

УДК 796.015.86.8

ДИНАМІКА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ПОКАЗНИКІВ СПОРТИВНОГО РЕЗУЛЬТАТУ ВАЖКОАТЛЕТІВ ЗБІРНОЇ КОМАНДИ УКРАЇНИ – УЧАСНИКІВ ІГОР XXX ОЛІМПІАДИ

Олександр ТОВСТОНОГ¹, Сергій ЗУБКОВ²

¹Львівський державний університет фізичної культури

²Львівський національний університет ім. Івана Франка

Анотація. У статті подано наукові дані щодо реалізації змагальних спроб у ривку та поштовху важкоатлетів високої кваліфікації України – учасників фінальної частини чемпіонатів Європи, Світу 2010-2012 рр. та Ігор XXX Олімпіади. У результаті дослідження визначено динаміку спортивного результату у ривку та поштовху важкоатлетів чоловічої та жіночої команди, які представляли збірну України на змаганнях міжнародного рівня.

Ключові слова: вагова категорія, важкоатлет, змагальна спроба, поштовх, ривок, спортивний результат.

Постановка проблеми. Для досягнення високого спортивного результату у важкій атлетиці на міжнародній арені необхідно володіти високими реалізаційними можливостями на максимальних вагах [5].

Важкоатлети високої кваліфікації України відрізняються високим рівнем прояву швидко-кісно-силових якостей у різних фазах руху порівняно з іншими важкоатлетами міжнародного рівня. Наприклад, висота вильоту штанги у важкоатлетів України більша, що вказує на менш економну структуру руху в змагальних вправах. Це призводить до меншої реалізації максимального результату українських важкоатлетів на міжнародних змаганнях відповідно до рівня розвитку провідних фізичних якостей [2].

На нашу думку, одним із ключових факторів успіху у здобутті високих нагород збірної команди України є динаміка спортивних результатів окремих спортсменів та підвищення реалізації ними змагальних спроб, що потребує врахування при організації тренувального процесу та відборі членів збірної команди України.

Тому постає важливе науково-практичне завдання вивчення динаміки спортивного результату важкоатлетів збірної команди України та рівня реалізації ними змагальних спроб на міжнародних стартах та подальшого вдосконалення системи відбору важкоатлетів високої кваліфікації.

Зв'язок роботи з науковими темами: роботу виконано відповідно до наукової теми 2.17 «Моделювання біомеханічних систем у складно-координатних видах спорту» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз науково-методичної літератури вказує на важливість реалізаційних можливостей спортсменів на максимальних вагах у змагальних умовах [2, 3, 5].

За останні 2 роки окремі спортсмени збірної команди України з важкої атлетики здобули велику кількість нагород різного гатунку [6, 7].

Фахівці важкоатлетичного спорту пов'язують досягнення спортсменів на міжнародних змаганнях із поліпшенням системи підготовки, матеріальної бази, системи відновлення спортсменів тощо [1, 4].

Однак у літературних джерелах фахівці не подають даних динаміки індивідуальних показників спортивних результатів важкоатлетів збірної команди України та рівня реалізації ними спроб у ривку та поштовху в змагальних умовах, зокрема за останній чотирирічний цикл підготовки до Ігор XXX Олімпіади.

Таким чином, **метою** нашого дослідження є визначення динаміки спортивного результату важкоатлетів високої кваліфікації, які представляли збірну команду України на міжнарод

них змаганнях та рівень реалізації ними змагальних спроб у ривку та поштовху у 2010–2012 рр. при підготовці до Ігор XXX Олімпіади.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та всевітньої інформаційної мережі Інтернет, аналіз документальних методів, методи математичної статистики.

Організація дослідження: у педагогічному спостереженні брали участь 4 важкоатлетів-чоловіки та 2 жінки – учасники Ігор XXX Олімпіади 2012 року. Було проаналізовано 132 піднімання штанги у ривку та поштовху на чемпіонатах Європи, світу 2010-2012 рр. та Ігор XXX Олімпіади серед чоловіків та жінок.

Результати дослідження. На Іграх XXX Олімпіади у змаганнях важкоатлетів збірну команду України представляли 4 чоловіки та 2 жінки, хоча представники України впродовж олімпійського циклу вибороли максимальну кількість ліцензій – 10 (але тільки 6 спортсменів брали участь у фінальних змаганнях чотирирічного циклу). У результаті змагальної діяльності важкоатлети збірної команди України вибороли на Іграх XXX Олімпіади 1 перше, 1 третє та по одному 5, 6, 10 та 12 місцю.

