

СТРАТЕГИЯ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ

В статье определены стратегические направления подготовки акробатов высокого класса, актуальные в современных условиях развития вида спорта. Построение подготовки с учетом разработанных рекомендаций позволит тренерам и спортсменам адаптироваться к современным требованиям для сохранения лидирующих позиций на международной арене.

Strategic directions for highly qualified acrobats training urgent in modern conditions of the kind of sport development are defined in the article. Training construction taking into account the developed recommendations will allow coaches' and athletes' adaptation to modern requirements aimed at maintenance of leading positions in the international arena.

При подготовке спортсменов к крупным соревнованиям, таким как олимпийские игры, мировые и континентальные чемпионаты, по мнению ряда специалистов, возникает много проблем, связанных с прогнозированием соотношения сил и оптимальной стратегии подготовки [1, 2, 3].

Крайне важным является понимание того, что стратегия определяет не только направление подготовки, но и ее содержание. Неумение предвидеть неизбежно назревающие в любом виде спорта с той или иной периодичностью серьезные перемены, игнорирование комплексного и творческого подхода к долгосрочному прогнозированию и планированию подготовки могут привести к серьезному отставанию и даже к кризисной ситуации. От того, насколько правильно сформирована стратегия подготовки, во многом зависит конечный результат – успешность выступления на соревнованиях.

Динамика развития акробатики определяется изменениями нормативных документов, создаваемых международной федерацией. Будучи согласными или не согласными с новациями (прогрессивными или регressiveными по отношению к виду спорта), тренеры и спортсмены должны определять систему своей подготовки с их учетом.

Создание нормативной базы в акробатике сопряжено с четырехлетними циклами. Так, значительно упрощенные требования цикла 2001–2004 гг., преследовавшие преимущественно цель привлечения большего количества стран к участию в мировых соревнованиях, привели к тому, что соревновательные программы победителей и призеров представлялись суммарной сложностью более 800 единиц, хотя спортсмены не выполняли технически сложных элементов. При этом их композиции не обладали зрелищностью, поскольку представляли собой совокупность многократно повторяющихся простых элементов. Например, на чемпионате мира 2004 г. (Франция) представительницы Австралии завоевали серебряную медаль среди женских троек, не выполнив при этом в упражнении ни одного двойного сальто. Для сравнения, максимальная сложность среди всех видов акробатики на последнем чемпионате мира 2010 г. (Польша) составила 247 единиц. Для того чтобы набрать ее, спортсмены в настоящее время выполняют тройные сальто с одновременным вращением вокруг поперечной и продольной осей.

Период с 2005 года по настоящее время можно назвать стабильным в отношении правил соревнований и, соответственно, требований, предъявляемых к подготовке спортсменов. Дальнейшее развитие вида спорта, как показал 2-й Международный симпозиум Международной федерации гимнастики (ФИЖ), прошедший 4–8 сентября 2011 г. (Берлин, Германия), также не будет сопровождаться кардинальными изменениями, по крайней мере до конца 2016 г. Вместе с тем конкуренция на мировой акробатической арене постоянно возрастает, а «запас прочности» наших спортсменов снижается – результаты призеров отличаются незначительно, а нередко на сотые доли балла. Об этом свидетельствуют результаты двух последних чемпионатов мира (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты призеров чемпионатов мира в разных видах акробатики

Вид акробатики	Чемпионат мира 2008 г. (Португалия)			Чемпионат мира 2010 г. (Польша)		
	Место			Место		
	1-е	2-е	3-е	1-е	2-е	3-е
	результат (баллы)			результат (баллы)		
Мужские пары	28.662	28.609	28.503	28.662	28.506	28.052
Женские пары	28.740	28.716	28.658	28.709	28.502	28.001
Смешанные пары	28.812	28.801	28.801	28.600	28.300	27.858
Женские тройки	28.758	28.732	28.400	28.650	28.320	28.920
Мужские четверки	28.751	28.720	28.550	28.854	28.801	28.552

Для выявления механизмов обеспечения конкурентоспособности национальной команды Республики Беларусь рассмотрим результаты чемпионатов мира и Европы за период 2005–2011 гг. Их анализ показывает, что уровень подготовленности белорусских акробатов значительно отличается по видам акробатики и всем трем компонентам мастерства [4, 5, 6]: техника исполнения парно-групповых и индивидуальных элементов; трудность этих элементов; артистизм, проявляемый при выполнении соревновательной программы.

