

ных профессиональных команд, позитивного организационного опыта централизованной комплексной подготовки национальных сборных команд СССР (базы, методики, тренеры, медицинское сопровождение) и современных механизмов спортивного менеджмента явились основными факторами развития профессионального тенниса как специфического вида спортивной деятельности.

1. Алтухов, С.В. Государственное управление и рыночное саморегулирование экономики профессионального спорта в Российской Федерации: автореф. дис. ... канд. эконом. наук / С.В. Алтухов. – М., 2007. – 27 с.
2. Гуськов, С.И. Профессиональный спорт и российская действительность / С.И. Гуськов // Физическая культура и спорт в Российской Федерации: сб. ст. – М., 2000. – С. 66–85.
3. Платонов, В.М. Професіоналізація олімпійського спорту / В.М. Платонов // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 3–8.
4. Починкин, А.В. Становление и развитие профессионального коммерческого спорта в России: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А.В. Починкин; Московская гос. академия физ. культуры. – Малаховка, 2006. – 51 с.

## АНАЛИЗ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ ЛОШАДЕЙ В КЛАССИЧЕСКИХ ВИДАХ КОННОГО СПОРТА

*Васильева О.В., Горохова А.В.,*

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

**Введение.** В настоящее время в Республике Беларусь развиваются различные виды конного спорта. Однако самыми популярными традиционно считаются дисциплины, которые включены в программу Олимпийских игр, т. е. классические. К ним относятся выездка, конкур, троеборье. Специфика видов конного спорта обуславливает требования, предъявляемые к лошадям, отбор которых ведется по следующим критериям: морфологическим (порода, экстерьер); функциональным (здоровье и работоспособность); психофизиологическим (особенности высшей нервной деятельности); двигательным (качество аллюров и техника прыжка, развитие физических качеств) [1]. В процессе отбора необходимо учитывать приоритетные для каждой специализации двигательные качества спортивной лошади, дальнейшее развитие которых обуславливает формирование специфической техники, свойственной виду спорта.

Когда оценивают двигательную подготовленность спортивной лошади, рассматривают несколько компонентов: силу, скорость, прыгучесть, гибкость и выносливость. От специализации лошади зависит доля каждого компонента в процессе тренинга [2].

С целью дальнейшей оптимизации тренировочного процесса в конном спорте нами была поставлена **задача** определить приоритетные двигательные качества спортивной лошади в каждой из классических дисциплин конного спорта и выявить их оптимальное соотношение в процессе тренинга.

Анализ соревновательных программ в выездке, конкуре и троеборье позволил нам классифицировать эти виды следующим образом: выездка и конкур, насыщенные технически сложными элементами, относятся к сложнокоординационным видам конного спорта, троеборье является комплексной дисциплиной, сочетающей сложнокоординационные программы выездки и конкура с циклической программой полевых испытаний. По типу энергообеспечения мышечной деятельности выездка и конкур относятся к смешанному, аэробно-анаэробному виду, а полевые испытания в троеборье к аэробному. Эти данные необходимо учитывать при планировании специальной подготовки лошади. Таким образом,

для того чтобы оптимизировать многолетний тренинг в избранном виде спорта, необходимо учитывать его направленность на развитие специальных двигательных качеств спортивной лошади в той степени, которую определяет специфика каждой дисциплины.

Изучение и анализ техники выполнения элементов выездки позволяют говорить об их силовой и скоростно-силовой направленности. Большое значение для лошади, специализирующейся в выездке, имеет развитие прыгучести, которая влияет на равномерность движения лошади и каденцию, т. е. выраженность моментов подвисания на рыси и галопе. Высокий уровень развития гибкости обеспечивает выполнение элементов с большей амплитудой и максимальным задействованием всех суставов, что придает движениям выразительность. Комплексное развитие силы, скорости и прыгучести определяют мощность, которая выражается импульсом (т. е. активным, энергичным движением лошади вперед), что является важнейшим показателем подготовленности в выездке.

Анализ документов планирования тренировочной нагрузки в годичном цикле позволил нам определить оптимальное соотношение двигательной подготовки лошади в выездке (рисунок 1).

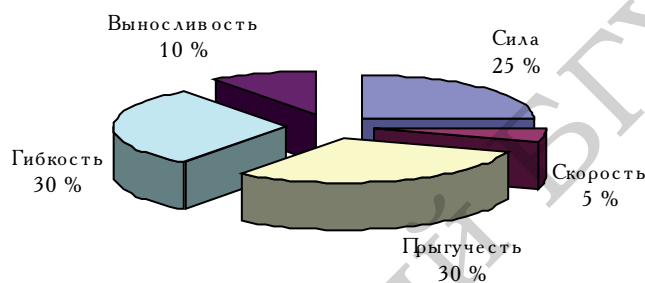


Рисунок 1 – Двигательная подготовка лошади в выездке

В подготовке конкурной лошади особую роль играет развитие скоростно-силового компонента (прыгучести). Это качество проявляется в способности лошади как можно быстрее разгибать задние ноги в момент отталкивания перед прыжком. Кроме этого, конкурная лошадь должна обладать достаточной силой, обеспечивающей мощность прыжка, и резвостью, необходимой для прохождения дистанции. Также для сохранения высокого уровня работоспособности лошади необходимо развивать прыжковую и скоростную выносливость. Подвижность суставов и гибкость спины и шеи являются необходимым условием при совершенствовании техники прыжка.

