент проводился круглогодично, как в условиях учебно-тренировочного и соревновательного процессов, так и в лабораторных условиях с 1972 по 1983 год. В план педагогических исследований входил сбор общих сведений, спортивная и физическая подготовленность, социальные проявления, а также двигательные характеристики спортсменов перечисленных групп. Исследования проводились методом анкетирования экспертами-специалистами высокой квалификации.

Медико-биологические исследования проводились на базах областного врачебно-физкультурного диспансера и школы высшего спортивного мастерства. Данные иногородних спортсменов изучались по медицинским картам. Учитывались показатели физического развития, функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, периферической и центральной нервной систем, а также общей и специальной физической работоспособности.

Исследования проводились врачами областного врачебно-физкультурного диспансера, ШВСМ, сотрудниками СО АН СССР, врачами сборных команд РСФСР и СССР по легкой атлетике. Все исследования проводились в первую половину дня по методикам, принятым в спортивной медицине и физиологии.

Психо-физиологические исследования проводились экспертами на основе текущих наблюдений за спортсменами в условиях учебно-тренировочного и соревновательного процессов.

Все испытуемые спортсмены были разделены на две группы в соответствии с характером спортивной специализации на

«спринтеров» и «средневики». Каждый спортсмен оценивался по 50 признакам (табл. 1); учащиеся спортивных классов — по 22, а спортсмены, прекратившие активные занятия спортом — по 15.

Анализ структуры спортивного результата

Большое значение в обосновании оптимального распределения времени и усилий при подготовке высококлассных легкоатлетов, составлении и разработке учебно-тренировочного плана, четко определяющего содержание и последовательность всех действий тренера, имеет количественная информация о вкладе каждого фактора в достижение результата на всех уровнях подготовленности.

Так, для группы спортсменов, мужчин-спринтеров на уровне массовых разрядов наиболее характерными и значимыми качествами являются: длина тела, ЖЕЛ, техническая подготовка.

Для спортсменов I разряда, к перечисленным выше добавляется выносливость. Для группы кандидатов в мастера спорта спортивная целенаправленность и благоприятный возраст, а для мастеров спорта СССР показатели становой силы при сохранении и совершенствовании на высоком уровне всех перечисленных выше признаков.

Для женщин этой же группы на уровне массовых разрядов характерными являются длина и масса тела, уверенность, настойчивость, техническая подготовленность и благоприятный возраст для начала занятий легкой атлетикой.

Спортсменки I разряда характеризуются более высоким уровнем ЖЕЛ и быстротой, кандидаты в мастера спорта — показателями становой силы и высоким уровнем спортивных целей.

У мастеров же спорта ко всем имеющимся выше признакам добавляется качество ответственности.

Для мужчин-средневики наиболее характерными будут показатели: для массовых разрядов — становой силы, массы тела, эмоциональности, ответственности, работоспособности; для перворазрядников — длина тела, выносливости, ЖЕЛ, ответственности, внушаемости; для кандидатов в мастера спорта СССР — спортивных целей, технической подготовки, настойчивости, возраста достижения результата и перечисленные выше признаки у перворазрядников; для мастеров спорта — самостоятельности, уверенности, тактической подготовки и смелости.

Для женщин-средневи́ков наиболее значимыми признаками будут: для группы массовых разрядов — возраст начала занятий, выносливость, масса тела, показатели становой силы, смелости; у перворазрядников — техническая подготовка, длина тела, ЖЕЛ; у кандидатов в мастера спорта СССР — настойчивость и перечисленные выше признаки перворазрядников; у мастеров спорта СССР — спортивные цели, тактическая подготовка, работоспособность и перечисленные признаки кандидатов в мастера спорта СССР.

Количество и последовательный рост качества в наборе характеристик каждой квалификационной группе бегунов позволяет построить профиль как индивидуальный, так и групповой, применяя предложенную в работе методику оценки качеств.

Особенности морфофункциональных и личностных профилей легкоатлетов различного пола, специализации и квалификации

Нами были разработаны профили легкоатлетов-спринтеров и средневи́ков от спортсменов массовых разрядов до мастеров спорта СССР и определен вклад каждого показателя в уровень спортивных достижений. При этом профиль мастеров спорта СССР и мастеров спорта международного класса принимался за эталонную модель.

Морфофункциональный профиль строился на основе экспертных оценок для всех квалификационных групп (рис. 1, 2), полученная таким образом геометрическая фигура путем наложения на эталонную модель позволяет видеть ведущие и отстающие качества и вносить своевременную коррекцию с целью управления процессом подготовки спортсменов.