Максимально приближенной к оценкам победителей чемпионатов мира и Европы на протяжении анализируемого периода является оценка за трудность женских троек, мужских и женских пар (рисунок 1, 2, 3). Наиболее высокого уровня артистизма среди представителей белорусской команды удается достичь женским парам (рисунок 4). Во всех остальных видах акробатики, несмотря на то, что оценки наших спортсменов по трем компонентам мастерства располагаются в пределах призовых мест, отставание от чемпионов является более существенным. Примеры показаны на рисунках 5 и 6.

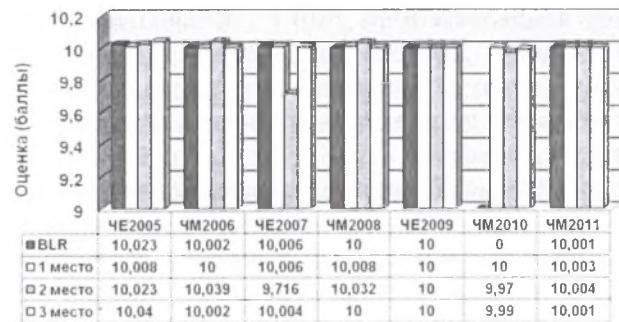


Рисунок 1 – Оценки за трудность упражнений женских групп на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

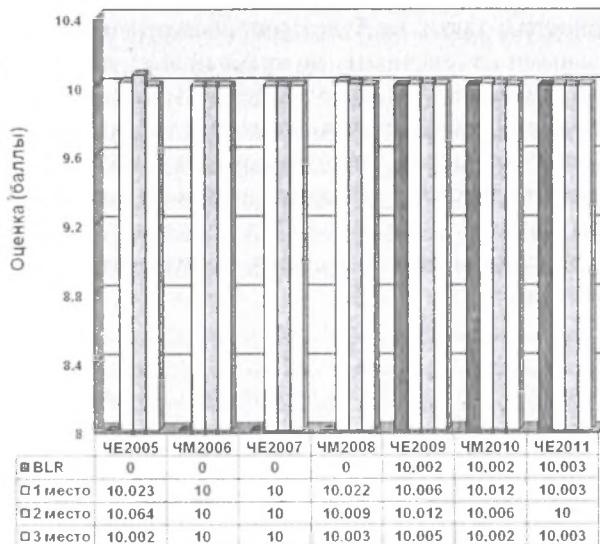


Рисунок 2 – Оценки за трудность упражнений мужских пар на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

¹ Под «трудностью» в акробатике понимают сложность элементов, выраженную в единицах.

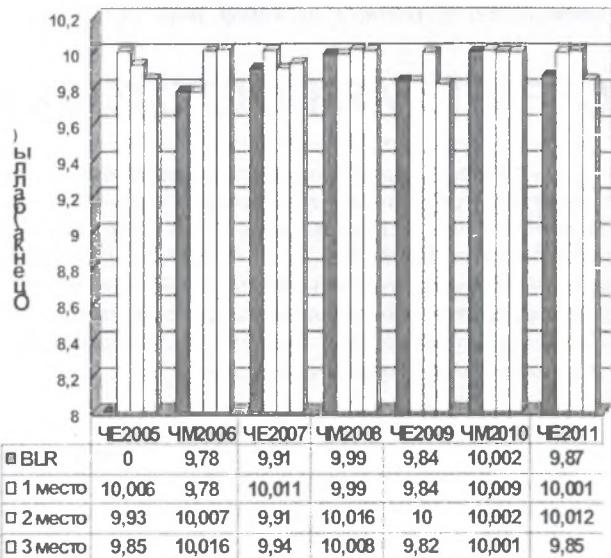


Рисунок 3 – Оценки за трудность упражнения женских пар на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

