

# **Вопросы совершенствования системы подготовки спортивного резерва и возможности их решения**

**Реуцкая Елена Александровна,  
канд. биол. наук, директор НИИ ДЭУ  
СибГУФК.**



# НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

8.342

84 338 29.156

84 332 27.523

182 8181 72



НИИ  
ДЭУ

Раскройте Ваши Возможности

# НИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

## Направления:

- Проведение научных исследований и опытно-конструкторских работ в области физической культуры и спорта по заказу Минспорта России в рамках государственного задания.
- Разработка педагогических инновационных и информационных технологий в детско-юношеском спорте и спорте высших достижений.
- Совершенствование научно-методического обеспечения и сопровождения подготовки спортивного резерва.
- Научно-методическое сопровождение высококвалифицированных спортсменов, сборных команд в Олимпийских, паралимпийских видах спорта в Омской области.
- Проведение диагностики, консультирование и создание индивидуальных программ оздоровительной тренировки лиц, занимающихся оздоровительной физической культурой.
- Проведение конференций, семинаров, круглых столов по актуальным вопросам физической культуры и спорта.
- Реализация программ повышения квалификации специалистов физической культуры и спорта.

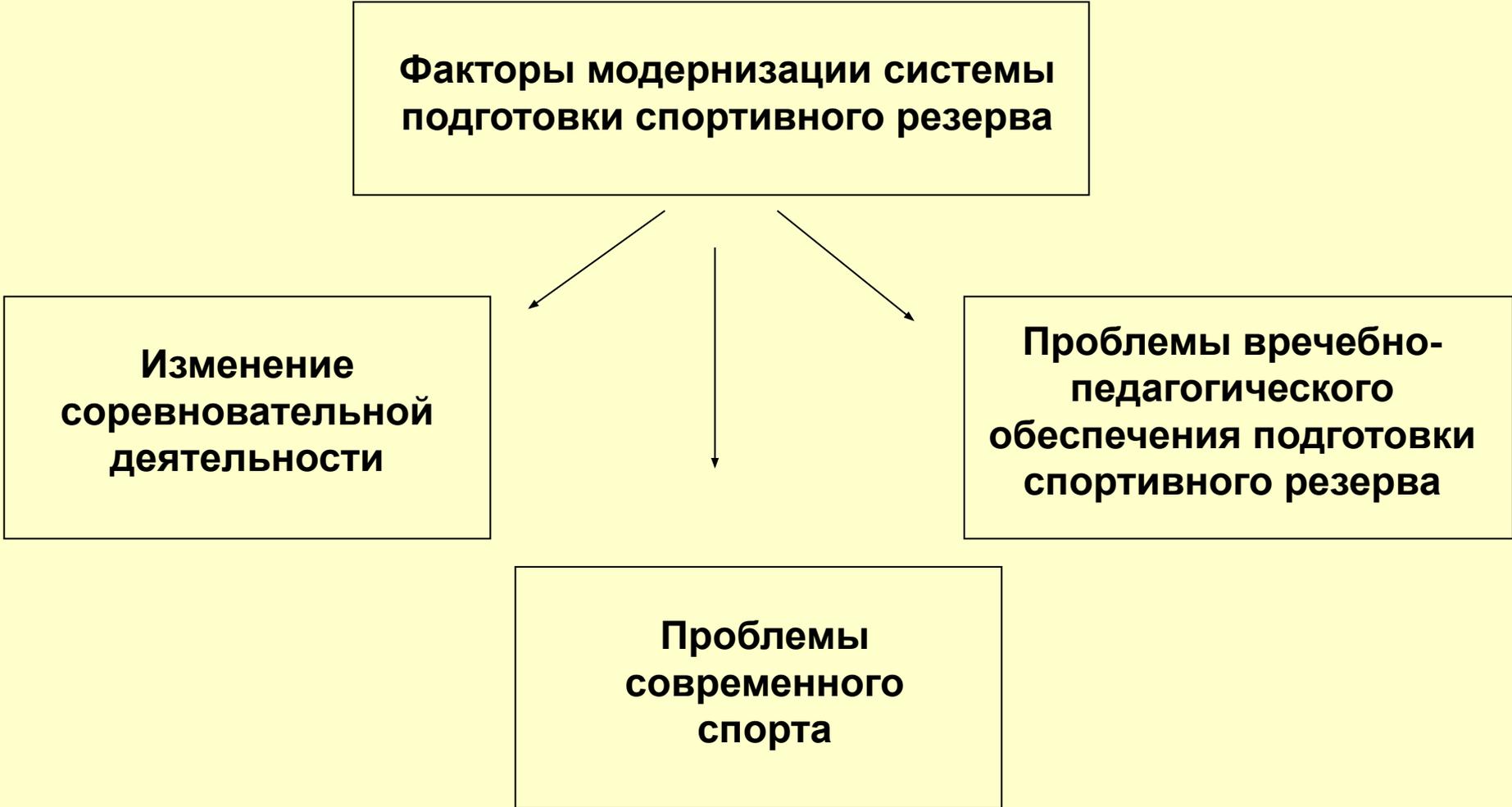
**АДРЕС:** г. Омск, ул. Масленникова 144, корпус 3.