За допомогою аналізу протоколів чемпіонатів Європи, світу 2010–2012 рр. та Ігор XXX Олімпіади було визначено динаміку спортивного результату та рівень реалізації змагальних спроб важкоатлетів-чоловіків, які представляли збірну команду України на зазначених вище змаганнях (табл.1).

Таблиця 1

Динаміка спортивних результатів та рівень реалізації змагальних спроб важкоатлетів чоловічої збірної команди України в 2010-2012 рр. (n = 4)

Роки	Зростання спортивного результату		Реалізація змагальних спроб			
	ривок, %	поштовх, %	Ривок		Поштовх	
			Заг. к-сть	% вдалих	Заг. к-сть	% вдалих
2010	–	–	12	33,3	12	41,6
2011	1,3	2,2	18	55,6	18	61,1
2012	1,7	1,0	15	66,7	15	66,7

Зокрема, олімпійський чемпіон О Т-й. брав участь протягом 2010–2012 рр. у чемпіонатах Європи 2010 та 2011 року, чемпіонаті світу 2011 року та Іграх XXX Олімпіади.

Упродовж 2010–2012 рр. у нього спостерігалось збільшення спортивного результату на 4,0 % (5,7 % у ривку та 2,7 % у поштовху), причому реалізація змагальних спроб залишалася стабільно не високою – 50% вдалих спроб кожного року. При цьому показники реалізації спроб у ривку та поштовху відрізнялися. Реалізація спроб у ривку становила 41,7 %, а у поштовху – 58,3 %. Саме завдяки останній вирішальній спробі у поштовху на чемпіонаті Європи 2011 року О. Т-ю вдалося вибороти третє місце та перше місце на Олімпійських іграх.

Отже, позитивна динаміка спортивного результату О. Т-я за 2010–2012 рр. сприяла тому, що він зміг посісти 5 місце на чемпіонаті Європи 2010 року, 3 місце на чемпіонаті світу 2011 року на 1 місце Ігор XXX Олімпіади.

І. Ш-о брав участь протягом 2010–2012 рр. у чемпіонаті Європи 2011 року, чемпіонатах світу 2010–2011 років та Іграх XXX Олімпіади.

Упродовж 2010–2012 рр. у спортсмена спостерігалось збільшення спортивного результату тільки в поштовху на 5,5 % (із них на 4,7 % у 2011 році), а у ривку результат зменшився на 1,5 %.

Реалізація змагальних спроб змінювалася кожного року: 2010 року вона становила 33,3% вдалих спроб (як у ривку, так і в поштовху), 2011 року – 66,7 % (як у ривку, так і в поштовху) та 2012 року дорівнювала 50 % (як у ривку, так і в поштовху). Зростання спортивно-

го результату та найліпша реалізація змагальних спроб у 2011 році посприяли тому, що Ш-о І. посів 1 місце на чемпіонаті Європи 2011 року. Проте зниження спортивного результату у ривку та зниження реалізації змагальних спроб у 2012 році дали змогу посісти лише 6 місце на Іграх XXX Олімпіади.

С. Т-в – наймолодший представник збірної команди України, брав участь протягом 2010–2012 рр. у чемпіонатах Європи 2010–2012 років та Іграх XXX Олімпіади.

У спортсмена спостерігалася позитивна тенденція зростання результату. Зокрема, у ривку в 2012 році результат збільшувався на 5,9 %, а у 2011 році зростання не було. У поштовху в 2011 році результат збільшився на 1 %, а у 2012 році – 5 %. Реалізація змагальних спроб має позитивну тенденцію до поліпшення із 50 % у 2010 році до 66,7 % у 2011 році та 83,3 % у 2012 році. Завдяки поліпшенню спортивного результату та реалізації змагальних спроб, спортсмен здобув олімпійську ліцензію, посівши 3 місце на чемпіонаті Європи у 2012 році.

К. П-в брав участь протягом 2010–2012 рр. у чемпіонаті світу 2010 року та Іграх XXX Олімпіади.

У спортсмена спостерігалася позитивна тенденція до поліпшення спортивного результату лише у ривку (на 1,9 % у 2011 році та 2,5 % у 2012 році). У поштовху спостерігається зниження результату на 0,5 % у 2011 році та відсутність поліпшення результату у 2012 році. Спортсмен демонстрував стабільну реалізацію змагальних спроб упродовж 2010–2012 років – 66,7 % кожного року, причому відсоток реалізації у ривку та поштовху є однаковим. Низька динаміка спортивного результату та стабільність у реалізації змагальних спроб дали змогу спортсменові посісти 12 місце на Іграх XXX Олімпіади.

Загалом упродовж 2010–2012 років у важкоатлетів чоловічої збірної команди України спостерігалася позитивна тенденція до поліпшення спортивного результату та реалізації змагальних спроб як у ривку, так і у поштовху.

За допомогою аналізу протоколів чемпіонатів Європи, світу 2010–2012 рр. та Ігор XXX Олімпіади було визначено динаміку спортивного результату та рівень реалізації змагальних спроб жінок-важкоатлеток, які представляли збірну команду України на вище зазначених змаганнях (табл.2).

Зокрема, Ю. К-а брала участь упродовж 2010–2012 рр. у чемпіонаті Європи 2010 року (U-23), чемпіонатах світу 2010-2011 років та Іграх XXX Олімпіади.

Таблиця 2

Динаміка спортивних результатів та рівень реалізації змагальних спроб важкоатлеток жіночої збірної команди України в 2010-2012 рр. (n = 2)

Роки	Зростання спортивного результату		Реалізація змагальних спроб			
	ривок,%	поштовх,%	Ривок		Поштовх	
			Заг. к-сть	% вдалих	Заг. к-сть	% вдалих
2010	–	–	9	66,7	9	88,9
2011	4,3	-2,2	9	77,8	9	44,4
2012	2,6	0,4	6	66,7	6	83,3

У спортсменки спостерігалася поліпшення результату у ривку в 2011 році на 3,1 % та в 2012 році на 9,3 %, що є найвищим показником серед спортсменів збірної команди України – учасників Ігор XXX Олімпіади. У поштовху у 2011 році спостерігалася зниження спортивного результату на 2,4 % та підвищення результату у 2012 році на 4,9 %. Реалізація змагальних спроб має відмінну тенденцію із 83,3 % у 2010 році до 50,0 % у 2011 році. Проте реалізація змагальних спроб у 2012 році становила 100 %. Завдяки найменшим спортивним результатам та 100 % реалізації змагальних спроб у 2012 році спортсменка здобула бронзову нагороду Ігор XXX Олімпіади.

Ю. П-а брала участь упродовж 2010–2012 рр. у чемпіонаті Європи 2011 року, чемпіонаті світу 2010 року та Іграх XXX Олімпіади.

У спортсменки спостерігалася невисока тенденція до поліпшення результату. У ривку в 2011 році результат поліпшився на 2,2 %, а в 2012 році спостерігалось зниження результату на 1,1 %. У поштовху в 2011 році результат поліпшився на 0,9 %, а в 2012 році результат залишився таким самим, як і в 2011 році. Проте у 2012 році спортсменка виступала на одну вагову категорію нижче. Тому відсутність зниження спортивного результату у 2012 році можна вважати позитивною тенденцією.

Реалізація змагальних спроб становила в ривку в 2010 році 66,7 %, в 2011 році підвищується до 83,3 % та у 2012 році знижується до 33,3 %. У поштовху в 2010 році реалізація становила 66,7 %, в 2011 році – 50,0 % та в 2012 році знову зростає до 66,7 %. Така динаміка спортивного результату та реалізація змагальних спроб дала змогу посісти 2 місце на чемпіонаті Європи 2011 року та 5 місце на Іграх XXX Олімпіади.

Отже, протягом 2010–2012 років у важкоатлеток жіночої збірної команди України спостерігалася позитивна динаміка поліпшення спортивного результату тільки у ривку, у поштовху в 2011 році відбулося зниження результату, у 2012 році результат залишився практично незмінним. Однак реалізація змагальних спроб як у ривку, так і у поштовху, залишалася на високому рівні.

При чому, реалізація змагальних спроб та динаміка приросту спортивного результату у ривку в жінок-важкоатлеток є вищими ніж у чоловіків, а динаміка приросту індивідуальних показників спортивного результату в поштовху є вищою у чоловіків.

Фахівцям важкоатлетичного спорту необхідно враховувати динаміку спортивного результату в ривку та поштовху, а також рівень реалізації змагальних спроб окремих спортсменів та цілої збірної команди України. Урахування цих показників допоможе вчасно коректувати систему підготовки, а також провести правильний відбір важкоатлетів на головні змагання чотирьохрічного циклу.

Висновки:

1. За допомогою аналізу протоколів чемпіонатів Європи, світу 2010–2012 років та Ігор XXX Олімпіади було визначено динаміку індивідуальних показників спортивного результату та рівень реалізації змагальних спроб важкоатлетів збірної команди України.