Предложена примерная схема управления учебно-тренировочным процессом (табл. 2), которая позволяет совершенствовать отстающие качества в каждом профиле легкоатлетов. Такие схемы может составить каждый тренер, используя методику, изложенную в гл. 2.

Анализ результатов педагогических экспериментов

В результате проведенного исследования нами было установлено, что у спортсменов массовых (III—II) разрядов и первого имеют место, с одной стороны, достаточная степень признаков соответствующих их уровню квалификации, а с дру-

гой — ограниченное число слабо взаимосвязанных признаков, которые необходимо совершенствовать при переходе на более высокий уровень. У кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта СССР наряду с достаточной степенью ряда признаков, соответствующих их квалификации, имеются отстающие признаки, совершенствование тех и других требует организация более гибкого избирательного управления учебно-тренировочным процессом. Учащиеся спецклассов показывали в наборе признаков профиля большую их степень значимости по сравнению с незанимающимися в спецклассах, что облегчает управление процессом подготовки и сокращает время для перехода на более высокий профиль. Состояние здоровья школьников в течение пяти лет, занимающихся по предложенной им программе (12—15-часовой еженедельный двигательный режим при тщательном врачебном контроле за учащимися классов спортивного профиля со специализацией по легкой атлетике), заметно улучшилось — у них наблюдалось значительное снижение общей заболеваемости.

Таблица I

Морфофункциональные, спортивно-технические характеристики и личностные качества спортсмена

Квалификация	Антрометрия	Спортивная и качественная подготовленность	Направленность личности	Черты характера	Проявления основных свойств нервной системы	Социальные факторы
Спортивный разряд	Длина тела Масса тела	Выносливость Быстрота Ловкость Гибкость	Отношение к общественному труду Отношение к общественной работе Успеваемость	Целеустремленность Коллективизм Ответственность Качество спортивной жизни	Работоспособность	Материальное обеспечение
Возраст Достижения личного спортивного результата	Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) Становая динамометрия	Специальные качества силы Специальная выносливость Специальная быстрота Специальная ловкость Специальная гибкость Техническая подготовка Тактическая подготовка Работоспособность (ФР ₁₇₀)	Интерес в спорте Интересы в других областях жизни Спортивные цели	Дисциплинированность Активность Самостоятельность Инициативность Настойчивость Решительность Уверенность Смелость Эмоциональность Внушаемость Эмоции Отношение к соревнованиям Отношение к повышению спортивного мастерства	Уравновешенность нервной системы Подвижность нервной системы	Занятость работой, учебной Усталость от работы