**ТЕЛЕФОН:** 8 (3812) 36-43-48

[www.sibinsport.ru](http://www.sibinsport.ru), [niideu@mail.ru](mailto:niideu@mail.ru)



**Факторы модернизации системы  
подготовки спортивного резерва**



```
graph TD; A[Факторы модернизации системы подготовки спортивного резерва] --> B[Изменение соревновательной деятельности]; A --> C[Проблемы современного спорта]; A --> D[Проблемы врачебно-педагогического обеспечения подготовки спортивного резерва];
```

**Изменение  
соревновательной  
деятельности**

**Проблемы  
современного  
спорта**

**Проблемы врачебно-  
педагогического  
обеспечения подготовки  
спортивного резерва**

## Проблемы современного спорта.

- Большинство методических подходов подготовки спортивного резерва на сегодняшний день основаны на интуитивных представлениях и собственном практическом опыте тренеров и спортсменов.
- Форсированная подготовка юного спортсмена без учета возрастных показателей его развития. Ранняя спортивная специализация при которой высокие тренировочные и соревновательные нагрузки приходится на пубертатный период.
- Несовершенная система отбора талантливых детей, когда подбирается не спорт для ребенка, а ребенок для спорта.



- чрезмерные тренировочные нагрузки современного спорта и перешедшая границы допустимого соревновательная деятельность, обусловленная резко возросшим в последние годы календарем соревнований;
- ошибки тренерского состава в планировании нагрузок, занятий, в построении разминки, подборе и сочетании упражнений и т.д.



**- Отбор в спортивные школы по физической готовности, что характерно для детей с более ранним биологическим созреванием.**

**Дети, высокорослость которых в большей мере определяется не высокими темпами роста, а акселерацией биологического развития впоследствии (после 14-15 лет), как правило, выбывают из перспективного для сборных команд пула.**

**Высокорослый ребенок, по длине тела опережающий свое развитие, по биологическому созреванию готов к тренировочным нагрузкам исключительно для детей своего возраста, в то время как использование для него тренировочной программы более старших спортсменов будет провоцировать перегруз и накопление утомления вплоть до срывов адаптации, в том числе и по состоянию сердечно-сосудистой системы, что чрезвычайно важно для перспективного развития ребенка в спорте.**



**Спортивный отбор** — процесс поиска наиболее одаренных детей, способных достичь высоких результатов в конкретном виде спорта.

**Спортивная ориентация** — определение перспективных направлений достижения высшего спортивного мастерства, основанное на изучении задатков и способностей спортсменов, индивидуальных особенностей формирования их мастерства.

Ориентация может касаться выбора узкой спортивной специализации в пределах данного вида спорта (спринтер-стайер, защитник-нападающий и т. п.); определения индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; установления ведущих факторов подготовленности и соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов конкретного спортсмена; выявление средств, методов, нагрузок, которые могут негативно повлиять на развитие задатков, подавить индивидуальность спортсмена и т. п.

Спортивный отбор должен решать задачу выявления перспективных людей, из которых можно подготовить выдающихся спортсменов, а спортивная ориентация — определять стратегию и тактику этой подготовки в системе обучения и тренировки.

## Организационные особенности спортивного отбора

Среди преобладающих концепций, на которые опираются системы отбора и развития талантов, нужно назвать популярную во многих странах т.н. модель спортивного мастерства. Основу её составляют экспертные и экстраполяционные методы. Вариантом этой концепции является „модель чемпиона”, сформулированная на основании взаимоотношения между величинами морфоструктурных и физиологических параметров и спортивными результатами спортсменов.

Многokrатно случалось так, что отборочное сито «не пропускало» спортсменов, которые со временем достигали выдающихся спортивных результатов. Статистические методы усреднения параметров содействуют созданию моделей, которые не встречаются в действительности.