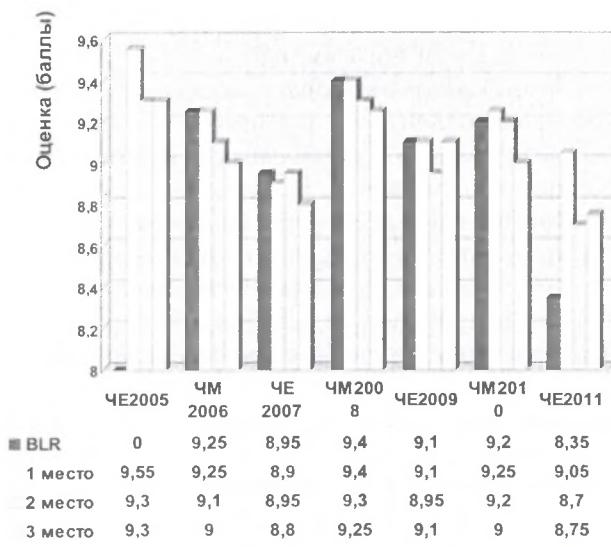


Рисунок 4 – Оценки за артистизм женских пар на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

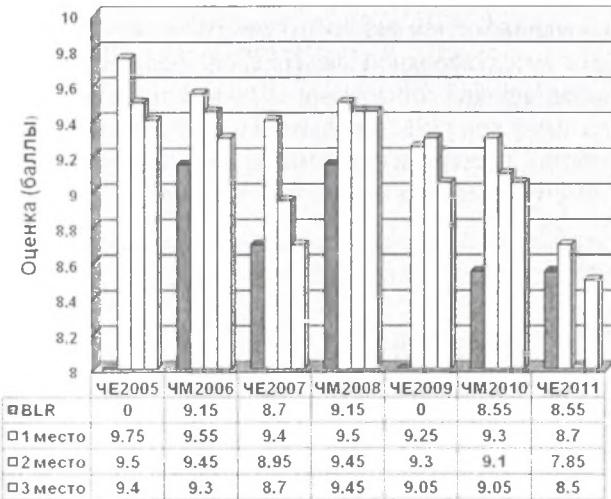


Рисунок 5 – Оценки за технику исполнения смешанных пар на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

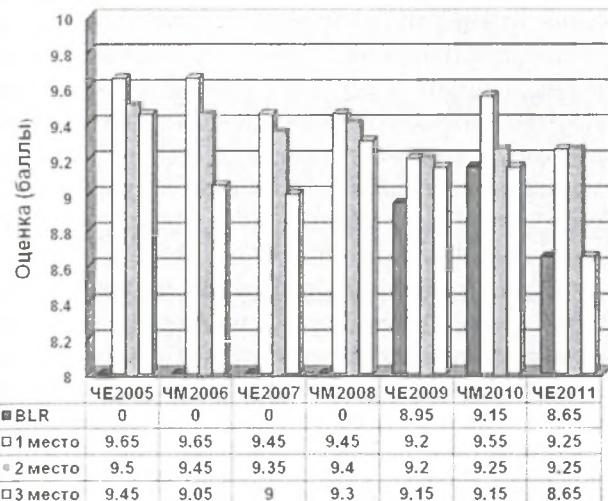


Рисунок 6 – Оценки за технику исполнения мужских пар на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

Достигнутые результаты, обеспечивавшие до последнего времени получение медалей, обусловлены тем, что в нашей стране с 2002 г. подготовка акробатов высшей квалификации осуществлялась в соответствии с концепцией стратегического менеджмента [7, 8, 9], предусматривающей совершенствование техники и повышение артистизма при увеличении сложности соревновательных программ до определенной величины («мера достаточности» сложности составляла 230 единиц в финальном упражнении для взрослых спортсменов), а также нацеливание системы подготовки не только на внутреннюю, но и на внешнюю среду (сборные команды соперников).

На современном этапе развития акробатики данный подход сохраняет свою актуальность, однако требует адаптации.

Анализ судейских оценок по всем видам акробатики и компонентам мастерства позволяет выявить следующую закономерность. Величина оценок лидеров основных соревнований за технику исполнения и артистизм изменяется волнообразно.

К примеру, максимальная оценка за технику исполнения в женских тройках на чемпионате Европы 2005 г. (Греция) составила 9,75 балла. На следующем старте (чемпионат мира 2006 г., Португалия) максимум оценки составил 9,4 балла, а на чемпионате Европы 2007 г. (Нидерланды) победители смогли получить лишь 9,3 балла. Далее, после резкого повышения максимальной оценки на чемпионате мира 2008 г. (Великобритания) до 9,75 балла, произошло ее падение: чемпионат Европы 2009 г. (Португалия) – 9,5; чемпионат мира 2010 г. (Польша) – 9,5; чемпионат Европы 2011 г. (Болгария) – 9,3 балла (рисунок 7).

