

В четвертой тренировочной зоне (более 180 уд×мин⁻¹) совершенствуются анаэробные механизмы энергообеспечения на фоне значительного кислородного долга. Здесь частота пульса перестает быть информативным показателем дозирования нагрузки, приобретают вес показатели биохимических реакций крови и ее состава, в частности количество молочной кислоты. В эту зону незначительно попадает латиноамериканская программа, а также, за редким исключением, танец европейской программы квикстеп, для которых желательны нагрузки именно такого характера.

К работе большой интенсивности организм приспосабливается в ходе повторной тренировочной работы. Но самых больших значений максимальный кислородный долг достигает только в условиях соревнований. Поэтому чтобы достичь высокого уровня интенсивности тренировочных нагрузок, рекомендуется использовать методы напряженных ситуаций соревновательного характера.

Полученные данные позволили комплексно оценивать характер протекания функциональных изменений в организме танцоров во время тренировочной и соревновательной деятельности, планировать тренировочную нагрузку на предстоящий сезон, исключить случаи несоответствия планируемой величины тренировочной нагрузки и фактически выполняемой.

1. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

2. Оптимизация функциональной подготовленности высококвалифицированных спортсменов: монография / Н.Н. Сентябрьев [и др.]. – Волгоград, 2006. – 106 с.

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЕДУЩИХ СТРЕЛКОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ЗА 2001–2008 ГГ.

Заколodная Н.Д.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Особое место в соревновательном периоде занимает этап непосредственной подготовки к главным соревнованиям. Разумеется, при неправильном его использовании вся тренировочная работа годичного цикла может быть непродуктивной.

Как свидетельствуют результаты выступлений спортсменов на чемпионатах мира и этапах Кубков мира в олимпийских видах спорта с 2000 по 2007 г., результативность членов сборных команд по разным видам спорта на главных соревнованиях года была значительно ниже по сравнению с их наилучшими результатами сезона. Пример подготовки этих спортсменов показал, что подведение спортсменов к состоянию повышенной работоспособности в канун главных соревнований во многом основывалось на личном опыте и интуиции тренеров и спортсменов.

Наблюдения, проведенные в разных видах спорта, которые входят в программу Олимпийских игр, показали, что отбор спортсменов за 2–4 недели до начала главных соревнований позволяет лишь удержать достигнутый уровень работоспособности или незначительно его повысить. Цель участия – попасть на главные соревнования – доминирует над другими целями. Как показали исследования, пик формы спортсмена в 90 % приходится на отборочные соревнования, затем показатели резко снижаются, и спортсмен не в состоянии повы-

силь уровень развития физических качеств до начала соревнований. Основным заданием подготовки на этом этапе будет не только психическое и физическое восстановление, но и формирование нового уровня физических качеств, улучшение готовности к главным соревнованиям [1, 3].

Как показывает практика, в настоящее время в пулевой стрельбе исследование динамики результатов в соревновательной деятельности является одним из необходимых условий для решения ряда вопросов дальнейшего совершенствования спортивной тренировки и продления спортивного долголетия.

Определение стабильности помогает выявить качественную характеристику выполняемой работы и предоставляет возможность прогнозировать надежность дальнейших выступлений, а результаты соревнований служат критерием эффективности подготовки стрелков. Изучение данных актуальных вопросов позволит повысить эффективность подготовки спортсменов к стартам самого высокого ранга. Известно, что возрастающая конкуренция на международных соревнованиях по пулевой стрельбе очень высокая и плотность спортивных результатов стрелков мирового класса неуклонно возрастает. Для того чтобы успешно выступить на Олимпийских играх необходима высококоординированная система, включающая в себя три главные подсистемы: соревнования, тренировки, а также факторы, повышающие эффективность соревновательной и тренировочной деятельности. Несмотря на то что в каждом межоллимпийском четырехлетии спортсмены экстракласса выступают в соревнованиях очень высокого ранга, стратегия их подготовки нацелена на наиболее успешные выступления на Олимпийских играх и организационно-методическая концепция распределения тренировочных нагрузок в различные годы олимпийского цикла направлена, главным образом, на эффективное обеспечение именно этой задачи. Следует отметить, что для современного спорта высших достижений характерны неожиданные скачки спортивных результатов, обусловленные разработкой принципиально новых, часто весьма неожиданных путей и решений в различных звеньях системы спортивной подготовки: в методике, организации, поиске и отборе одаренных спортсменов [2].