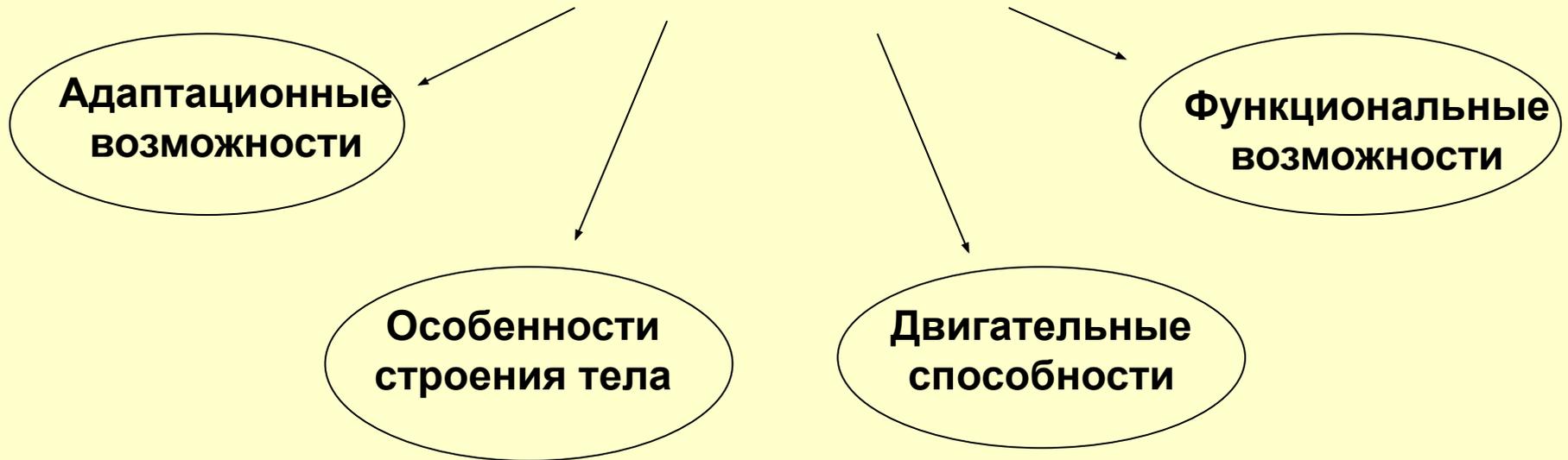
**В западных странах доминирующей тенденцией было создание парадигм идентификации таланта в спорте по образцу отбора лиц, имеющих исключительные склонности к науке, искусству, бизнесу и т. п. Эти концепции получили организационно-институциональный размер, выражением чего стали национальные программы идентификации талантов в Великобритании (Williams A.M., Reilly T., 2000), в Канаде (Bayli I., 2004), в США (Malina, R., Bouchard, C. 1991), в Австралии (Gulbin, Jason P., 2004). Общим знаменателем вышеуказанных моделей является комплексный анализ и диагноз всех параметров, которые могут оказывать влияние на спортивные успехи.**

**Существенным недостатком национальных программ идентификации талантов является акцент на диагностику морфоструктурных и психофизиологических способностей, считая второстепенными талант в области эффективности обучения двигательным умениям, в том числе спортивной технике.**

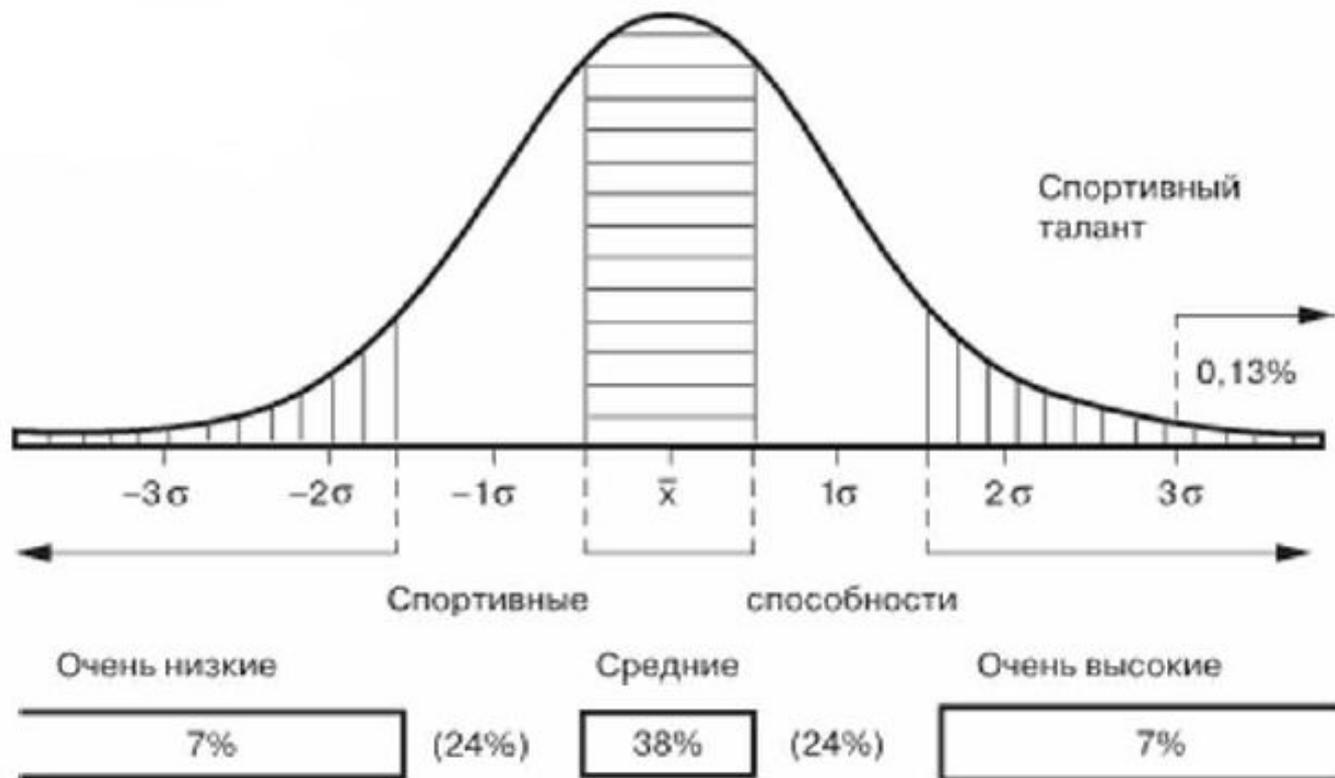
**Спортивный талант** – это высокий уровень развития способностей, определяющих успехи в спортивной деятельности (Л.П. Сергиенко, 2013)