Другой пример: в смешанных парах, максимальная оценка за артистизм на протяжении исследуемого периода снизилась на 0,9 балла. На чемпионате Европы 2005 г. (Греция) она составила 9,7 балла, на

чемпионате мира 2006 г., (Португалия) – 9,6; на чемпионате Европы 2007 г. (Нидерланды) – 9,5; на чемпионате мира 2008 г. (Великобритания) – 9,4 балла. На следующий год (чемпионат Европы 2009 г., Португалии) максимальная оценка удержалась на уровне 9,4 балла, а в последующем продолжала снижаться: 9,3 балла – чемпионат мира 2010 г. (Польша) и 8,8 балла – чемпионат Европы 2011 г. (Болгария).

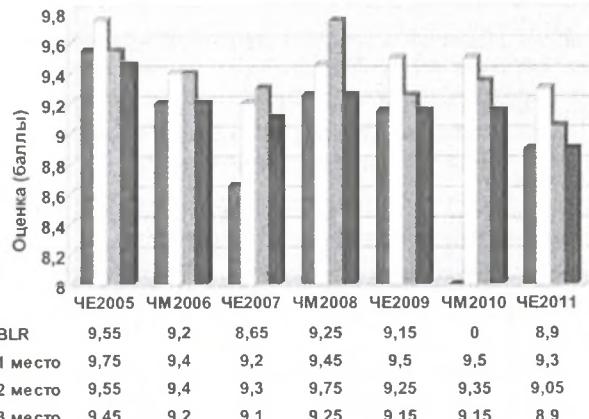


Рисунок 7 – Оценки за технику исполнения женских групп на чемпионатах мира и Европы 2005–2011 гг.

В женских парах ситуация подобна. Максимум оценки за технику исполнения составил в 2005 г. 9,65 балла; в 2006 г. – 9,5; в 2007 г. – 9,35; в 2008 г. – 9,35; в 2009 г. – 9,0; в 2010 г. – 9,45; в 2011 г. – 8,8 балла. В оценках за артистизм в этом виде акробатики волнообразность изменений прослеживается еще более явно. Максимально высокой оценка была на чемпионате Европы в 2005 г. Она составила 9,55 балла. Далее она снижалась: чемпионат мира 2006 г. – 9,25 балла; чемпионат Европы 2007 г. – 8,9 балла. Затем, на чемпионате мира 2008 г., максимальная оценка возросла до 9,4 балла и снова начала снижаться с небольшими колебаниями: чемпионат Европы 2009 г. – 9,1; чемпионат мира 2010 г. – 9,25; чемпионат Европы 2011 г. – 9,05 балла.

Объяснить это можно следующим образом: достижение лидерами мировой акробатики уровня подготовленности, приближенного к максимуму, ведет к «кризису оценивания». Естественной реакцией на него является пропорциональное ужесточение судейских оценок: чем ближе качество исполнения соревновательных программ лидерами, тем ниже балльные оценки. Это стимулирует появление оригинальных, методически сложных и зрелищных элементов и композиций.

Можно полагать, что ужесточение оценок будет являться определяющей тенденцией в развитии акробатики в течение ближайшего четырехлетнего цикла. Введение требований, снижающих уровень сложности и зрелищности, маловероятно: подобный опыт, как указано выше, имевший место в 2001–2004 гг., привел к отрицательному с позиции зрелищности и сложности эффекту.

Сложность – тот компонент мастерства, который, хоть и оценивается судьями, в большей степени определяется самими спортсменами, поскольку напрямую зависит от стоимости тех элементов, из которых сформирована соревновательная программа. Оценка по этому компоненту доведена лидерами главных соревнований во всех видах акробатики до уровня, превышающего 10,0 баллов (таблица 2).

Таблица 2 – Оценки за трудность упражнений победителей основных соревнований 2005–2011 гг.

