

программ. Регламентация объема винтовых движений для спортсменов II и III разрядов взрослых на уровне 18,7–20,5 %, то есть на уровне юношеских разрядов, по-видимому, указывает на несоблюдение методического правила преемственности и позволяет предполагать отсутствие у составителей классификационных программ объективных критериев и ориентиров [7].

В свете приведенных выше данных представляется возможным сделать некоторые обобщения, которые, на наш взгляд, могут иметь практическую значимость.

Выводы:

1. Устойчивость вестибулярного аппарата у квалифицированных гимнасток (кандидатов в мастера спорта) характеризуется значительной вариабельностью и зависит от реализуемой программы вращательных нагрузок в разных плоскостях пространственной системы координат.

2. Нагрузка на вестибулярный аппарат гимнасток высокой квалификации распределяется между отдельными осями пространственной системы координат неравномерно. В цифровом выражении соотношение нагрузок на сагиттальные, горизонтальные и фронтальные полукружные каналы вестибулярного аппарата, по нашим данным, выражается пропорцией 14:4:1.

3. Выявлена средняя, а в ряде случаев и высокая степень корреляционной зависимости между показателями вестибулярной устойчивости к вращениям в разных плоскостях. Коэффициенты корреляции варьируют в пределах цифровых значений 0,66–0,96 и статистически достоверны (уровень значимости $p \leq 0,01$). Это говорит о том, что при высоком уровне развития одного из полукружных каналов вероятен позитивный перенос вестибулярной тренировки, проявляющийся в подтягивании других – отстающих в развитии полукружных каналов.

4. Можно предполагать, что повышение объема упражнений с вращением в горизонтальной и, особенно во фронтальной плоскости, подтягивание их к уровню доминирующих вращений может стать базой для изобретения новых элементов, контрастных по ритмическому «рисунку» соединений, необычных плоскостей перемещения тела в полете, что в итоге повысит конкурентоспособность соревновательных программ белорусских гимнасток.

1. Болобан, В. Н. Система обучения движениям в сложных условиях поддержания статодинамической устойчивости / В. Н. Болобан: дис. ... докт. нед. наук. – Киев, 1990. – 45 с.

2. Золотухин, А. А. Влияние посторонних раздражителей на уровень вестибулярной устойчивости юных гимнастов / А. А. Золотухин // Медико-педагогические аспекты подготовки юных спортсменов: сб. науч. тр. – Смоленск, 1989. – С. 95–97.

3. Иващенко, В. П. О роли вестибулярного аппарата в тренировке гимнастов / В. П. Иващенко, В. Н. Некраха, В. С. Вышегородцев. – Вып. 2. – М.: ФиС, 1980. – С. 36–38.

4. Кобяков, Ю. П. Экспериментальная методика новышения функциональной устойчивости вестибулярного анализатора юных гимнастов / Ю. П. Кобяков: дис. ... канд. нед. наук. – М., 1969.

5. Миронов, В. М. Объем вращательных нагрузок в классификационных упражнениях акробатов / В. М. Миронов, Т. А. Морозевич, А. В. Коркина // Ученые записки: сб. науч. тр. / Бел. гос. акад. физ. культуры. – Вып. 3. – Минск. – С. 136–142.

6. Оцупок, А. П. Методика обучения упражнениям спортивной гимнастики и прыжков на батуте с учетом феномена функциональной асимметрии / А. П. Оцупок: дис. ... канд. нед. наук. – Киев, 1984. – 23 с.

7. Туров, Б. Д. Разработка средств и методов развития вестибулярной устойчивости у высококвалифицированных спортсменов в видах спорта со сложнокоординационной структурой движений / Б. Д. Туров: дис. ... канд. нед. наук. – Киев, 1987. – 24 с.

8. Фарфель, В. С. Управление движениями в спорте / В. С. Фарфель. – М.: ФиС, 1975. – 208 с.

9. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – С. 424–426.

