

ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО ОТБОРА В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА НА ПРИМЕРЕ СПОРТИВНОЙ ХОДЬБЫ

Совершенствование системы подготовки спортивного резерва является проблемой теории и методики юношеского спорта. Непрерывный рост спортивных достижений в мировой легкой атлетике, постоянное снижение возраста мировых рекордов, лимит времени для вывода скороходов от новичка до спортсменов способного конкурировать на международной арене, приводит к необходимости поиска рациональной системы тренировки юных спортсменов. Решение зависит от своевременного выявления спортивно одаренных детей, оптимизации содержания учебно-тренировочной работы на разных этапах многолетней подготовки, совершенствования программно-нормативных основ, регламентирующих работу в возрастных группах ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ЦОР.

Спортивная ходьба, как и бег, плавание, лыжные гонки, гребля и другие виды относятся к циклическим видам спорта, так как для нее характерна такая активная двигательная деятельность, связанная с предельным проявлением такого физического качества как выносливость (первая группа из шести видов спорта классификации Л. П. Матвеева) [1].

Выносливость – это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности.

Ее главным компонентом является время, в течение которого осуществляется мышечная деятельность определенного характера и интенсивности. Например, в циклических видах физических упражнений (бег, спортивная ходьба, плавание и т. п.) измеряется минимальное время преодоления заданной дистанции [2].

Нынешний уровень достижений в различных видах спорта (особенно в легкой атлетике) очень высок, по потенциальные возможности человека так велики, что даже при сегодняшнем положении они еще не раскрыты полностью.

Анализ специальной научно-методической литературы, обобщение передового спортивного опыта, результаты собственных исследований позволяют сделать заключение, что основными направлениями совершенствования процесса подготовки спортсменов высокой квалификации являются:

1. Отбор перспективных детей и прогнозирование их возможностей для достижения результатов международного класса.
2. Рациональная организация многолетнего тренировочного процесса.
3. Выявление факторов, определяющих спортивный результат в конкретном виде спорта.
4. Создание модельных характеристик основных видов подготовленности спортсмена.
5. Определение оптимальных соотношений тренировочных нагрузок различной направленности.
6. Организация комплексного контроля как инструмента управления тренировочным процессом.
7. Разработка эффективной технологии предсоревновательной подготовки.

Отбор как система организационно-методических мероприятий представляет собой многоплановую проблему, включающую философские, социально-экономические, этические, биологические, психологические и педагогические аспекты. В педагогическом аспекте имеется и практическое направление: как и на основе каких показателей проводить отбор, чтобы его эффективность была максимальной. Прогнозирование – центральная и наиболее сложная проблема отбора. Для ее решения требуется наблюдение за одной и той же группой людей, проходящих путь от новичка до спортсмена высокого класса [3], [4], [5].

Рост спортивных достижений зависит от эффективности системы многолетней подготовки, которую можно определить, как рационально организованный процесс обучения, воспитания и тренировки спортсмена от новичка до мастера спорта международного класса [6], [7].

Проблема формирования резерва в легкой атлетике (спортивная ходьба) очень актуальна, так как применяющаяся система отбора устарела и требуются новые подходы в формировании резервов в данном виде спорта.

В данной статье подробно раскрываются решения конкретных вопросов, касающихся подготовки резерва в спортивной ходьбе на различных этапах многолетней тренировки [8].

В настоящее время функционирование системы физической культуры и спорта зависит от ряда факторов, которые складываются в госу-

дарстве в зависимости от экономического положения, социальных, демографических и экологических условий. Одно из важнейших направлений реформ, проводимых в нашей стране, - радикальная перестройка системы экономической и социальной сферы по пути преимущественно рыночных отношений, что обостренно сказывается на положении деятельности организаций, в частности спортивных.

Изменения политического и социально-экономического строя страны в 1991 году привели к значительной трансформации всего физкультурно-спортивного движения страны и, естественно, его организаций.

Стабильность и рост результатов в спорте высших достижений во многом обусловлены эффективностью системы отбора в детско-юношеском спорте, которая детерминировалась как процессом выявления спортивно одаренных (талантов), как и процессом их последующего развития («раскрутки»).