**Специальные способности и  
особенности**



**Общая структура специальных способностей и особенностей  
спортивного таланта**



**Вероятность появления спортивного таланта в модели нормального распределения**

**Спортивную одаренность можно охарактеризовать, как предрасположенность к более высокому уровню тренируемости в определенном виде физической активности.**

**Считается, что она является генетически передаваемым свойством личности. В спорте правильно развиваемая одаренность предполагает достижение спортивного мастерства. Очевидно, что чем раньше одаренность такого рода идентифицируется, тем более эффективно может быть спортивная подготовка и тем больше вероятность достижения им элитного уровня.**

**Таким образом, одаренный ребенок потенциально является талантливым спортсменом и, следовательно, выявление одаренности может быть основано на относительно неизменных наследуемых прогностических факторах таланта.**

## Спортивные династии

**Примеры семей чемпионов и призеров мира и Олимпийских игр  
(источники: Kamper, 1983; Шварц, Хрущев, 1984; Matthews, 1997 и др.)**

Родители, страна	Спортивные достижения	Дети, страна	Спортивные достижения
Отец – Казмир Густав [Casmir Gustav], Германия	Фехтование. Дважды чемпион и дважды серебряный призёр Олимпийских игр 1906 г.	Сын – Казмир Эрвин [Casmir Erwin], Германия	Фехтование. Дважды серебряный призёр Олимпийских игр 1928 г. и дважды бронзовый призёр Олимпийских игр 1936 г.
Отец – Сван Оскар Гомер [Swahn Oskar Gomer], Швеция	Стрельба. Чемпион Олимпийских игр 1908 и 1912 гг.; серебряный медалист Олимпийских игр 1920 г.	Сын – Сван Альфред [Swahn Alfred], Швеция	Стрельба. Чемпион Олимпийских игр 1908 и 1912 гг.; серебряный медалист Олимпийских игр 1920 и 1924 гг.
Отец – Геревич Аладар [Gerevich Aladar], Венгрия	Фехтование. Олимпийский чемпион 1932, 1936, 1948, 1952, 1956 и 1960 гг.	Сын – Геревич Пал [Gerevich Pal], Венгрия	Фехтование. Бронзовый призёр Олимпийских игр 1972 г.
Мать – Шекели Ева [Szekeli Eva], Венгрия	Плавание. Олимпийская чемпионка 1952 г.; серебряная медалистка Олимпийских игр 1956 г.	Дочь – Дьярмати Андреа [D'jarmati Andrea], Венгрия	Плавание. Серебряная и бронзовая медалистка Олимпийских игр 1972 г., чемпионка Европы и дважды серебряная медалистка 1970 г.
Отец – Дьярмати Дежо [D'jarmati Dezso], Венгрия	Водное поло. Олимпийский чемпион 1952, 1956 и 1964 гг.; серебряный медалист Олимпийских игр 1948 года; бронзовый медалист Олимпийских игр 1960 г.		

Отец – Тищенко Анатолий, СССР	Гребля на байдарках. Чемпион мира 1970 г.; чемпион Европы 1971 г.	Сын – Тищенко Анатолий, СССР	Гребля на байдарках. Чемпион мира 1990, 1991 и 1994 (трижды) гг.
Отец – Али Мохаммед [Ali Muhammad], США	Бокс. Олимпийский чемпион 1960 г.. Один из величайших атлетов в профессиональном боксе	Дочь – Али Лейла [Ali Laila], США	Бокс. Чемпионка мира 2002 и 2005 гг. по версии Международной ассоциации любительского бокса
Отец – Холл Гэри [Hall Gary], США	Плавание. Серебряный медалист Олимпийских игр 1968 и 1972 гг.; бронзовый медалист Олимпийских игр 1976 г.	Сын – Холл Гэри [Hall Gary], США	Плавание. Дважды чемпион (в эстафетах) и дважды серебряный медалист Олимпийских игр 1996 г.; трижды чемпион Олимпийских игр 2000 года; чемпион Олимпийских игр 2004 г.
Отец – Счастны Петер [Stastny Peter], Чехословакия, Канада	Хоккей на льду. Чемпион мира 1976 и 1977 гг.; серебряный медалист чемпионатов мира 1978 и 1979 гг.	Сын – Счастны Пол, Канада, США	Хоккей на льду. Серебряный медалист Олимпийских игр 2010 г.; бронзовый призёр чемпионата мира 2013 г.
Отец – Анисин Вячеслав, СССР	Хоккей на льду. Чемпион Европы и мира 1973, 1974 и 1975 гг.	Дочь – Анисина Марина, Франция	Фигурное катание. Чемпионка Олимпийских игр 2002 г.; бронзовая медалистка Олимпийских игр 1998 г.; чемпионка мира 2000 г. и серебряная медалистка 1998, 1999 и 2001 гг.; чемпионка Европы 2000 и 2002 гг.

