

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, 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 в лечебно-педагогического обеспечения подготовки спортивного резерва]; A --> D[Проблемы современного спорта];
```

**Изменение
соревновательной
деятельности**

**Проблемы в лечебно-
педагогического
обеспечения подготовки
спортивного резерва**

**Проблемы
современного
спорта**

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

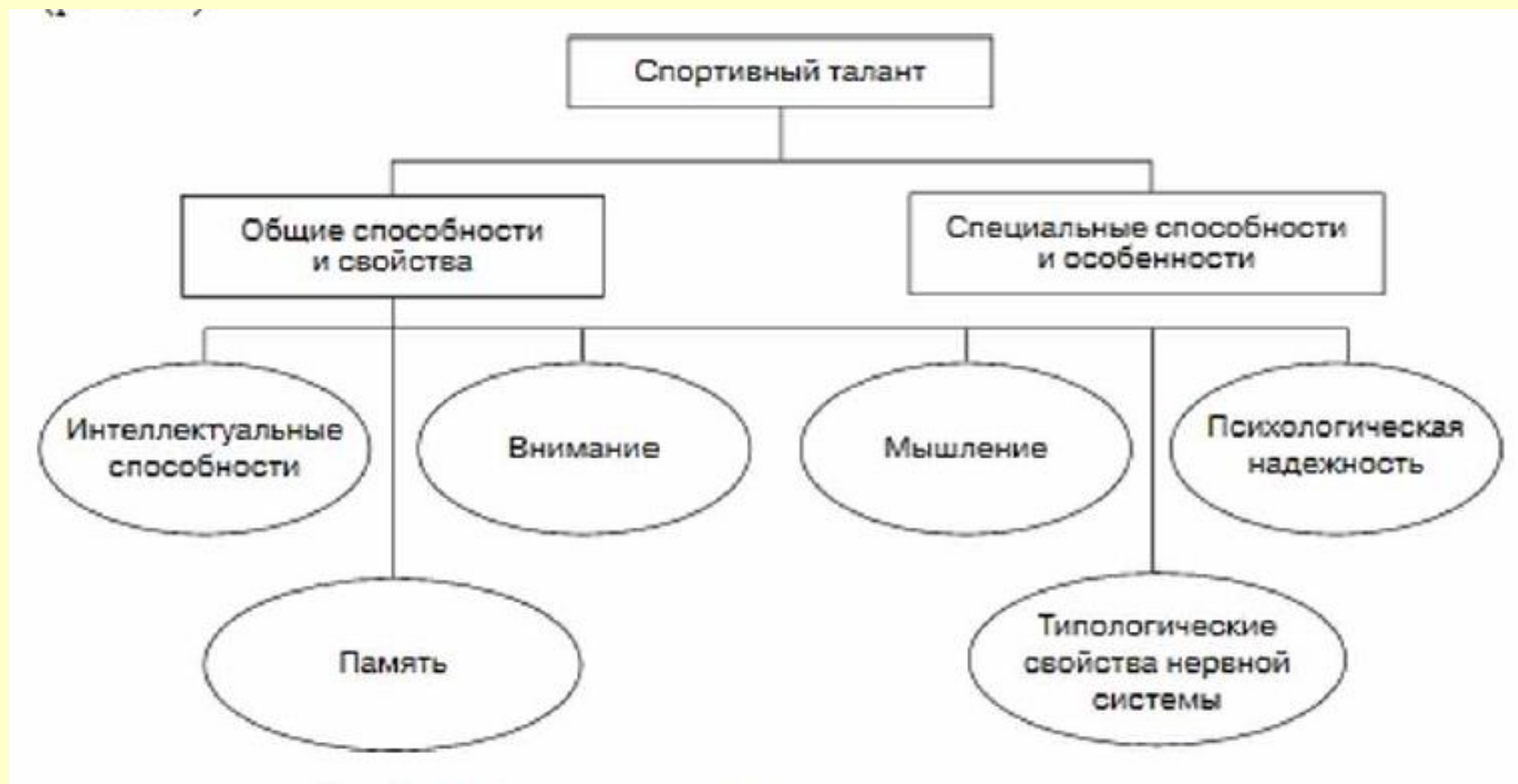
Среди преобладающих концепций, на которые опираются системы отбора и развития талантов, нужно назвать популярную во многих странах т.н. модель спортивного мастерства. Основу её составляют экспертные и экстраполяционные методы. Вариантом этой концепции является „модель чемпиона”, сформулированная на основании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

Многократно 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.

