

1. Михайлов, В.М. Нагрузочное тестирование под контролем ЭКГ: велоэргометрия, тредмилл-тест, степ-тест, ходьба / В.М. Михайлов. – Иваново: ООО ИИТ «А-Гриф», 2005. – 440 с.
2. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия: учеб. пособие / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова – М.: Советский спорт, 2004. – 304 с.
3. Principles of exercise testing and interpretation / K. Wasserman [et al.]. – 2nd ed. London: Lea and Febiger, 1994. – 275 p.
4. Карпман, В.Л. Тестирование в спортивной медицине / В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И.А. Гудков. – М.: ФИС, 1988. – 208 с.
5. Similarities in the profile of cardiopulmonary exercise testing between patients with hypertrophic cardiomyopathy and strength athletes / A. Anastasakis [et al] // Heart. – 2005. – Vol. 91 (11). – P. 1477–1478.

## **РОЛЬ НАСЛЕДСТВЕННОГО ФАКТОРА В ДОСТИЖЕНИИ УСПЕХОВ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНКЕТНОГО ОПРОСА ТРЕНЕРОВ)**

***Баранцев Ю.А.,***

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Постоянный рост мировых спортивных рекордов свидетельствует о том, что физические возможности человека далеко не исчерпаны. Если три-четыре десятилетия назад мировой рекорд мог установить человек, преданный спорту, посвятивший свою жизнь этой деятельности и перенесший достаточно значительные и продолжительные тренировочные нагрузки, то сегодня спортивные рекорды настолько высоки, что указанных условий уже недостаточно. Теперь для достижения спортивных результатов мирового значения требуется еще и спортивная одаренность, а для мировых рекордов – спортивная гениальность [7].

Осознание того, что высокие достижения в спортивной деятельности возможны только при наличии спортивной одаренности, пришло не сразу. Для 60-х и 70-х годов была свойственна дискуссия о том, что является решающим в достижении спортивных успехов, природная талантливость или труд, воспитание, тренировка. В этой дискуссии часто звучали крайние точки зрения.

Характерным для прошлых лет может быть высказывание известного лыжника В. Веденина о том, что чемпионом может стать любой целеустремленный человек [8].

В последние годы уже стали преобладать представления, согласно которым спортивная одаренность предполагает комплекс природных качеств, дающих возможность достичь спортивных вершин в процессе многолетней тренировки [10]. На сегодняшний день широко известно, что одаренность спортсмена – это относительно консервативное свойство, в основе которого содержатся природные задатки [5].

Современную точку зрения на спортивный талант отражает также высказывание профессора Л.П. Сергиенко [7]: «Спортивный талант – это высокий уровень развития способностей, определяющих успехи в спортивной деятельности».

Таким образом, по мнению многих авторов [4, 5, 7, 8, 10], в основе спортивной одаренности содержатся врожденные физические задатки, определяющие индивидуальный уровень спортивных возможностей, которые развиваются и проявляются в процессе спортивной деятельности.

В настоящее время общепризнано, что без природных предпосылок (задатков) к тому или иному виду деятельности трудно добиться значительных успехов. Доктор биологических наук Э.Г. Мартиросов [3] отмечает, что систематические упражнения, тренировка оказывают значительное влияние в плане реализации генетического потенциала, но это происходит

только в пределах, обусловленных генотипом. С другой стороны, природные предпосылки могут развиваться до высочайшего предела только при адекватных условиях внешней среды, мотивации, рациональном обучении и тренировке (рисунок) [9]. Отсюда следует, что от природной одаренности зависит не сам успех, а только вероятность его достижения.