## Наследуемость спортивного таланта

**В связи с доминантным типом наследования двигательных способностей человека следует полагать:**

- а) наличие предрасположенности к развитию высоких двигательных способностей у детей, родители которых ранее занимались спортом или в течение длительного периода жизни - тяжелым физическим трудом;**
- б) значительная вероятность найти двигательно одаренных детей в семьях, где брат и сестра уже имеют высокие спортивные результаты.**

## **Практические рекомендации (Л.П. Сергиенко, 2013):**

- 1. Высокая двигательная и спортивная активность одного из членов семьи может служить показателем генотипической предрасположенности к высокому развитию двигательных способностей других членов семьи.**
- 2. При организации отбора имеет смысл начинать тестировать детей с семей, где имеется как минимум 2-3 ребенка.**
- 3. Вероятность наблюдать высокую предрасположенность к двигательной активности больше у младших братьев-сестер, чем у старших детей.**
- 4. Выше предрасположенность к спортивной деятельности у детей, рожденных от родителей в возрасте около 30 лет (отцы 28-33 года, матери 24-31 год), чем у детей более молодых родителей.**

**Факторы, определяющие спортивный талант, их характеристики и зависимость от наследственности (по Kissouras, 1997; Bouchard et al., 1999; Szopa et al., 1999; Bouchard et al., 2000)**

Факторы	Характеристика	Генетическая предрасположенность
Телосложение и состав тела	Рост, длина конечностей и размер ноги	Сильная
	Ширина плеч, окружность бёдер, мышечная масса	Умеренная
	Общая жировая масса	Слабая
Физиологические	Алактатная анаэробная мощность Пиковый лактат крови Способность ориентироваться в пространстве	Сильная
	Гликолитическая анаэробная мощность Силовая выносливость (устойчивость к закислению) Гибкость	Умеренная
Психологические	Уверенность в себе Контроль уровня тревожности Мотивация Концентрация	От слабой до умеренной
Социологические	Родительская поддержка Социально-экономическое положение Культурный фон Взаимодействие тренера и ребенка	Отсутствует

- 1. Прогноз развития длины тела дочери более надежен по росту матери, а сына - по росту отца. В женской семейной паре прогноз более удачен, чем в мужской. Внутрисемейный прогноз длины тела у детей возможен с возраста 3-4 лет.**
- 2. Прогноз длины тела детей информативнее по длине тела более молодых родителей.**
- 3. Внутрисемейный прогноз развития длины тела можно осуществить по показателям длины тела одного из родителей, средним показателям роста двух родителей или значениям длины тела родных братьев и сестер.**

**Формирование конституции тела человека в значительной степени обусловлено наследственными влияниями.**

**Степень генетического контроля формирования трех типов конституции различна: относительно меньшие наследственные влияния на формирование эндоморфного типа конституции (60-85%), несколько больше - эктоморфного (74-91%) и самые значительные - мезоморфного (76-94%).**

**С возрастом человека генетический контроль формирования его соматотипа снижается.**

**На формирование мезоморфного и эктоморфного типов конституции у женщин наследственность оказывает большее воздействие, чем у мужчин.**

**Наследуемость некоторых двигательных способностей (по Kovat, 1980; Mieczko, 1992; Klissouras, 1997; Bouchard et al., 1997; Szopa et al., 1999)**

Показатель	Общая степень наследуемости	Приблизительный уровень наследуемости
Алактатная анаэробная мощность	Сильная	70–80%
Лактатная анаэробная мощность	Средняя	~ 50%
Пиковый уровень лактата в крови	Высокая	~ 70%
Аэробная мощность ( $VO_{2 \max}$ )	От низкой до средней	~ 30%
Максимальная изометрическая сила	Низкая	20–30%
Силовая выносливость (резистентность к ацидозу)	Средняя	40–50%
Время реакции	Низкая	20–30%
Координация движений руки	Средняя	~ 40%
Ориентация в пространстве	Высокая	~ 60%
Равновесие	Средняя	~ 40%
Частота движений	Средняя	40–50%
Гибкость	Средняя	~ 40%

## Практические подходы к выявлению одаренных спортсменов



*Рис. 12.2.* Одарённость как общий, но не единственный фактор, определяющий начальный уровень и темпы совершенствования в начале спортивной подготовки (Issurin, 2008)