В результате проведенного анализа тренировочной нагрузки в годичном цикле мы определили оптимальное соотношение двигательной подготовки лошади в конкуре (рисунок 2).

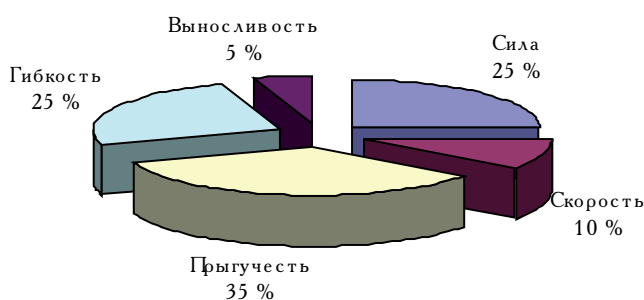


Рисунок 2 – Двигательная подготовка лошади в конкуре

Анализ соревновательной программы троеборья позволяет говорить о том, что троеборная лошадь должна обладать всеми качествами и навыками выездковой и конкурной лошади, только выраженными в меньшей степени. Однако требования к подготовленности троеборной лошади самые жесткие, так как соревновательная программа длится три дня и состоит из трех различных по структуре и содержанию дисциплин. Таким образом, функциональные системы организма лошади должны быть адаптированы к быстрой смене рода двигательной деятельности. Программа второго дня соревнований – полевые испытания (кросс по пересеченной местности с преодолением препятствий) длится в среднем 6–8 минут. Скорость движения по маршруту колеблется от 550 до 650 м/мин. Поэтому данный вид испытаний требует от лошади высокого уровня развития скоростной и скоростно-силовой выносливости. Для того чтобы поддерживать высокую работоспособность в течение трех соревновательных дней, лошадь должна обладать общей выносливостью.

Проведенный нами анализ тренировочной нагрузки в годичном цикле позволил выявить оптимальное соотношение двигательной подготовки лошади в троеборье (рисунок 3).

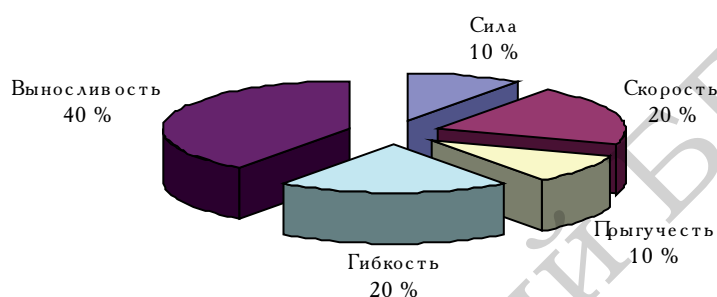


Рисунок 3 – Двигательная подготовка лошади в троеборье

Таким образом, изучение индивидуальных планов подготовки высококвалифицированных спортивных пар «всадник – лошадь» во всех трех видах конного спорта и анализ ежегодного объема нагрузки позволили нам выявить основную направленность тренировочного процесса в каждой дисциплине и определить приоритетные двигательные качества спортивной лошади, развитие которых обеспечивает создание той физической базы, которая необходима для дальнейшего совершенствования специфической техники.

**Выводы.** Таким образом, результаты проведенных нами исследований показали, что успешная спортивная деятельность в конкуре и выездке базируется на приоритетном развитии силы, прыгучести и гибкости спортивной лошади. Основными компонентами двигательной подготовки лошади, определяющими эффективность соревновательной деятельности в троеборье, являются общая и специальная выносливость.

Важно помнить, что только направленность спортивной тренировки на достижение конечной цели позволяет объединить все компоненты двигательной подготовки спортивной лошади в единую систему, что позволит оптимизировать тренировочный процесс.

1. Миклем, У. Верховая езда. Полное руководство / У. Миклем; пер. с англ. С.Л. Баскиной. – М.: АСТ; Астрель, 2005. – 400 с.

2. Горохова, А.В. Направленность тренировочного процесса в подготовительном периоде в классических дисциплинах конного спорта / А.В. Горохова // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XI Междунар. науч. конгр., 10–12 окт. 2007 г., Минск: в 4 ч. / редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2007. – Ч. 1: Секция «Актуальные проблемы теории и методики подготовки спортсменов». – С. 71–73.