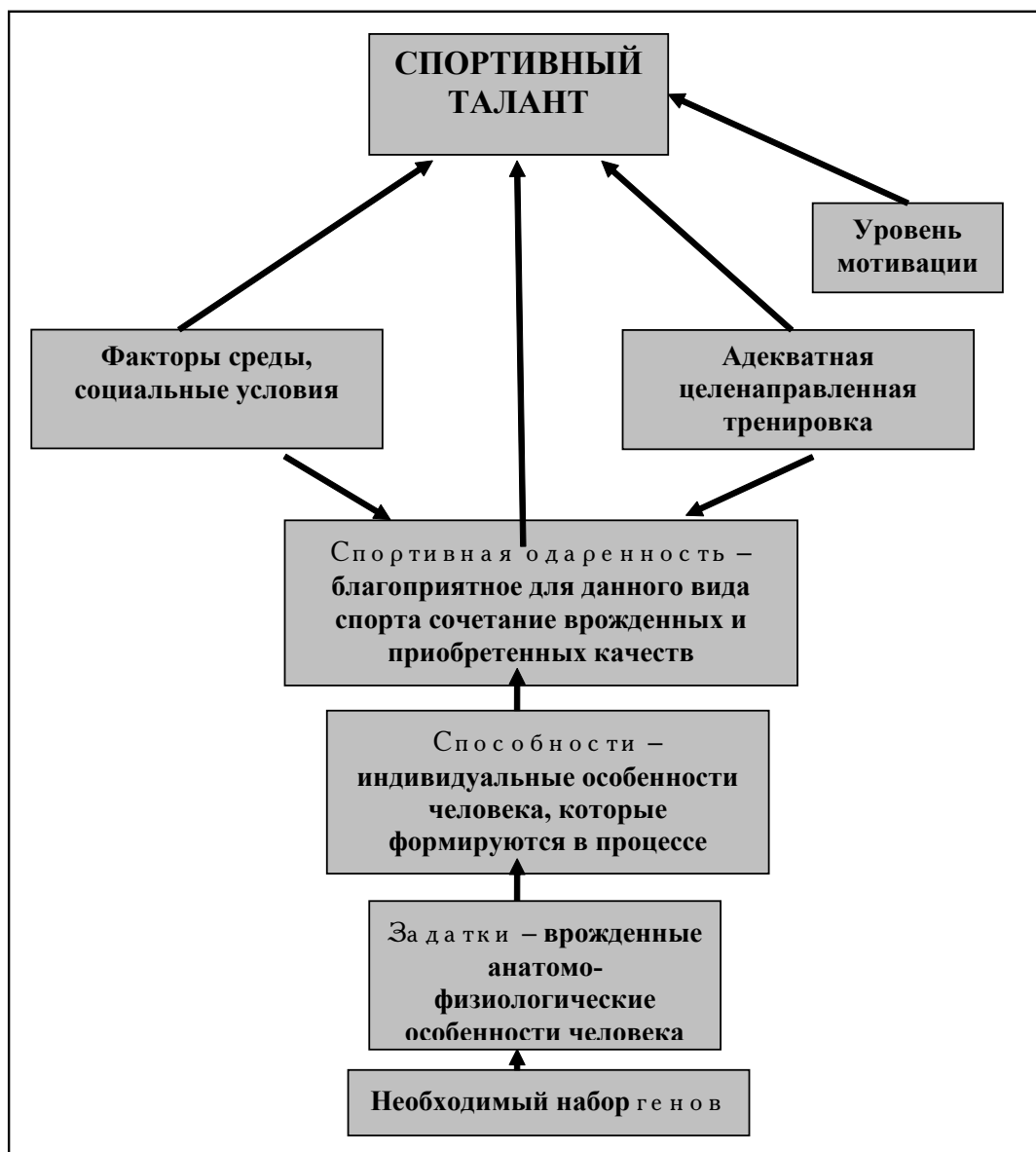


Рисунок – Слагаемые спортивных успехов, таланта (В.Д. Сячин, 1992)

Наследственный фактор в значительной степени определяет физическое развитие, формирование двигательных качеств, аэробную и анаэробную производительность, величину прироста функциональных возможностей под влиянием спортивной тренировки [2]. Поэтому роль врожденных физических задатков в достижении высоких результатов в любом виде спорта очень важна.

В то же время значительное количество ошибок отбора и прогнозирования спортивных способностей спортсменов происходят из-за недоучета наследственных факторов. Часто на практике тренеры для оценки перспективности спортсмена используют только педагогические тесты, которые являются малоэффективными, так как позволяют судить лишь о подготовленности юного спортсмена на данный момент исследования и не дают возможности сделать долговременный прогноз [6]. Американский специалист R.L. Ebel [12] считает, что

тесты в меньшей мере следует использовать для прогнозирования и в большей мере – для стимулирования достижений. Нередко акселераты, имеющие высокие функциональные показатели, усиленно тренируются, а ретарданты, имеющие врожденные, но не раскрытые спортивные способности, отсеиваются на ранних этапах спортивного отбора [6].

В то же время для каждого тренера важно не только подготовить спортсмена высокого класса, но и сделать это без вреда для его здоровья и с наименьшими затратами времени. Неадекватный выбор спортивной специализации или стиля соревновательной деятельности, как показывают современные исследования, резко замедляет рост спортивного мастерства и ограничивает уровень спортивных достижений, а также является фактором риска для здоровья спортсмена [11]. Согласно этому, незнание элементарных законов генетики недопустимо для спортивного педагога [1].

С целью изучения мнения тренеров о роли врожденных физических задатков при достижении высоких спортивных результатов, было проведено анкетирование с участием 67 тренеров по легкой атлетике (различных дисциплин) разной квалификации: без категории (n=11), вторая категория (n=5), первая категория (n=23), высшая категория (n=28).

Изучались мнения тренеров с различной теоретической и практической подготовкой, проводящих подготовку как детских, так и взрослых команд, работающих в различных условиях.