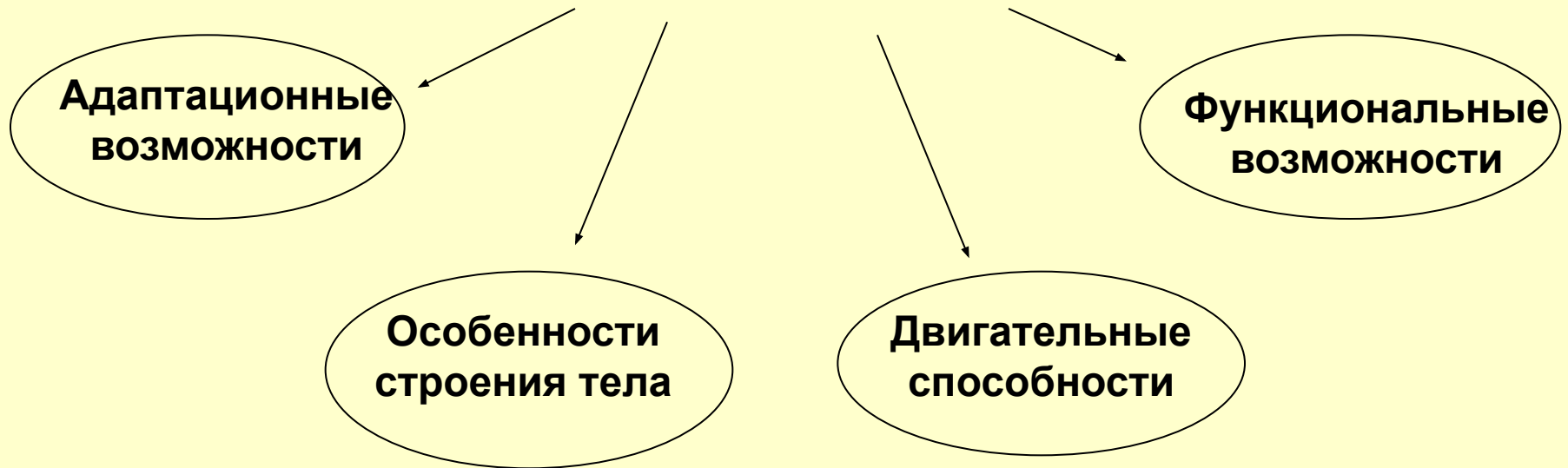
В западных странах доминирующей тенденцией было создание парадигм идентификации таланта в спорте по образцу отбора лиц, имеющих исключительные склонности к науке, искусству, бизнесу и т. п. Эти концепции получили организационно-институциональный размер, выражением чего стали национальные программы идентификации 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.

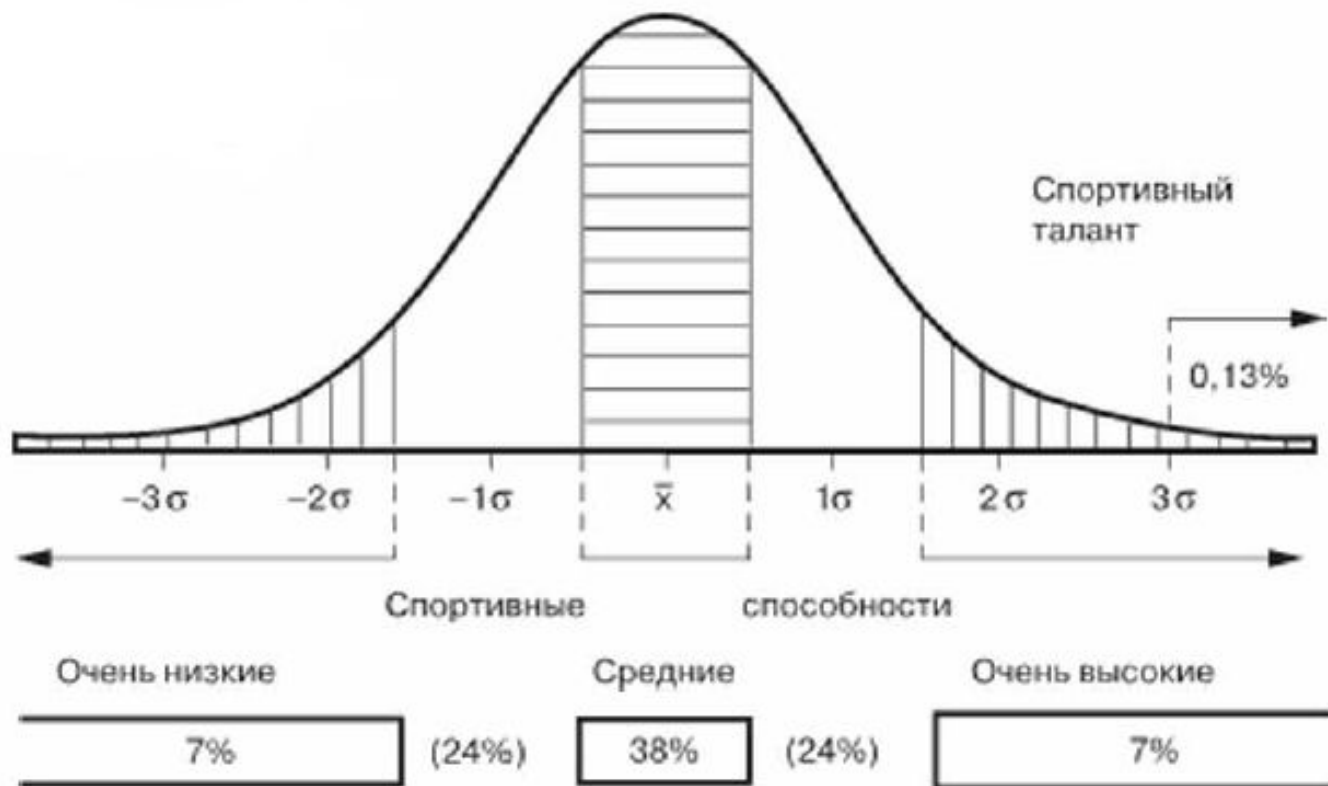
Спортивный талант – это высокий уровень развития способностей, определяющих успехи в спортивной деятельности (Л.П. Сергиенко, 2013)



**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)

Проблемы фармакологической поддержки и допинг.

Недопустимо !!!

1. Применять лекарственные средства самостоятельно
2. Использовать фармакологические средства (кроме витаминов) в период роста организма (дети и подростки). Допускается их использование только с лечебной целью по назначению врача.
3. Использовать препараты, относящиеся к допингу.

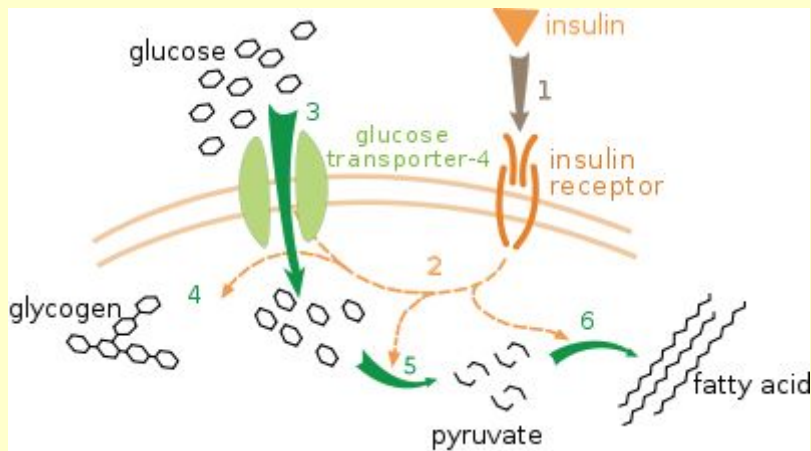