10. Физиология человека: учебник для ин-тов физической культуры / под ред. Н. В. Зимкина. – 5-е изд. – М.: ФиС, 1975. – С. 56–61.

11. Миньковский, А. Х. Методы исследования вестибулярного аппарата и их значение в диагностике / А. Х. Миньковский // Руководство по отоларингологии. – М., 1960.

РОЛЬ СУДЕЙСТВА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ ВЫСОКОГО КЛАССА

Морозевич-Шилук Т.А.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Соревновательные программы акробатов высокого класса формируются реализацией ряда итерационных процедур, в обратную связь которых включены контрольные мероприятия (тестирование, «прикидки», выступления на основных и не основных соревнованиях и пр.). И поскольку результаты последних лежат в основе формирования управляющих воздействий на процессы проектирования и подготовки спортсменов, ошибки оценивания результатов ведут к ошибочным управляющим воздействиям. Другими словами, неадекватность оценки реального уровня подготовленности спортсменов может стать причиной формирования у тренеров и спортсменов неправильных целевых установок для дальнейшей подготовки.

Из анализа профильной литературы и результатов педагогических наблюдений следует, что качество судейства определяется, в первую очередь, квалификацией и морально-этическими и психологическими характеристиками судей [1–3].

Формальным признаком квалификации судей является их судейская категория (международная, национальная). Определяется она знаниями требований вида спорта, правил судейства [4, 5] и опытом работы в качестве судьи, то есть, в большинстве случаев априорно (до соревнований).

Отрицательные морально-этические и психологические характеристики судей в значительной мере проявляются во время соревнований при возникновении у них личных и/или корпоративных интересов. Например, достаточно часто возникают такие ситуации, когда тренеры, будучи судьями на соревнованиях, неумышленно оценивают уровень подготовленности своих спортсменов более высоким баллом, поскольку они убеждены в том, что их ученики лучше других. Это объяснимо, ведь тренер вкладывает в учеников душу и огромное количество времени и сил (как любящая мать, которая всегда убеждена в том, что ее ребенок самый лучший). Выступление акробатов на соревнованиях – это образ, созданный с помощью акробатических элементов, музыки, хореографии, костюмов и т. п. Поскольку для тренера – это плод его труда, его фантазии, его творчества, ему, естественно, нравится и музыка, и стиль хореографии, и соревновательный костюм. Но это не означает, что этот образ должен обязательно понравиться всем остальным судьям. И если оценки демонстрируют серьезные разногласия судей по поводу выступления пары/группы, то у судьи-тренера это может вызвать недоумение, а нередко и негодование. Помимо эмоциональных проявлений присутствие ошибок подобного рода выявляют наличие значительных отклонений персонифицированных оценок от среднего значения последних.

Существуют и другие причины появления недостоверных оценок.

При согласовании личных/корпоративных интересов внутри группы судей появляется смещенная оценка судейской бригады, способная существенно исказить истинное положение дел.

Несмотря на то, что на качестве подготовки спортсменов отрицательно сказываются как завышение, так и занижение интегральных судейских оценок и поэтому их выявление просто необходимо [6], наличие смещенных оценок определить весьма сложно. Тем не менее, можно предположить, что именно такие оценки преобладают на республиканских соревнованиях. Это предположение строится на двух основаниях.

Во-первых, судьями на таких соревнованиях являются сами тренеры (обеспечение соревнований нейтральными судьями на современном этапе не представляется возможным в силу отсутствия таковых в стране в достаточном количестве). При оценивании выступлений, тренеры стремятся к обеспечению получения своим воспитанником максимально высокого результата (от этого напрямую зависит заработная плата тренера, его карьерный рост и т. п.).

Во-вторых, по результатам чемпионата и кубка (для взрослых акробатов) и первенства (для юниоров) Республики Беларусь осуществляется отбор в члены национальной и сборной команд, формирование составов делегаций для участия в соревнованиях европейского и мирового уровня (что также несет с собой моральные и материальные выгоды не только спортсмену, но и тренеру).