В данной работе анализируется соревновательная деятельность высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в пулевой стрельбе, в период подготовки к важнейшим соревнованиям сезона. За последние четыре года наши спортсмены участвовали во многих международных соревнованиях и заняли высокие места в мировом рейтинге, что позволило им завоевать 9 лицензий на участие в Олимпийских играх 2008 г.

Однако, несмотря на благоприятный прогноз выступления стрелков национальной сборной Республики Беларусь, они впервые вернулись без медалей, чего не случалось за всю историю участия команды Беларуси на Олимпийских играх с 1968 г.

В связи с этим нами был проведен анализ соревновательной деятельности спортсменов в период подготовки к важнейшим соревнованиям сезона за последних два олимпийских цикла 2001–2008 гг. Данная информация отражена на рисунках 1–4.

На рисунках 1–2 видно, что непосредственно перед главными соревнованиями спортсмены теряют пик формы. Особенно четко это прослеживается в сравнении с предыдущим олимпийским циклом 2001–2004 гг.

Результаты исследования выявили, что при относительно стабильном техническом результате занятое место оказывается гораздо ниже, чем в предыдущих соревнованиях. Кроме того, диапазон занимаемого места при одном и том же количестве очков стал существенно шире, чем за предыдущее четырехлетие, что отражено на рисунках 3–4.

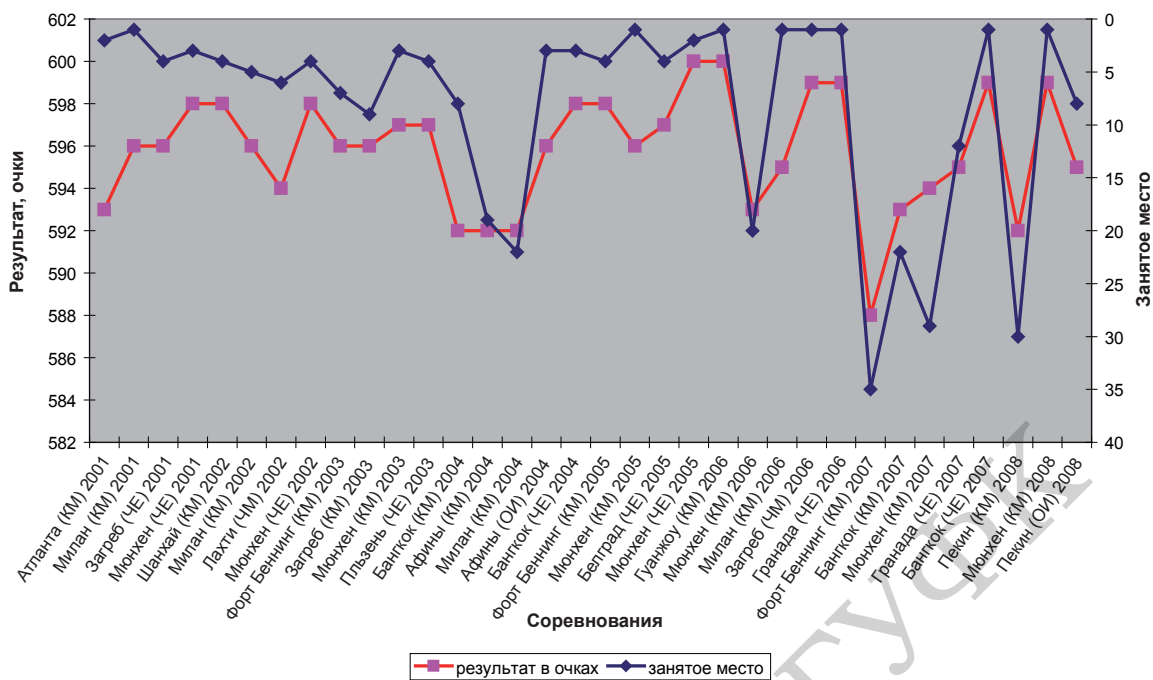


Рисунок 1 – Динамика спортивных результатов и занятых мест на официальных международных соревнованиях за 2001–2008 гг. стрелка М.С. в упражнении МВ-9