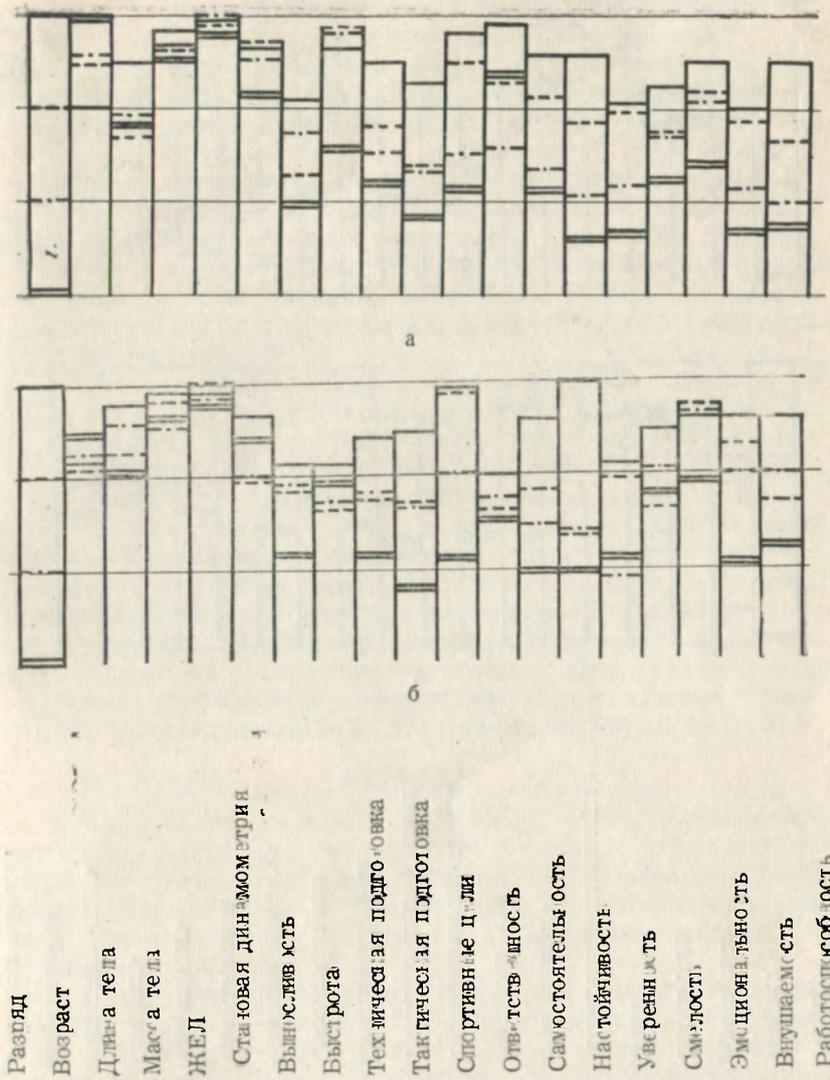
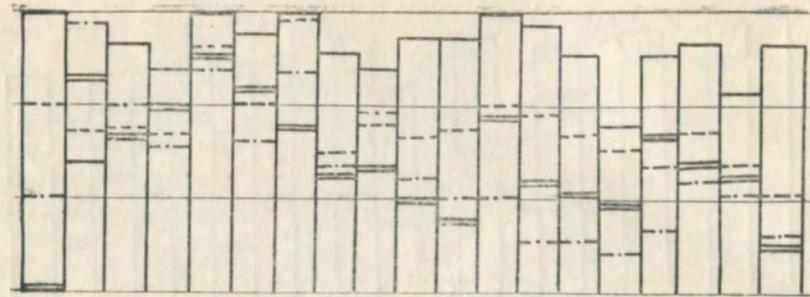
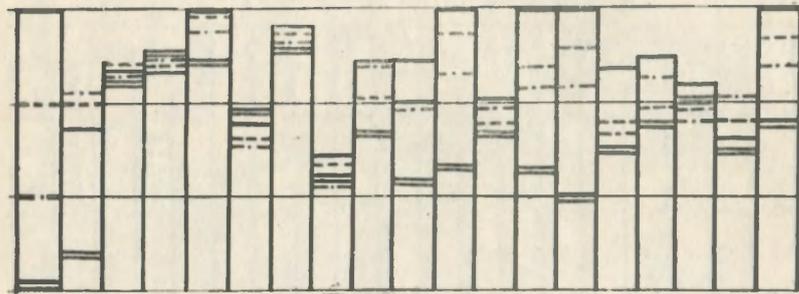


Рис. 1. Морфофункциональный и личностный профиль легкоатлетов-спринтеров: ————— мастера спорта СССР; - - - - кандидаты в мастера спорта СССР; — · — · — спортсмены первого разряда; = = = = спортсмены второго и третьего разрядов (1—4 степень проявления основных качеств: а — женщины; б — мужчины).



а



б

Разряд
 Возраст
 Длина тела
 Масса тела
 ЖЕЛ
 Становая динамометрия
 Выносливость
 Быстрога
 Техническая подготовка
 Tактическая подготовка
 Спортивные цели
 Ответственность
 Самостоятельность
 Настойчивость
 Уверенность
 Смелость
 Эмоциональность
 Внушаемость
 Работоспособность

Рис. 2. Морфофункциональный и личностный профиль легкоатлетов-средневикиков: ————— — мастера спорта СССР; - - - - кандидаты в мастера спорта; — · — — спортсмены первого разряда; = = = — спортсмены второго и третьего разрядов (1—4 степень проявления основных качеств, а — женщины, б — мужчины).

Сопоставление средних величин показателей физического развития, а также анализ динамики годовых приростов этих показателей при многолетних наблюдениях показал, что учащиеся спортивных классов со специализацией по легкой атлетике существенно улучшают свое физическое развитие под влиянием занятий и по многим показателям значительно превосходят своих сверстников, не занимающихся спортом.

Анализ исходных характеристик морфофункциональных и личностных профилей этих спортсменов позволил уточнить программу индивидуальных тренировок путем включения в нее средств, способствующих повышению уровня работоспособности, гибкости, технической и тактической подготовленности и силовых качеств.

В индивидуальном эксперименте принимали участие 4 спортсмена, ставшие мастерами спорта СССР благодаря использованию в течение многолетнего цикла программы индивидуальной подготовки на основе составляемых профилей, что позволило уточнять необходимые на каждом из этапов качества, направленно развивать их и достичь запланированного уровня спортивных результатов (табл. 3).