Создание условий для развития детско-юношеского спорта является одной из приоритетных целей Государственной программы «Физическая культура и спорт» на 2021-2025 годы, утвержденной постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 29.01.2021 №54 [9]. Ее реализация осуществляется через две подпрограммы. Подпрограмма 1 «Спорт высших достижений» решает задачи, связанные с обеспечением подготовки национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта для выступления на главных спортивных мероприятиях олимпийского цикла. Подпрограмма 2 «Подготовка спортивного резерва, физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая работа» направлена на обеспечение подготовки спортивного резерва, разработку научных методов и внедрение результатов научных исследований в практику спортивной подготовки [7], [9], [10].

Спортивная отрасль не стоит на месте, а находится в непрерывном эволюционном развитии. Происходящие изменения выражаются в появлении новых или обновленных нормативных правовых актов, составляющих нормативную правовую основу подготовки спортивного резерва в Республике Беларусь в целом и системы многолетней спортивной подготовки в частности. Наиболее значимым изменением нормативной правовой основы является принятие обновленной редакции Закона Республики Беларусь от 04.01.2014 г. «О физической культуре и спорте». В части первой пункта 1 статьи 59 данного Закона сказано: «В целях обеспечения единых требований к организациям подготовки спортивного резерва и (или)

спортсменов высокого класса в Республике Беларусь устанавливается стандарт спортивной подготовки [9]. На основании стандарта спортивной подготовки разрабатываются и представляются для утверждения в Министерство спорта и туризма Республики Беларусь федерациями по виду спорта учебные программы по отдельным видам спорта». На данный момент в Республике Беларусь действует нормативный правовой акт от 11.11.2014 № 70 «Положение о стандарте спортивной подготовки», устанавливающий «единые требования к организации подготовки спортивного резерва и (или) спортсменов высокого класса в Республике Беларусь, построения единой организационной системы многолетней спортивной подготовки в виде спорта.

Непрекращающийся рост популярности олимпийского спорта и беспрецедентное в последние годы внимание во всем мире к Олимпийским играм и международному олимпийскому движению стимулировали стремление Республики Беларусь, равно как, впрочем, и многих других государств, образованных на постсоветском пространстве, повышать свой международный авторитет за счет успехов в спорте высших достижений. При этом естественное желание побыстрее занять достойное место на международной спортивной арене было связано с первоочередным вниманием в нашей стране в первые годы ее независимой истории развитию спорта высших достижений и недостаточным или, может быть, точнее, именно остаточным вниманием развитию юношеского спорта [11].

ЛИТЕРАТУРА

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания теоретико-методические аспекты спорта профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 6-ое изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 480 с.
3. Волков, В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
4. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта : учеб. пособие / В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.
5. Тимакова, Т. С. Факторы спортивного отбора или Кто становится олимпийским чемпионом : монограф. / Т. С. Тимакова. – М. : Совет. спорт, 2018. – 288 с.

6. Губа, В. П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виде спорта / В. П. Губа : монография. Совет. спорт, 2008. – 304 с. : ил.
7. Зеличенко, В. Б. Легкая атлетика : критерии отбора / В. Б. Зеличенко, В. Г. Никитушкин, В. П. Губа. – М. : Terra Спорт, 2000. – 240 с.
8. Никитушкин, В. Г. Спорт высших достижений : теория и методика : учеб. пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – М. : СПОРТ, 2018. – 317 с.
9. Концепция развития легкой атлетики в Республике Беларусь на период до 2028 года / Общественное объединение «Белорусская федерация легкой атлетики». – Минск, 2020. – 95 с.
10. Никитушкин, В. Г. Теория и методика юношеского спорта : учеб. / В. Г. Никитушкин. – М. : Физическая культура, 2021. – 328 с.
11. Пивовар, И. Е. Особенности отбора и тренировки в учебно-тренировочных группах по спортивной ходьбе / И. Е. Пивовар // Актуальные вопросы подготовки спортсменов различной квалификации : материалы круглого стола научно-педагогической школы проф. Т. П. Юшкевича, Минск, 16 марта 2023 г. / Белорус. гос. ин-т физ. культуры ; редкол. Т.П. Юшкевича [и др.]. – Минск : БГУФК, 2023. – С. 18–22.