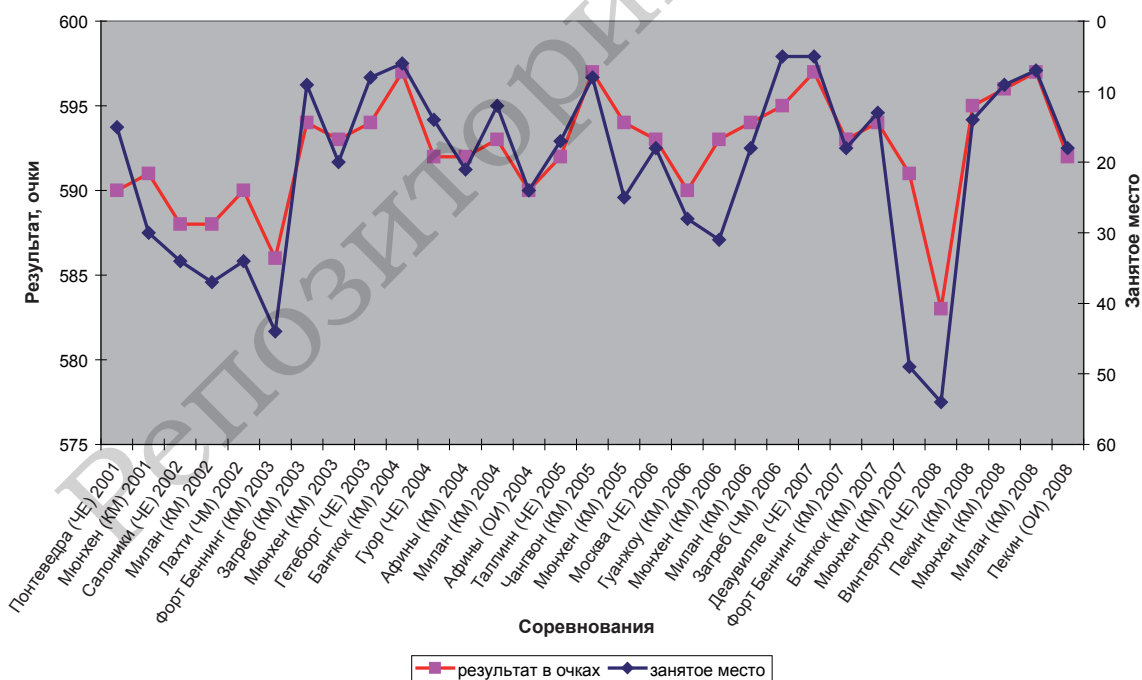


Рисунок 2 – Динамика спортивных результатов и занятых мест на официальных международных соревнованиях за 2001–2008 гг. стрелка Б.В. в упражнении ВП-6