ЭТАПНОСТЬ КОРРЕКЦИИ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ У СПОРТСМЕНОВ

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
I. Совершенствование нормативного правового регулирования подготовки спортивного резерва				
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



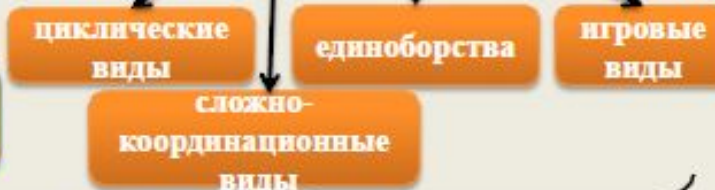
ФЦСР

Организационно-методическое управление

8 методических отделов по федеральным округам
8



4 спортивных отдела по группам видов спорта старших тренеров по резерву сборных команд РФ
4



Всероссийские федерации по видам спорта

85 инструкторов-методистов

Региональные федерации по видам спорта

52 старших тренера по резерву сборных команд РФ по олимпийским видам спорта

Специалисты органов исполнительной власти в области ФКиС субъектов РФ

ЦСП - 171

5062 организаций, осуществляющих спортивную подготовку в РФ

ДЮСШ - 3780

СДЮСШОР - 1055

УОР - 56

тренеры – 99 250

занимающихся – 3 278 048

Отбор кандидатов в резерв сборных команд РФ по видам спорта.