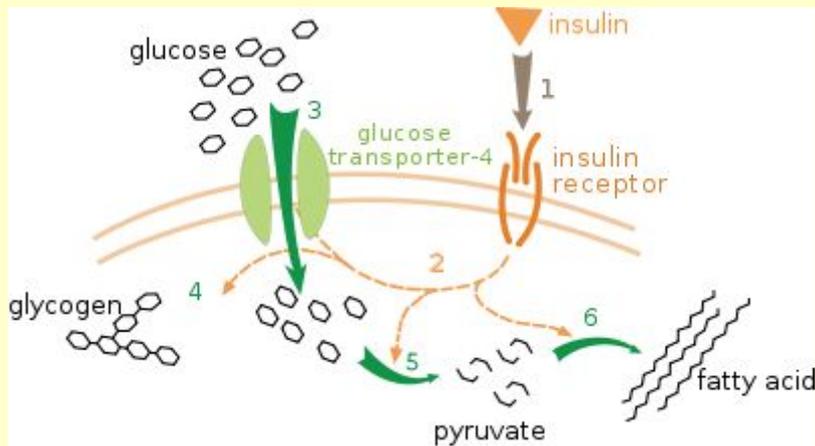


# ЭТАПНОСТЬ КОРРЕКЦИИ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ У СПОРТСМЕНОВ

I. Устранение алиментарной недостаточности макро- и микронутриентов

II. Повышение адаптационного потенциала отдельных систем и всего организма в целом

III. Направленная активация отдельных звеньев метаболизма



# Модернизация системы подготовки спортивного резерва.



## Реализация плана по модернизации системы подготовки спортивного резерва и созданию организаций нового типа - спортивной подготовки

2014 год

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель министра спорта  
Российской Федерации

Ю.Д. Нагорных

«11» октября 2014 г.

План по преобразованию детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ)  
и специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (СДЮСШОР)  
в организации спортивной подготовки

№	Мероприятия	Нормативный акт	Сроки исполнения	Ответственные исполнители
<b>I. Совершенствование нормативного правового регулирования подготовки спортивного резерва</b>				
1.1	Разработка и утверждение Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта (ФССП) и Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (ФГТ).	ФССП по видам спорта; ФГТ	2014-2016 гг.	Минспорт России
1.2	Реализация в ДЮСШ и СДЮСШОР трех типов программ: - общеразвивающие дополнительные образовательные программы; - предпрофессиональные дополнительные образовательные программы; - программы спортивной подготовки.	Акты субъектов Российской Федерации, внутренние акты организаций	2014-2016 гг.	Минспорт России, органы государственной власти субъектов Российской Федерации

**Комплекс мер по формированию современной системы спортивной подготовки это:**

- формирование центра управления - Федерального центра подготовки спортивного резерва;
- развитие сети федеральных учреждений спортивной подготовки - училищ олимпийского резерва и школ-интернатов;
- разработка и утверждение федеральных стандартов спортивной подготовки по каждому виду спорта;
- методическое обеспечение единых подходов к организации спортивной подготовки;
- формирование федеральных экспериментальных площадок для реализации пилотных проектов в спортивной подготовке;
- создание системы мониторинга подготовки спортивного резерва;
- расширение адресной поддержки регионов из федерального бюджета;
- усиление научного и медицинского сопровождения спортивной подготовки;



## **Реализация плана по модернизации системы подготовки спортивного резерва и созданию организаций нового типа - спортивной подготовки**

**2014 год**

**Минспортом России разработаны и утверждены:**

- **79 федеральных стандартов спортивной подготовки:**

- 52 – по летним и зимним олимпийским видам спорта;

- 4 – по адаптивным видам спорта;

- 23 – по неолимпийским видам спорта.