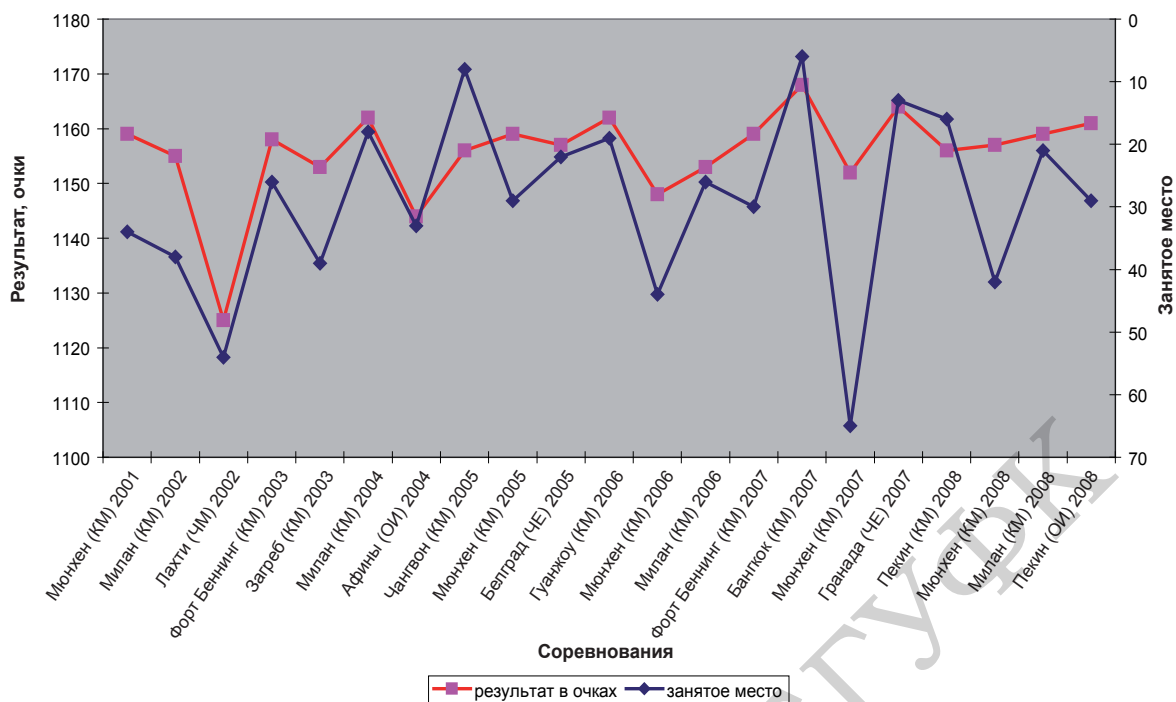


Рисунок 3 – Динамика спортивных результатов и занятых мест на официальных международных соревнованиях за 2001–2008 гг. стрелка Б.В. в упражнении МВ-6