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-оздоров ительном 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

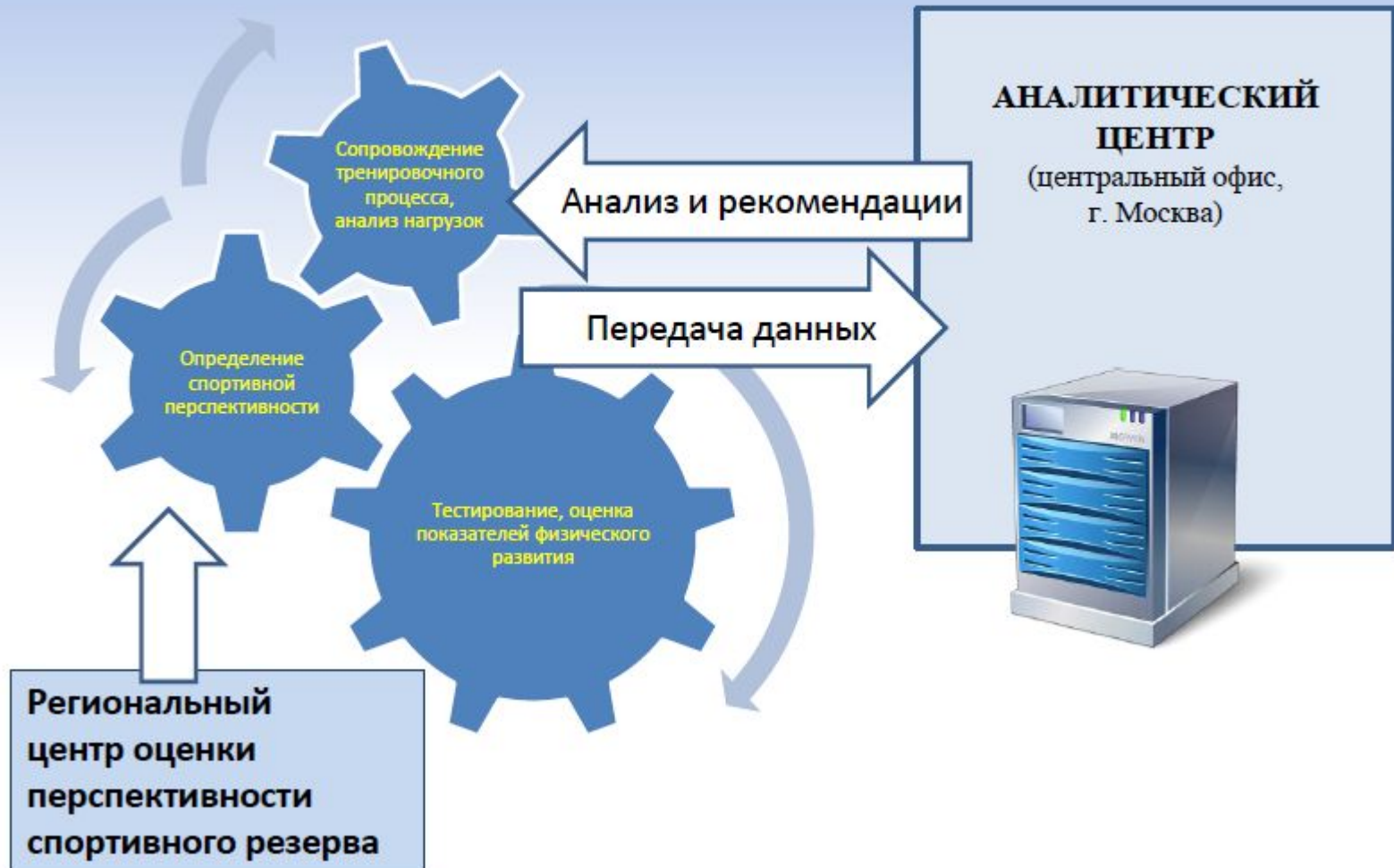


ФЦЭ ВШЭФК

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 !