Уровень признаков, входящих в профиль может не только повышаться, но и снижаться, препятствуя сохранению высоких результатов. Таким образом, зная количество признаков и их влияние на достижение спортивного результата, можно управлять учебно-тренировочным процессом, ставить конкретные педагогические задачи, строить тактику подготовки.

ВЫВОДЫ

1. Каждой специализации и каждому уровню квалификации легкоатлетов-бегунов характерна определенная организация комплекса морфофункциональных, спортивно-технических характеристик и личностных качеств, позволяющая выделить признаки, способствующие достижению необходимого уровня квалификации.

2. Используемый математический метод разбиения пространства конечного множества объектов позволил установить у группы легкоатлетов-бегунов (мужчин и женщин) один и тот же состав признаков независимо от их специализации, квалификации и пола, который отличался лишь тремя признаками у занимающихся в условиях специализированных спортивных классов, выявить разную степень проявления этих признаков у легкоатлетов-бегунов в зависимости от специализации, пола, квалификации, подготовки в условиях специализи-

рованных спортивных классов и ДЮСШ, определить из них наиболее значимые признаки для роста спортивных результатов у спринтеров, средневики, мужчин и женщин различной квалификации.

3. Анализ степени проявления признаков морфофункциональных и личностных профилей легкоатлетов-бегунов показал, что мастера спорта СССР имеют большую степень проявления признаков, чем спортсмены других квалификационных групп.

4. Значительное преимущество в степени проявления признаков профилей наблюдается у мастеров спорта СССР в тактической и технической подготовках, самостоятельности, настойчивости, работоспособности и смелости, у легкоатлетов-бегунов, а также в становой силе у мужчин спринтеров, в ответственности и длине тела у женщин-спринтеров, в уверенности у мужчин-средневики, в быстроте, ответственности, спортивных целях и ЖЕЛ у женщин.

5. Незначительные различия в степени проявления признаков профилей наблюдаются у мастеров спорта СССР в возрасте, массе тела — у легкоатлетов-бегунов, а также в ЖЕЛ — у спринтеров, в выносливости у средневики, в эмоциональности, длине тела — у мужчин, в становой силе — у женщин-спринтеров, в быстроте, ответственности и становой силе у мужчин-средневики.

6. При переходе от одной квалификации к другой следует сравнивать соответствующие морфофункциональные и личностные профили занимающихся. Путем отступающего планирования от профиля высокой квалификации к более низкой. Определяется содержание такого профиля, который обеспечит бы переход от низкой квалификации к более высокой с учетом отстающих и требующих повышения степени проявления признаков, особенно тех из них, которые являются значимыми для роста спортивных результатов.

7. Успешность управления многолетней подготовкой легкоатлетов-бегунов определяется степенью соответствия планируемых в учебно-тренировочном процессе педагогических акцентов тем, которые могут быть предложены на основе сравнения степени проявления признаков морфофункциональных и личностных профилей спортсменов.

8. Управление многолетней спортивной подготовкой на основе учета индивидуальных морфофункциональных и личностных профилей легкоатлетов-спринтеров старших разрядов позволяет показывать им спортивные результаты на уровне

мастеров спорта СССР и мастеров спорта международного класса.

9. Предлагаемая учебная программа для специальных спортивных классов по легкой атлетике, основанная на разработке морфофункциональных и личностных профилей спринтеров, позволяет улучшить работоспособность, подготовить занимающихся к успешной сдаче нормативов комплекса ГТО, повысить их спортивную квалификацию.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Спортивные достижения легкоатлетов-бегунов на этапах многолетней подготовки по мере повышения их квалификации по-разному зависят от личностных качеств, морфофункциональных и спортивно-технических характеристик их подготовленности.

Из исследуемых 50 характеристик (признаков) наиболее значимыми являются 22, из которых 19 наиболее полно характеризуют легкоатлетов-бегунов различной квалификации и специализации, составлены их морфофункциональные и личностные профили (рис. 1 и 2).

Уровни признаков для спортсменов массовых и первого разрядов могут быть оценены в пределах каждого уровня, а кандидатов в мастера спорта, мастеров спорта СССР и мастеров спорта международного класса, кандидатов в мастера спорта — учащихся спецклассов — средним арифметическим показателем уровней по оценкам экспертов (экспертной комиссии).

Для составления профиля в каждой квалификационной группе в первую очередь анализируют признаки, находящиеся выше второго уровня значимости и на нем, во вторую — находящиеся на третьем уровне и выше, в третью — признаки выше четвертого уровня значимости (или более высокого уровня, который соответствует квалификации занимающихся).