С целью подтверждения высказанной гипотезы автором был проведен сопоставительный анализ результатов республиканских и международных соревнований в период с 2006 по 2012 гг. (для примера на рисунке 1 представлены оценки за исполнение в женских тройках).

Анализ показал, что в период с 2008 по 2012 гг. белорусские спортсмены ни разу не подтвердили на чемпионатах мира и Европы оценки, полученные на республиканских стартах. Более того, «домашние» оценки за исполнение и артистизм всегда оказывались до балла выше оценок чемпионов мира/Европы, причем окончательные оценки за выступление наших спортсменов на национальных соревнованиях в ряде случаев превышали оценки чемпионов мира на 1,5 балла.

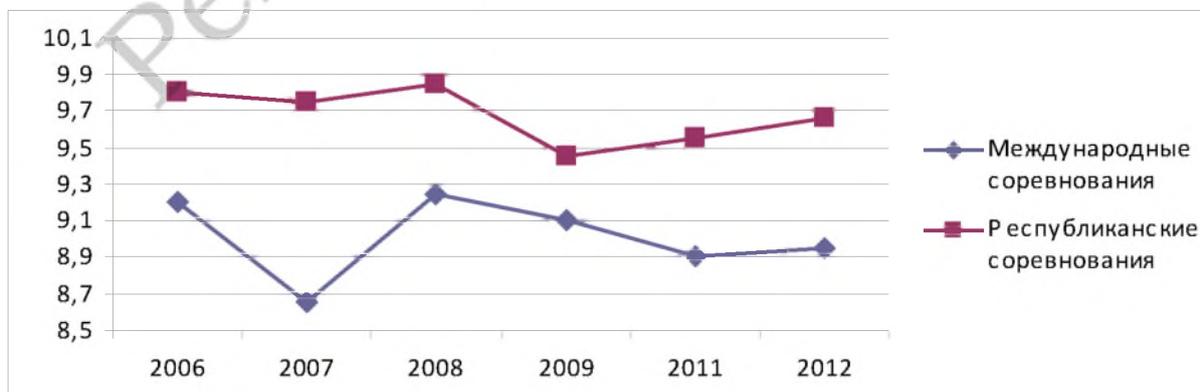


Рисунок 1 – Оценки за исполнение белорусских женских троек на чемпионатах мира (Европы) и чемпионатах Республики Беларусь⁶

⁶ Белорусская тройка не принимала участие в чемпионате мира 2010 года.

Таким образом, существующие в международных правилах судейства механизмы коррекции (уменьшения разброса) оценок (назначение в качестве председателя судейской бригады наиболее квалифицированного судьи и наделение его полномочиями указывать судьям, допустившим ошибки, на необходимость изменения (уменьшения/повышения) оценки), как показывает проведенный анализ, не обеспечивают приведение национальных оценок к международным. Привлечение же к судейству финальных соревнований нейтральных судей (по международным правилам финальные соревнования должны оценивать судьи из стран, чьи спортсмены не попали в число финалистов) и нивелирования с их помощью предвзятости судейства в силу малобюджетности акробатики в настоящее время является весьма проблематичным.

В качестве альтернативного, но временного (!) приема повышения корректности управляющих воздействий, формируемых на основе судейских оценок, целесообразно использовать масштабирование «домашних» оценок с целью приведения последних к уровню международных. Расчет масштабных коэффициентов в текущем соревновательном цикле (K_i) можно проводить по следующей упрощенной формуле:

$$K_i = \frac{О_{M_{i-1}} \times О_{M_{i-2}}}{О_{D_{i-1}} + О_{D_{i-2}}},$$

где $О_{M_{i-1}}$ ($О_{M_{i-2}}$) – оценка белорусского состава (пары/группы) на чемпионате мира/Европы в предыдущем году (за два года до текущих соревнований);

$О_{D_{i-1}}$ ($О_{D_{i-2}}$) – оценка белорусского состава (пары/группы) на республиканских соревнованиях в предыдущем году (за два года до текущих соревнований).