Среди опрошенных – заслуженные тренеры БССР Е.С. Ковбан, И.П. Гордеенко, Б.А. Хролович, А.Л. Лобанов, В.Ф. Русских, И.А. Денисов и другие ведущие специалисты по легкой атлетике.

Респондентам необходимо было ответить на один вопрос и вопрос-утверждение:

Вопрос. «Спортсмен, не обладающий врожденными физическими задатками, может достичь высоких спортивных результатов в современном спорте?»

Варианты ответов: да, нет, затрудняюсь ответить, только с применением запрещенных препаратов, свой вариант ответа. Были получены следующие ответы: «Нет» – 30 человек (44,78 %); «Да» – 18 человек (26,87 %); «Затрудняюсь ответить» – 10 человек (14,93 %); «Только с применением запрещенных препаратов» – 9 человек (13,43 %).

Вопрос-утверждение. «Согласны ли Вы с так называемой «формулой успеха в спорте», что высокий спортивный результат состоит из 10 % таланта и 90 % труда»? Одновременно было предложено 3 варианта ответов: да, нет (напишите свою «формулу успеха в спорте»), затрудняюсь ответить. Полученные данные представлены в таблице.

Таблица – Мнения тренеров о соотношении таланта и труда в достижении успеха в спорте

Соотношение таланта и труда в достижении успехов в спорте ( <i>талант/труд</i> )	Количество человек, n	%
10/90	33	49,25
50/50	19	28,36
30/70	4	6
25/75	3	4,48
40/60	1	1,49
70/30	1	1,49
Затрудняюсь ответить	6	8,96
ВСЕГО	67	100

**Результаты и обсуждение проведенных исследований.** На первый вопрос 44,78 % тренеров ответили, что спортсмен не обладающий врожденными физическими задатками, не сможет достичь высоких спортивных результатов в современном спорте. Гораздо меньший процент тренеров (26,87 %) считают, что вполне возможно спортсмену, не обладающему врожденными физическими задатками, добиться спортивных успехов в современном спорте. Около 15 % тренеров затруднились ответить на данный вопрос. Менее 14 % тренеров ответили, что возможно показать высокие спортивные результаты только с применением запрещенных препаратов.

Большинство тренеров (49,25 %) согласны с утверждением, что высокий спортивный результат состоит из 10 % таланта и 90 % труда. Однако значительная часть тренеров (28,36 %) предложили свою «формулу успеха в спорте»: 50 % таланта и 50 % труда. Около 6 % опрошенных тренеров считают правильной «формулу»: 30 % таланта и 70 % труда.

Полученные результаты анкетирования показали, что, по мнению большинства тренеров, роль наследственного фактора в спортивной деятельности достаточно велика. В процессе учебно-тренировочного процесса используемые средства и методы тренировки должны способствовать устойчивому подкреплению врожденных, биологически обусловленных способностей юных спортсменов. В связи с вышеизложенным, можно сделать вывод о том, что даже самые современные методы подготовки не могут обеспечить достижения мирового уровня, если спортсмен не обладает комплексом генетически детерминированных факторов, определяющих уровень потенциальных возможностей спортсменов экстра-класса.

1. Бриль, М.С. Отбор в спортивных играх / М.С. Бриль. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
2. Волков, В.М. Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
3. Мартиросов, Э.Г. Системная организация соматического статуса спортсменов и классификация спортивных специализаций / Э.Г. Мартиросов // Морфогенетические проблемы спортивного отбора: сб. научных трудов / Под. ред. Э.Г. Мартиросова. – М., 1988. – С. 5–30.
4. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для институтов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 271 с.
5. Матвеев, Л.П. Теория и практика физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 453 с.
6. Пустозеров, А.И. Диагностика спортивных способностей методом дерматоглифики / А.И. Пустозеров, Т.М. Мелихова. – Челябинск: УралГАФК, 1996. – 32 с.
7. Сергиенко, Л.П. Основы спортивной генетики: учеб. пособие / Л.П. Сергиенко. – Киев: Вища шк., 2004. – 631 с.
8. Соколик, И.Ю. Современные проблемы отбора и диагностики спортивной одаренности / И.Ю. Соколик. – Минск: БГПУ, 1998. – 112 с.
9. Сячин, В.Д. Отбор и спортивная ориентация в видах легкой атлетики, требующих проявления выносливости: методические разработки для студентов и слушателей ФПК и ВШТ ГЦОЛИФКа / В.Д. Сячин. – М: ГЦОЛИФК, 1992. – С. 8.
10. Тимакова, Т.С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация / Т.С. Тимакова. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 145 с.
11. Шапошникова, В.И. Хронобиология и спорт: монография / В.И. Шапошникова, В.А. Таймазов. – М.: Советский спорт, 2005. – 180 с.
12. Ebel, R.L. The Social Consequences of Education Testing. In b. "Test Problems in Perspective" / R.L. Ebel. – USA, 1966. – P. 49–50.