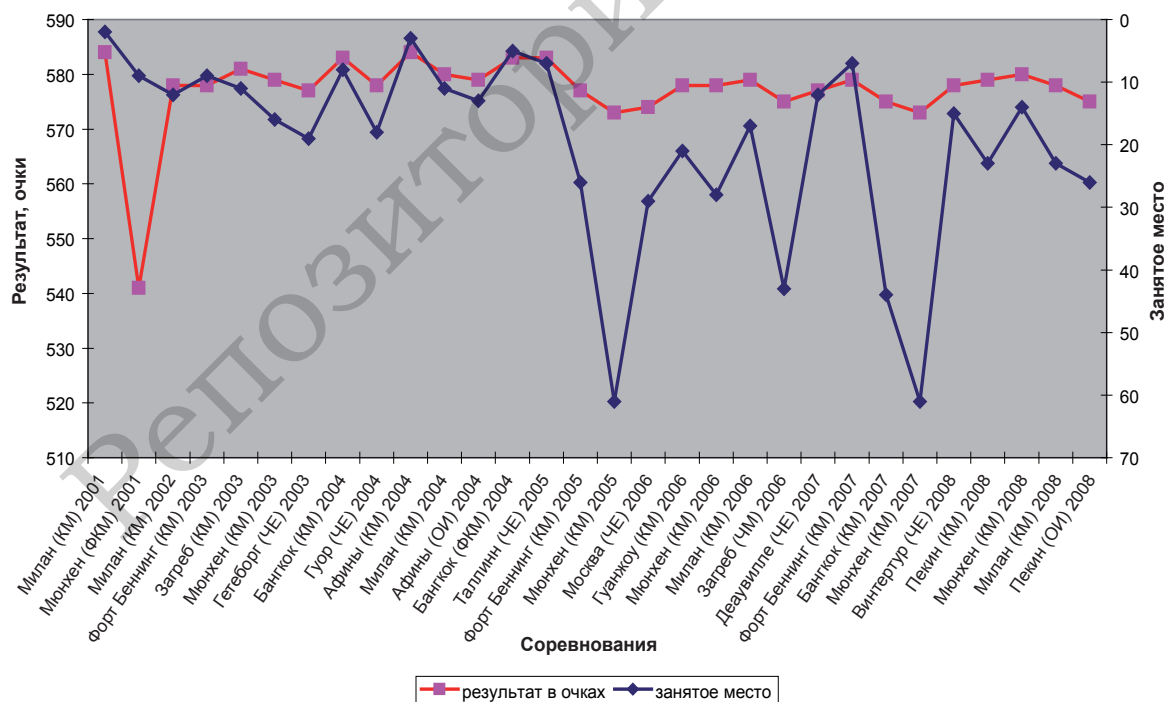


Рисунок 4 – Динамика спортивных результатов и занятых мест на официальных международных соревнованиях за 2001–2008 гг. стрелка Л.К. в упражнении ПП-3

Из полученных данных следует, что ведущие стрелки национальной команды Республики Беларусь не имеют прогрессивной динамики в технических результатах за последние восемь лет, а лишь сохраняют достигнутый уровень.

Показывая результаты, ранее обеспечивавшие призовые места, те же спортсмены теперь не имеют гарантий даже на прохождение в финал. По этим причинам наши стрелки становятся неконкурентоспособными на мировой арене, не теряя при этом своей высокой квалификации. На наш взгляд, это обусловлено тем, что неуклонно возрастает конкуренция в условиях борьбы молодых спортсменов с мастерами, которые десятилетиями находятся у вершины, в силу особенности пулевой стрельбы как вида спорта, в котором возрастной диапазон чемпионов находится в пределах от 16 до 60 лет.

На момент проведения анализа выступлений стрелков нами было выявлено, что в пулевой стрельбе до сих пор выступают спортсмены, которые участвовали в Олимпийских играх восемь раз, тогда как в иных видах спорта 3–4 участия считаются пределом спортивной карьеры.

1. Барбарич, О.Г. Прогноз и выступление белорусских гимнасток на крупнейших соревнованиях 2007 года / О.Г. Барбарич // Научно-практические проблемы спорта высших достижений: материалы Междунар. конф., г. Минск, 29–30 нояб. 2007 г. / редкол.: А.В. Григоров [и др.]; Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь. – Минск: БГУФК, 2007. – С. 42.

2. Врублевский, Е.П. Организация системы подготовки спортсменов высокой квалификации / Е.П. Врублевский // Научно-практические проблемы спорта высших достижений: материалы Междунар. конф., г. Минск, 4–5 дек. 2008 г. / редкол.: А.В. Григоров (гл. ред.) [и др.]. – Минск: НИИ физ. культуры и спорта Респ. Беларусь, 2008. – С. 65.

3. Шустин, Б.Н. Концептуальные основы подготовки сборной команды России к Олимпийским играм. О прогнозировании модельных характеристик сильнейших спортсменов / Б.Н. Шустин // Вопросы методологии прогнозирования спортивных движений: материалы всесоюз. симпозиума. – М., 1976. – С. 19–20.

КОММЕРЦИАЛИЗАЦИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ В УКРАИНЕ (НА ПРИМЕРЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ)

Зенкова А.Н.,

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Украина

Введение. Современное состояние спорта в Украине свидетельствует о существовании ряда нерешенных проблем, обусловленных изменением социально-экономического и политического положения после обретения страной независимости; законодательными нововведениями (обязательная тендерная система, централизация бюджета и т. п.), а также общемировыми тенденциями (коммерциализация, профессионализация спорта, расширение международного календаря соревнований, глобализация, общемировой экономический кризис и др.).

Одной из важнейших проблем современного спорта, тормозящих его развитие, является устаревший, непретерпевший принципиального реформирования и неотвечающий существующим реалиям механизм управления спортивной отраслью. Сегодня приоритетность развития видов спорта в Украине зависит, прежде всего, от успешности выступления спортсменов на Олимпийских играх, а не от популярности и перспективности (количества занимающихся, присутствия зрителей на спортивных соревнованиях и т. п.).