Год проведения соревнований	Женские пары	Мужские пары	Смешанные пары	Женские тройки	Мужские четверки
2005	10.006	10.064	10.002	10.023	10.031
2006	10.007	10.000	10.000	10.039	10.000
2007	10.011	10.000	10.006	10.006	10.017
2008	10.016	10.022	10.012	10.032	10.020
2009	10.000	10.012	10.005	10.000	10.004
2010	10.009	10.012	10.008	10.000	10.004
2011	10.012	10.003	10.004	10.004	10.001

Следует понимать, что при условии жесткой конкуренции, близости результатов лидеров, даже незначительное отличие в оценке за трудность упражнений, определяемое тысячными балла, может стать решающим при распределении мест на пьедестале почета. Так, в финальных соревнованиях Кубка мира в г. Витязево (Россия), прошедших в сентябре 2011 г., победителями в женских тройках с результатом 28,304 балла стали представительницы Бельгии. Их основные соперницы, тройка из России, расположились на второй ступени пьедестала почести, проиграв 0,001 балла. Причем сумма оценок за технику исполнения и артистизм у обеих троек была одинаковой – 18,3 балла. Определяющей стала именно оценка за трудность. А на последнем, финальном Кубке мира в г. Форли (Италия), прошедшем 10–14 ноября 2011 г., ситуация стала «неразрешимой». В смешанных парах у представителей России и Португалии оценки были одинаковыми по всем трем компонентам мастерства: техника исполнения – 9,0; артистизм – 8,8; трудность – 10,003 балла.

Проведенный анализ позволяет сделать следующие выводы:

1. Незначительный разброс оценок лидеров мировых и европейских чемпионатов, вызванный достижением верхней границы мастерства текущего уровня развития акробатики, ведет к введению судейского оценивания с большей разрешающей способностью. Усиление таких подходов можно ожидать с 2012 года.

2. Существенное повышение общего уровня мастерства акробатов на международной арене, очевидно, потребует переоценки сложности (изме-

нения трудности) элементов: снижения стоимости широко культурируемых элементов (к примеру, подкидных бросков в женских тройках) и увеличения стоимости элементов со сложной методикой освоения (салто с многократным вращением вокруг нескольких осей, выходы силой в одной руке и др.). Такие изменения вероятны в ближайшем четырехлетнем цикле подготовки (2013–2016 гг.).

3. Для сохранения лидирующих позиций на мировой арене система подготовки акробатов нашей страны должна быть пересмотрена. Перспективным является нацеливание тренеров и спортсменов на изучение элементов структурных групп, позволяющих наращивать мастерство и сложность соревновательных программ, таких как:

- различные виды стоек на руках в одной руке партнера (в парах и группах);
- различные виды сальто с вращением вокруг вертикальной оси (по пирамиде);
- элементы с ловлей в руки в парах;
- элементы с ловлей на решетку в женских группах.

Таким образом, система подготовки акробатов высокого класса должна учитывать описанную динамику развития вида спорта и быть выстроена с учетом сделанных рекомендаций.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В.К. Контуры новой стратегии подготовки спортсменов олимпийского класса / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры . – 2001. – № 4. – С. 9–10.
2. Суслов, Ф.П. О стратегии соревновательной практики в индивидуальных видах спорта в олимпийские годы / Ф.П. Суслов // Теория и практика физической культуры . – 2002. – № 11. – С. 30–33.
3. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: в 5 т. / В.Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – Т. 4: Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – С. 459–463.
4. Кодекс оценок по спортивной акробатике. – М.: Федерация спортивной акробатики России, 2001. – 50 с., прил.
5. Code of Points Sports Acrobatics 2005–2008. Tables of difficulty. – Federation internationale de Gymnastique, 2004. – 178 p.
6. Кодекс оценок по спортивной акробатике. – М.: ФАР, 2008. – 64 с.
7. Морозевич, Т.А. Стратегия повышения эффективности подготовки акробатов / Т.А. Морозевич // Мир спорта. – 2002. – № 1 (6). – С. 10–12.
8. Кобринский, М.Е. Актуальные проблемы стратегического менеджмента в спортивной акробатике / М.Е. Кобринский, Т.А. Морозевич // Мир спорта. – 2002. – № 3–4 (8–9). – С. 3–5.
9. Морозевич, Т.А. Стратегия и тактика подготовки национальной сборной команды по акробатике / Т.А. Морозевич // Мир спорта. – 2004. – № 3 (16). – С. 16–19.

23.11.2011