Признаки профиля занимающихся более низкой квалификацией сравниваются с признаками профиля более высокой квалификации. Выявляются признаки, сдерживающие спортивное совершенствование, отстающие на наиболее высоком уровне и определяются из них те признаки, которые следует поднимать на более высокий уровень при переходе от низкой квалификации на один порядок выше. С учетом значимости признаков для достижения высокого спортивного результата определяются такие, которые должны быть подняты прежде всего.

БИБЛИОТЕКА

Львовского гос. ун-та

института физкультуры

105733

Таблица 2

Примерная схема управления учебно-тренировочным процессом при переходе с одного уровня профиля на другой (признаки)

Отстающие в своем и не совладающие с последующим профилем	Отстающие как в последующем, так и в предыдущем профиле	Развитые в предыдущем и отстающие в последующем профиле, но требующие совершенствования	Значимые для роста спортивных результатов (в порядке уменьшения значимости)
Женщины-спринтеры от III—II разрядов к I			
Тактическая подготовка			Длина тела, масса тела, техническая подготовка, уверенность, настойчивость, работоспособность, тактическая подготовка
Женщины-средневики от III—II разрядов к I			
Работоспособность Настойчивость	Спортивные цели		Возраст, работоспособность, выносливость, тактическая подготовка, техническая подготовка, длина тела.
Девушки спецклассов от III—II разрядов к I-КМС			
Выносливость	Техническая подготовка Тактическая подготовка ИИЛ Коллективизм Спортивные цели	Спортивные цели, техническая подготовка, работоспособность, тактическая подготовка, самостоятельность, внушаемость, чувство спортивной чести, целенаправленность, ЖЕЛ, ответственность.	

Таблица 3

Изменение профилей квалифицированных легкоатлетов-спринтеров

№	Признаки профиля	Виноградова Е. В. (1964 года рожд.)					Пузапки А. П. (1952 года рожд.)						
		1980	1981	1982	1983	1984	1976	1977	1978	1979	1980		
1	Разряд	3	1	1	1	1	3	1	2	1	2	2	3
2	Возраст	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	Длина тела	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	Масса тела	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
5	ЖИЛ	3	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2
6	Степная сила	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	Выносливость	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	Быстрота	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
9	Техническая подготовка	3	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2
10	Тактическая подготовка	3	2	2	1	1	4	2	2	2	2	2	2
11	Спортивные цели	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3
12	Ответственность	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1
13	Самостоятельность	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1
14	Гибкость	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
15	Коллективизм	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1
16	Смелость	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
17	Материальное обеспечение	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
18	Внушаемость	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
19	Работоспособность	2	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2
	Лет	16	17	18	19	20	24	25	26	27	28	28	28
	Результат 100 м	11.9	11.6	11.3	11.0	11.1	10.6	10.3	10.2	10.4	10.6	10.6	10.6

С целью управления учебно-тренировочным процессом следует составить схему (табл. 2), которая необходима тренеру для корректировки индивидуального профиля спортсмена на основе совершенствования отстающих и требующих повышения признаков профиля (например, табл. 3).

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Опыт изучения корреляции между различными показателями физической подготовленности, результатами в спорте и возрастом легкоатлетов // Вопросы подготовки спортсменов высшего мастерства: Тез. I Новосибирской науч. прак. конф. — Новосибирск, 1972. — С. 79—81.

2. Эстетика и физическая культура в свете Ленинских идей коммунистического воспитания. — Там же, — С. 41—44.

3. Об использовании метрики пространства разбиений в анализе психологических характеристик // Модели анализа данных и принятия решений / Ин-т экономики и организации промышленного производства СО АН СССР. — Новосибирск. — С. 152—158 (в соавторстве).

4. Модельные характеристики спортсменов на разных этапах спортивной подготовки — основа для текущего и долгосрочного планирования тренировочного процесса // Спорт — науке, наука — спорту: Тез. докл. Всесоюз. конф. — Новосибирск, 1984. — Ч. 2. — С. 64—65 (в соавторстве).

5. Морфофункциональный и психологический статус легкоатлетов, спринтеров и средневиков // Материалы юбилейной XXX науч. конф. по итогам за 1979 год. — Омск, 1980. — С. 70—73.

Сдано в набор 11. 05. 86 г. Сдано в печать 19. 05. 86 г.
Формат 60×84 1/16. Объем 1 п. л. Тираж 100 экз.

Тип. «Сов. воин».

Заказ № 2380.