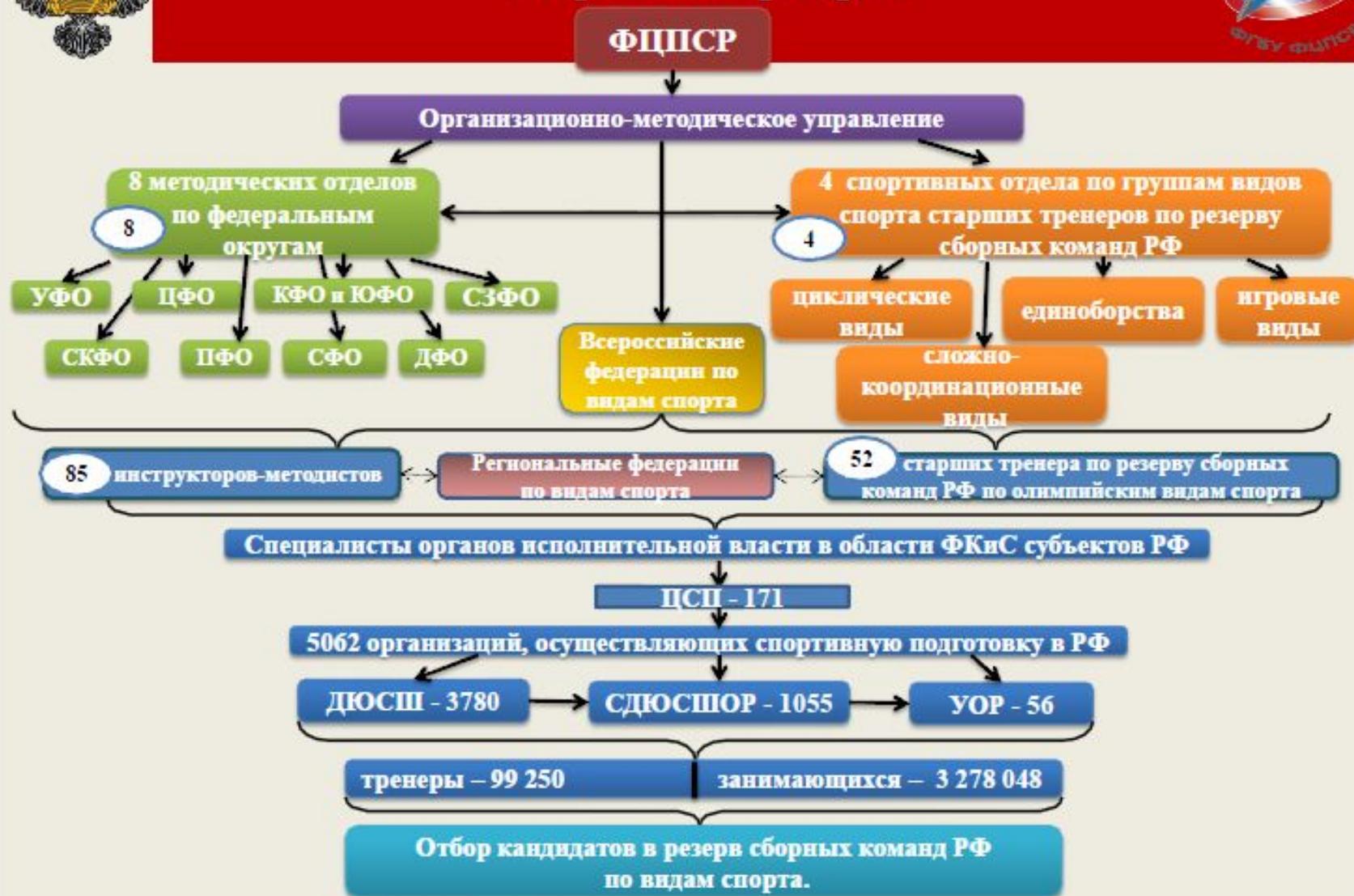
\*В настоящий момент разрабатываются федеральные стандарты спортивной подготовки нового поколения.

\*ФГБУ ФЦПСР совместно с ФГБУ ФНЦ ВНИИФК и спортивными федерациями ведется работа по разработке типовых программ спортивной подготовки по видам спорта.

- **совместно с Минтрудом России профессиональные стандарты отрасли физической культуры и спорта (по пяти основным должностям);**



# Структура методического сопровождения подготовки спортивного резерва



# Подготовка профессионально-компетентных тренеров по видам спорта.

В соответствии с [пунктом 22](#) Правил разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 22 января 2013 г. N 23 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2013, N 4, ст. 293), приказываю:  
Утвердить прилагаемый профессиональный стандарт "Тренер".

Министр  
М.А.ТОПИЛИН

Утвержден  
приказом Министерства труда  
и социальной защиты  
Российской Федерации  
от 7 апреля 2014 г. N 193н

## ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ ТРЕНЕР

48

Регистрационный  
номер

### I. Общие сведения

Подготовка спортсменов

05.003

(наименование вида профессиональной деятельности)

Код

Основная цель вида профессиональной деятельности:

Проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов

II. Описание трудовых функции, входящих  
в профессиональный стандарт (функциональная карта вида  
профессиональной деятельности)

Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалифика ции	наименование	код	уровень (подуровен ь) квалификац ии
А	Осуществление тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе	5	Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	A/01.5	5
			Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом	A/02.5	5
			Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе	A/03.5	5
В	Осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки	5	Осуществление набора обучающихся в группы и секции этапа начальной подготовки (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	B/01.5	5
			Обучение основам техники двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	B/02.5	5
			Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике	B/03.5	5

G	Оказание консультационной поддержки тренерам и спортсменам на всех этапах спортивной подготовки	7	Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	G/01.7	7
			Оказание экспертной и методической помощи по вопросам своей компетенции	G/02.7	7
H	Организация работы тренеров спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	7	Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	H/01.7	7
			Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	H/02.7	7
I	Руководство пополнением резерва спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	7	Взаимодействие с физкультурно-спортивными организациями субъекта Российской Федерации в целях пополнения резерва спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	I/01.7	7
			Осуществление отбора спортсменов в резерв спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	I/02.7	7

L	Организация работы тренеров спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	8	Планирование, организация и координация тренерской работы в спортивной сборной команде Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	L/01.8	8
			Учет и анализ спортивных результатов, достигнутых спортивной сборной командой Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	L/02.8	8
M	Руководство подготовкой и пополнением резерва спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	8	Взаимодействие с физкультурно-спортивными организациями в целях пополнения резерва спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	M/01.8	8
			Осуществление отбора спортсменов в резерв спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	M/02.8	8
N	Руководство подготовкой и состязательной деятельностью спортивной сборной Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	9	Руководство тренерской работой в спортивной сборной команде Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	N/01.9	9
			Отбор перспективных спортсменов, комплектование спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	N/02.9	9
			Организация участия спортивной сборной команды Российской Федерации	N/03.9	9