Используя такой прием, спортсмены и тренеры могут до начала международных стартов с приемлемой точностью прогнозировать ожидаемые оценки на главных стартах сезона. Такие прогнозные оценки для женских троек представлены в качестве примера на рисунке 2.



Рисунок 2 – Прогнозные оценки за исполнение белорусских женских троек на чемпионатах мира (Европы)

Для получения более точных прогнозов рекомендуется при возможности увеличивать число слагаемых в числителе и знаменателе вышеприведенной формулы расчета масштабных коэффициентов. Подчеркнем, масштабирование не исключает необходимости повышения достоверности «домашних» оценок (это имманентная задача). Последнее тем более важно, что работа судьи не ограничивается только определением оценки на соревнованиях. Она предполагает также действия по организации соревнований, управлению соревновательной деятельностью, фиксации результатов соревнований [6].

Кроме того, согласно международным требованиям, судья, оценивающий выступление акробатов, обязан определить и зафиксировать свою оценку в течение 20 секунд после окончания упражнения [4]. Поэтому крайне важным является наличие судейской практики – реальные ситуации, возникающие во время выступлений на соревнованиях, и опыт взаимодействия с другими судьями обучают судей, помогают им развивать скорость мышления и реакцию.

Однако приобретение указанных навыков полностью переносить на практику соревнований нецелесообразно. Необходимы специальные тренажеры, демонстрирующие реальные выступления спортсменов на соревнованиях, предполагающие их оценивание в реальном масштабе времени и последующее сравнение оценок обучаемых с оценками реальной судейской бригады.

В заключение отметим: поскольку основным мерилom эффективности подготовки спортсменов, их успешности, да и белорусской акробатики в целом является количество завоеванных на мировых и европейских соревнованиях медалей, вся республиканская система подготовки акробатов должна быть нацелена на максимальный результат. При этом в условиях жесткой конкуренции и увеличения количества стран, претендующих на призовые места на чемпионатах мира и Европы во всех видах акробатики, роль отечественных судей, хотя это может звучать парадоксально, должна существенно возрастать. Поскольку именно объективная оценка судей (а не их договоренность) должна играть основную роль в распределении медалей внутреннего чемпионата, то есть в определении из множества белорусских акробатов реальных претендентов на медали со-

революций мирового/европейского уровня. Очевидно, что оценки судей станут по-настоящему действенным инструментом управления, если они будут определяться в полном соответствии с международными правилами.

1. Вайсфельд, Л. В. Психологические особенности хоккейных судей / Л. В. Вайсфельд // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 1. – С. 41.
2. Вихров, К. Л. Подготовка футбольного арбитра / К. Л. Вихров. – Киев: Здоров'я, 1987. – 200 с.
3. Гезенцвей, В. Р. Судейство соревнований по волейболу / В. Р. Гезенцвей, А. А. Потапник. – М.: ФиС, 1968. – 88 с.
4. 00-4 Acro CoP 2013-2016 (Russian) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fig-gymnastics.com/vsite/vnavsite/page/directory/0,10853,5187-188050-205272-nav-list,00.html>. – Дата доступа: 15.02.2013.
5. 03-6 ACRO specific Judges rules 2013-revised_13.02.2013 (English) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fig-gymnastics.com/vsite/vnavsite/page/directory/0,10853,5187-188050-205272-nav-list,00.html>. – Дата доступа: 15.02.2013.
6. Хайрулин, А. Р. Профессиограмма спортивного судьи на примере спортивных единоборств / А. Р. Хайрулин, О. Г. Энов // Теория и методика спорта высших достижений. – М.: ВНИИФК. – С. 8–11.

РАЗЛИЧНЫЕ СТРАТЕГИИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ К ОЛИМПИЙСКИМ И ДРУГИМ СТАРТАМ С УЧЕТОМ ВРЕМЕННОЙ И КЛИМАТИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

Навицкий И.А., Шут С.А.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Анализируя календарь соревнований, можно отметить, что наиболее интенсивная часть программы приходится на утренние (с 10 до 12) и вечерние (с 15 до 19) часы, т. е. на то время суток, которое ближе всего к естественным подъемам работоспособности [3]. Поэтому знание и рациональное использование биологических ритмов может существенно помочь в процессе подготовки и выступления на соревнованиях.

Но спортсменам высокого класса приходится выступать и на соревнованиях, которые проводятся не в соответствии с биологическими ритмами, т. е. в неблагоприятное время суток. Это в первую очередь связано с ростом уровня выступления наших спортсменов, поэтому им все чаще и чаще приходится выезжать на соревнования в другие страны, где время суток не соответствует привычному.

Так, например, участнику Олимпийских игр в Пекине Андрею Гордееву пришлось бежать марафон в 3 часа ночи по белорусскому времени, когда в то же время в Пекине было 8 часов утра. Приехав в Пекин всего лишь за 3 дня до старта, он не смог пройти акклиматизацию, что не позволило ему показать хороший результат. Более того, из-за плохого самочувствия ему даже пришлось сойти с дистанции.

Особенно актуален этот вопрос в настоящее время, так как Олимпийские игры 2016 года пройдут в Рио-де-Жанейро (Бразилия). Старты во многих видах спорта будут начинаться в ночное время суток, когда в Беларуси люди спят. Поэтому необходима специальная подготовка к этим условиям.

О важном значении временной адаптации знали уже в начале 30-х гг. XX века. Примером служит олимпийский чемпион в марафонском беге Хуан Карлос Забала (Лос-Анджелес, 1932 г.). За полтора месяца до начала Олимпийских игр Забала вместе с тренером Александром Стирлингом отправился в Лос-Анджелес, чтобы непосредственно на месте пройти период акклиматизации. Разница во времени между аргентинским городом Росарио, где родился и жил будущий чемпион, и Лос-Анджелесом составляет 5 часов. 25 июня 1932 года они прибыли в столицу Игр. Трасса марафона уже была известна. Стирлинг обратил внимание на один серьезный подъем за несколько километров до финиша и дал задание Забале постараться до этого места сохранить как можно больше сил и только на подъеме предпринять затяжной спурт. То, что это было правильное решение, подтвердилось 7 августа 1932 года, когда двадцатилетний Хуан Карлос Забала стал олимпийским чемпионом и показал рекордный на то время результат – 2:31.36,0. Кто знает, как бы все обернулось для молодого спортсмена, если бы он не приехал заранее на место соревнований ради акклиматизации. Вполне вероятно, что ему вряд ли бы удалось тогда достичь столь высокого результата [4].

Все мы помним триумфальную победу белорусских хоккеистов над шведами на Олимпийских играх в Солт-Лейк-Сити в 2002 году, где белорусы заняли высокое четвертое место. Большую роль на пути к этому результату сыграла подготовка хоккеистов перед соревнованиями. Находясь в Минске, они арендовали лед для тренировок в ночное время и тренировались в соответствии с расписанием предстоящих игр в Солт-Лейк-Сити. Разница во времени между Минском и Солт-Лейк-Сити составляет 10 часов, поэтому после ночных тренировок и для быстрой акклиматизации белорусские хоккеисты спали днем.

К вопросам временной акклиматизации серьезно подходят и в других странах. Так, например, сборная Российской Федерации по легкой атлетике при подготовке к чемпионату мира 2007 года в Осаке проводила акклиматизационный сбор во Владивостоке. Спортсмены прибыли на место сбора 8 августа. Первые три дня были проблемы: когда нужно было спать – бодрствовали, когда выходили на тренировку – засыпали. Но это