Упродовж 2010–2012 років у важкоатлетів чоловічої збірної команди України – учасників Ігор XXX Олімпіади спостерігалася позитивна тенденція до поліпшення спортивного результату у ривку на 1,3 % у 2011 році та на 1,7 % у 2012 році. У поштовху у 2011 році результат поліпшився на 2,2 % та у 2012 році на 1,0 %.

Реалізації змагальних спроб як у ривку збільшилася із 33,3 % у 2010 році до 55,6 % у 2011 та 66,7 % у 2012 роках. У поштовху реалізація збільшилася із 41,6 % у 2010 році до 61,1 % у 2011 році та 66,7 % у 2012 році.

2. У важкоатлеток жіночої збірної команди України протягом 2010–2012 років спостерігалася позитивна тенденція до поліпшення спортивного результату у ривку на 4,3 % у 2011 році та на 2,6 % у 2012 році. У поштовху відбулося зниження результату у 2011 році на 2,2 % та не значне збільшення у 2012 році на 0,4 %. Реалізації змагальних спроб у ривку збільшилася із 66,7 % у 2010 році до 77,8 % у 2011 та зменшилася до 66,7 % у 2012 роках. У поштовху реалізація зменшилася із 88,9 % у 2010 році до 44,4 % у 2011 році та збільшилася до 83,3 % у 2012 році.

Реалізація змагальних спроб та динаміка приросту спортивного результату у ривку в жінок-важкоатлеток є вищими ніж у чоловіків. Проте динаміка приросту спортивного результату в поштовху є вищою у чоловіків.

Подальші дослідження спрямовуватимуться на виявлення відмінностей у характеристиках техніки важкоатлетів України високої кваліфікації та провідних важкоатлетів світу.

Список літератури

1. Алаев П. Т. Актуальные проблемы подготовки сборной команды Украины по тяжелой атлетике к Олимпийским играм 2000 года : [метод. реком.]. / П. Т. Алаев, В. Г. Олешко, В. И. Цимиданов. – К. : Федерация тяжелой атлетики Украины, 2000. – 33 с.
2. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту : [навч. посіб.] / В. Г. Олешко. – К. : ДІА, 2011. – 444 с. : іл. – ISBN 978-966-8311-80-2.
3. 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.
4. Пуцов С. О. Побудова тренувального процесу важкоатлеток високої кваліфікації у річному макроциклі : автореф дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 „Олімпійський і професійний спорт” / С. О. Пуцов. – К., 2008. – 20 с.
5. Шимечко І. Структура підготовки важкоатлетів високої кваліфікації у річному макроциклі / Ігор Шимечко, Анатолій Магльований, Валентин Олешко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2011. – №4. – С. 40 – 45.
6. European weightlifting federation [Electronic resource]. – Access mode : <http://www.ewfed.com> (дата звернення: 16.12.2012).
7. International weightlifting federation [Electronic resource]. – Access mode : <http://www.iwf.net> (дата звернення: 16.12.2012).

**ДИНАМИКА СПОРТИВНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ И УРОВЕНЬ РЕАЛИЗАЦИИ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПОПЫТОК ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ -
УЧАСТНИКОВ ИГР XXX ОЛИМПИАДЫ**

Александр ТОВСТОНОГ¹, Сергей ЗУБКОВ²

¹Львовский государственный университет физической культуры

²Львовский национальный университет имени Ивана Франка

Аннотация. В статье представлены научные данные о реализации соревновательных попыток в рывке и толчке тяжелоатлетов высокой квалификации Украины – участников финальной части чемпионатов Европы, мира 2010–2012 гг. и Игр XXX Олимпиады. В результате исследования определено динамику спортивного результата в рывке и толчке тяжелоатлетов мужской и женской команды, которые представляли сборную Украины на соревнованиях международного уровня.

Ключевые слова: весовая категория, рывок, соревновательная попытка, спортивный результат, толчок, тяжелоатлет.

**DYNAMICS OF SPORT RESULTS AND LEVEL
OF IMPLEMENTATION COMPETITION ATTEMPTS OF WEIGHTLIFTERS HIGH QUALIFICATION –
MEMBERS OF XXX OLYMPIC GAMES**

Oleksandr TOVSTONOH¹, Sergei ZUBKOV²

¹Lviv State University of Physical Culture

²Ivan Franko National University of Lviv

Abstract. the article presents the scientific data of the implementation of competitive attempts in the snatch and clean and jerk of Ukrainian weightlifters high qualifications – members of European and world championships 2010–2012 and XXX Olympic Games. the study determined the dynamics of sport results in the snatch and clean and jerk weightlifting men's and women's team, which represented the Ukrainian team at international competitions.

Key words: clean and jerk, competitive attempt, snatch, sport results, weight category, weightlifter.