# Научно-методическое сопровождение подготовки спортивного резерва и высококвалифицированных спортсменов.

## Структура научно-методического обеспечения подготовки спортивного резерва



- Углубленное медицинское обследование
- Этапное комплексное обследование
- Текущее обследование
- Обследование соревновательной деятельности



- Психологическое обследование
- Проведение восстановительных и реабилитационных мероприятий
- Спортивное питание



ФЦС ВШЭФК

# Перспективы развития региональной врачбно-физкультурной службы



# Модель деятельности



# Как проходит обследование?

**Портативный пункт  
тестирования  
(оборудование,  
специалисты, оснащение)**

Обследование с помощью  
аппаратных методов, хорошо  
зарекомендовавших себя при  
работе со сборными командами  
и экспертная оценка



**Всего  
15–25 минут**

**Выдача заключения и  
рекомендаций**



# Академия биатлона



## Стратегия реализации программ научно-методического обеспечения подготовки спортивного резерва в Академии биатлона



Эффективная спортивная подготовка возможна только при квалифицированном научно-методическом и медико-биологическом сопровождении

Каждый этап спортивной подготовки должен иметь целенаправленную программу научно-методического и медико-биологического обеспечения



Академия биатлона должна быть заказчиком программ научно-методического и медико-биологического обеспечения этапов подготовки спортивного резерва и иметь целевое финансирование для их реализации

Обеспечить профессиональную подготовку и повышение квалификации тренеров Академии биатлона с использованием современных технологий с учетом нормативных требований





# Академия биатлона



## Структура научно-методического обеспечения подготовки спортивного резерва Академии биатлона



Этапное комплексное обследование

Текущее обследование

Управление тренировочным процессом



Прогнозирование соревновательной деятельности

Психологическая подготовка биатлонистов

Проведение восстановительных мероприятий



# Проблемы врачебно-педагогического обеспечения подготовки спортивного резерва

## 1. Ухудшение состояния здоровья детей

- функциональные отклонения и хронические заболевания увеличились на 80-85% в младших классах на 70 % - в старших классах
- количество детей с недостаточностью питания увеличилось в 2,4 раза

## 2. непригодность существующих нормативов и модельных характеристик для оценки детей

## 3. Снижение в целом уровня физической и функциональной подготовленности детей (проблемы отбора, удлинение сроков базовой подготовки)

## 4. Акселерация детей.

## 5. Изменение соматотипа детей с уменьшением доли мезоморфов (уменьшение количества двигательного одаренных детей).

- 5. Недостаточно разработаны типоспецифические (с учетом конституциональных особенностей) нормативы для оценки физического развития, двигательной подготовленности и функциональных возможностей (недооценка или переоценка возможностей юного спортсмена)**
- 6. Ликвидация медицинских учреждений для контроля за состоянием здоровья юных спортсменов (некачественный и непрофессиональный врачебный контроль)**
- 7. Увеличение физических и психоэмоциональных нагрузок (раннее истощение и снижение спортивного результата)**
- 8. Действующие программа и методики не соответствуют современному уровню физического развития и двигательной подготовленности (нагрузки на занятиях превышают функциональные возможности детей)**
- 9. Тренерами в практической работе игнорируется принцип природосообразия - нацеленность на «подтягивание отстающих качеств» (функциональные перегрузки и психологические проблемы)**

## **Направления совершенствования системы подготовки спортсменов:**

- 1. Резкий прирост объема тренировочной и соревновательной деятельности.**
- 2. Практика участия в большом количестве соревнований в течение сезона.**
- 3. Разработка методики продления периода успешных выступлений спортсменов на заключительных этапах спортивной карьеры.**
- 4. Максимальная ориентация на индивидуальные задатки и способности каждого конкретного спортсмена, при разработке всей системы многолетней подготовки, определении рациональной структуры соревновательной деятельности и др.**
- 5. Стремление к строго сбалансированной системе тренировочных и соревновательных нагрузок, отдыха, питания, средств восстановления, стимуляции работоспособности и мобилизации функциональных резервов.**

**6. Совершенствование системы управления тренировочным процессом на основе объективизации знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом как общих закономерностей становления спортивного мастерства, так и индивидуальных возможностей спортсменов.**

**7. Расширение, конкретизация и частичная перестройка знаний и практической деятельности по ряду разделов спортивной подготовки (развитие физических качеств, планирование нагрузки, совершенствование сложных элементов спортивной техники, и др.).**

**8. Динамичность системы подготовки, ее оперативная коррекция на основе постоянного изучения и учета как общих тенденций развития вида спорта, так и особенностей развития конкретных видов программы соревнований — изменение правил соревнований и условий их проведения, применение нового инвентаря и оборудования, расширение календаря и изменение значимости различных соревнований и др.**

***БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ !***