

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

- 3 *Микола Безмилов, Ігор Зезмилов*
Способи оцінювання ефективності змагальної діяльності в баскетболі
- 8 *Тетяна Дзюгій*
Використання позатренувальних засобів у процесі відновлення після змагальної діяльності у веслуванні на байдарках і каное
- 12 *Ольга Калужна*
Фізична підготовка у тренувальному процесі спортсменів-танцюристів на етапі попередньої базової підготовки
- 17 *Олена Козлова*
Рейтинг країн у легкій атлетиці в умовах професіоналізації
- 22 *Бо Ли, Андрей Дьяченко*
Аэробная производительность, ее значение и факторы совершенствования у квалифицированных спортсменов в спортивных танцах
- 28 *Ігор Максименко*
Планування тренувальних навантажень футболістів на початковому етапі з урахуванням енерговитрат
- 32 *Валерій Ніколаєнко, Олег Байрачний*
Стан підготовки футбольного резерву в Україні
- 36 *Юрій Павленко, Мирослав Дутчак*
Методологічні основи науково-методичного забезпечення підготовки національних команд до Олімпійських ігор
- 41 *Ольга Русанова*
Типологічні особливості стійкості реакцій аеробного енергозабезпечення кваліфікованих веслувальників
- 45 *Володимир Саєнко*
Обсяг тренувальних навантажень у річному циклі підготовки каратистів високої кваліфікації
- 48 *Оксана Шинкарук, Ірина Матвієнко*
Обґрунтування та розробка педагогічних технологій відбору дітей на етапі початкової підготовки у веслуванні на байдарках і каное

ВАЛЕОЛОГІЯ І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

- 52 *Роман Бака*
Адаптационные реакции двигательной функции студентов в условиях систематической физической активности
- 56 *Марія Балаж, Ольга Марченко*
Фізична реабілітація осіб з ішемічною хворобою серця з метаболічним синдромом
- 60 *Вікторія Білецька*
Адаптаційні можливості серцево-судинної системи дітей молодшого шкільного віку за показниками варіабельності серцевого ритму

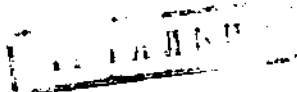
“Теорія і методика фізичного виховання і спорту” — науково-теоретичний журнал для спеціалістів у галузі фізичного виховання і спорту — наукових працівників, викладачів ВНЗ, тренерів, докторантів, аспірантів, студентів, спортсменів.

Науковий консультант
В. М. Платонов, д-р пед. наук

Головний редактор
Ю. М. Шкретій, д-р наук з фіз. виховання і спорту

Заступник головного редактора
О. В. Андреева, канд. наук з фіз. виховання і спорту

Редакційна колегія:
М. М. Булатова, д-р пед. наук
Л. В. Волков, д-р пед. наук
В. І. Воронова, канд. пед. наук
В. В. Гамалій, канд. пед. наук
В. М. Гордієнко, д-р мед. наук
Л. О. Драгунов, канд. пед. наук
М. В. Дутчак, д-р наук з фіз. виховання і спорту
А. Ю. Дяченко, д-р наук з фіз. виховання і спорту
В. М. Ільїн, д-р біол. наук
В. О. Кашуба, д-р наук з фіз. виховання і спорту
Г. В. Коробейніков, д-р біол. наук
К. Коханович, д-р наук з фіз. виховання і спорту
Т. Ю. Круцевич, д-р наук з фіз. виховання і спорту
Г. А. Лісенчук, д-р наук з фіз. виховання і спорту
О. К. Марченко, канд. пед. наук
Ю. П. Мічуда, д-р наук з фіз. виховання і спорту
С. А. Олійник, д-р біол. наук
І. І. Пархотік, д-р мед. наук
С. Савчин, д-р наук з фіз. виховання і спорту
М. М. Філіппов, д-р біол. наук
Л. Г. Шахліна, д-р мед. наук
О. А. Шинкарук, канд. пед. наук



Методологічні основи науково-методичного забезпечення підготовки національних команд до Олімпійських ігор

Резюме

Доказано, что становление методологических основ научно-методического обеспечения спортивной подготовки неразрывно связано с формированием системы знаний и совершенствованием системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте.

Summary

Formation of methodological fundamentals of scientific and methodic supply of sport training is tightly connected with development of the system of knowledge and improvement of the system of athlete training in the Olympic sport.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій, зв'язок із науковими та практичними завданнями. З виходом на міжнародну спортивну арену спортсменів колишнього СРСР та інших соціалістичних країн, за кілька десятиріч років була сформована передова система олімпійської підготовки. Наукові напрацювання, практичний досвід і сьогодні продовжують привертати увагу фахівців, які зацікавлені у спортивних досягненнях своїх національних команд на Олімпійських іграх.

Серед головних особливостей радянської системи спортивної підготовки виділяють централізоване управління і контроль, державну підтримку, підготовку висококваліфікованих тренерів, етапність та нормативність багаторічної підготовки, пошук та підтримку талановитої молоді, комплексність проведення внутрішніх змагань відповідно до Олімпійських ігор, активне використання можливостей спортивної медицини та спортивної науки тощо [6, 7, 9].

Аналіз останніх досліджень та публікацій засвідчив, що у багатьох країнах здійснюються спроби модернізувати, трансформувати цю модель відповідно до національних умов та традицій [7, 10]. Тому актуальним залишається поглиблене пізнання чинників, які обумовлювали становлення методології пріоритетних складових системи олімпійської підготовки, серед яких важливе місце займає науково-методичне забезпечення цього процесу.

Роботу виконано за темою 1.3.5 "Організаційні та практич-

ні основи науково-методичного забезпечення підготовки національних команд до Олімпійських ігор" згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006—2010 рр. (№ держреєстрації 0106U010995).

Мета дослідження — здійснити аналітичний огляд становлення методологічних основ науково-методичного забезпечення підготовки національних команд до Олімпійських ігор.

Методи дослідження: історичний аналіз та узагальнення фактологічного, статистичного та іншого емпіричного матеріалу щодо науково-методичного забезпечення підготовки національних команд колишнього СРСР та інших країн соціалістичного табору за даними наукової літератури, директивних та регламентуючих документів, інформаційних ресурсів мережі Інтернет.

Результати дослідження та їх обговорення. Становлення методологічних основ науково-методичного забезпечення (НМЗ) підготовки національних команд нерозривно пов'язано з формуванням системи знань та удосконаленням системи підготовки спортсменів в олімпійському спорті.

Для розвитку знань для будь-якої сфери притаманним є постійне проходження трьох фаз:

I — емпірична: відбувається фіксація, описування й пояснення фактів, явищ, подій тощо;

II — теоретична: формування теорії, яка відображає і пояснює певну сферу діяльності з обґрунтуванням закономірностей;

III — технологічна: широке використання знань у практичній ді-

яльності, які стають невід'ємною її частиною [8].

Відносно формування знань зі спортивної підготовки простежується наступна хронологія зазначених фаз (табл. 1). Взаємна зацікавленість у співпраці представників науки та практики визначається протягом усієї історії сучасного олімпійського руху. Науковці намагалися отримати інформацію про резервні можливості та адаптацію організму людини до екстремальних факторів тренувальної та змагальної діяльності, практики — науково обґрунтовану систему спортивної підготовки. Початком розвитку системи підготовки спортсменів фахівці вважають другу половину XIX ст., коли спортивна діяльність почала активно набувати популярності і, як наслідок, відродилось проведення Олімпійських ігор. Почалися спроби побудувати спортивну підготовку з урахуванням передового практичного досвіду, медико-біологічних знань, розвитку матеріально-технічної бази. Однак у полі зору науковців, в основному, були окремі аспекти підготовки спортсменів у обраних видах спорту, хоча в результаті були створені передумови для формування теоретичних основ спортивної підготовки [7, 10].

Бажаний дієвий зв'язок передової спортивної практики та науки намітився лише в 60-х роках XX ст. і пов'язаний з підготовкою та участю спортсменів колишнього СРСР в Олімпійських іграх. Почали виходити праці, які узагальнювали різноманітний емпіричний та теоретичний матеріал щодо спортивної підготовки. Це, насамперед, напрацювання Н. Г. Озоліна, Л. П. Матвеева та В. М. Платонова, в яких спортивна наука постає як динамічна система знань зі своєю структурою, понятійним апаратом, принципами, властивостями, зв'язками [6, 7].

Поєднання теорії та практики обумовило виділення у систе-

мі олімпійської підготовки окремого компонента — науково-методичне забезпечення як основного механізму впровадження наукових розробок у практичну діяльність та отримання емпіричного матеріалу для подальшого наукового опрацювання [2, 9].

Сформувались основні положення щодо організації та здійснення науково-методичного забезпечення підготовки національних команд. Метою НМЗ визначено оперативне впровадження передових досягнень спортивної науки, суміжних дисциплін, досвіду практики та науково-технічного прогресу в процес спортивної підготовки. НМЗ розглядалось як комплексна система заходів, яка забезпечує підвищення ефективності підготовки спортсменів високої кваліфікації. У більш широкому значенні мала на увазі діяльність, яка, крім безпосередньої роботи щодо впровадження конкурентоспроможних технологій у практичну діяльність, охоплює проведення фундаментальних та прикладних досліджень, здійснення наукових розробок для подальшого розвитку теорії та практики спортивної підготовки, підготовку наукових та науково-педагогічних кадрів, опанування фахівцями сучасної системи знань тощо [2, 3].

До основних функціональних напрямів НМЗ підготовки національних команд віднесено педагогічне, медико-біологічне, психологічне, інформаційне, організаційне та матеріально-технічне забезпечення.

Таблиця 1 — Фази становлення та розвитку спортивної науки

Назва фази	Початок фази	Характеристика фази
Емпірична	Друга половина XIX ст.	Перші спроби побудувати спортивну підготовку в обраних видах спорту з урахуванням передового практичного досвіду, медико-біологічних знань, розвитку матеріально-технічної бази
Теоретична	60-ті роки XX ст.	Видавництво праць, які узагальнювали різноманітний емпіричний та теоретичний матеріал щодо спортивної підготовки
Технологічна	Кінець XX ст.	Активізація та поширення використання системи знань з підготовки спортсменів у практичній діяльності

У процесі реалізації цих напрямів вирішуються наступні завдання:

- визначення основних напрямів та тенденцій розвитку спорту взагалі та окремих видів спорту, удосконалення системи спортивної підготовки, співвідношення сил на міжнародній арені;

- прогнозування спортивних досягнень, спортивних результатів, виступів команд та спортсменів на змаганнях;

- моделювання змагальної діяльності та різних сторін підготовленості спортсменів (техніко-тактичної, фізичної та психологічної);

- розробка системи відбору кандидатів до національної команди (комплексу організаційно-методичних заходів педагогічної, медико-біологічної, психологічної і соціальної спрямованості);

- програмування та планування змагальної діяльності та різних структурних утворень тренувального процесу (макро-, мезо-, мікроциклів, тренувальних днів, занять, комплексів вправ);

- впровадження сучасних технологій та інновацій щодо підвищення рівня техніко-тактичної, фізичної та психологічної підготовленості спортсменів;

- визначення організаційно-управлінських засад підготовки національних команд (організаційна структура, сполучення різ-

них організаційних форм підготовки тощо);

- управління процесом підготовки спортсменів шляхом здійснення комплексного контролю та надання рекомендацій щодо корекції їх змагальної діяльності, тренувальних програм, підготовленості та стану;

- удосконалення матеріально-технічного забезпечення процесу спортивної підготовки (спортивного інвентаря та обладнання місць підготовки й змагань, діагностичної апаратури, тренажерів тощо);

- реалізація практичних заходів щодо збереження здоров'я спортсменів, підвищення їх працездатності (застосування фармпрепаратів, біологічно активних препаратів, раціонального харчування, харчових маніпуляцій, профілактика травматизму тощо);

- проведення заходів щодо підвищення кваліфікації фахівців, які працюють з національними командами (конференцій, семінарів, майстер-класів тощо);

- забезпечення спеціалістів, які задіяні у підготовці національних команд, необхідною інформативністю [2, 3, 5].

Тісному взаємозв'язку практичної роботи з НМЗ підготовки національних команд та наукових досліджень у СРСР та інших країнах соціалістичного табору сприяла та обставина, що більшість наукових тематик у

галузі фізичної культури і спорту було спрямовано на скоріше вирішення проблем спорту вищих досягнень, розвиток якого був пріоритетом у державній політиці.

Сполучення прямого доступу до емпіричного матеріалу та глибокого теоретичного осмислення сприяло випереджальному вирішенню багатьох практичних проблем олімпійської підготовки, серед яких: перехід до комплексного цільового планування, збільшення обсягів, а згодом й інтенсивності тренувальної роботи, визначення ефективних засобів та методів удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів, відбір талановитої молоді для підготовки резерву збірних команд, адаптація до екстремальних кліматогеографічних умов спортивної діяльності, застосування різних додаткових факторів (гіпоксичне тренування, засоби відновлення та стимуляції працездатності, харчування, матеріально-технічне забезпечення), оптимізація змагальної діяльності спортсменів тощо [2, 6, 9].

Вже у першому Зведеному плані НДР у сфері фізичної культури та спорту 1937 р. найбільшу кількість тематик (44) об'єднував напрям "Наукові основи спортивної підготовки та техніки". П'ятдесят відсотків усіх досліджень та наукових розробок з 19 проблем, які були представлені у Зведених планах 60-х років минулого сторіччя, було зосереджено на вирішенні п'яти проблем, серед яких домінували

дослідження з організації та методики спортивного тренування, фізіології спорту, спортивної медицини. Головними завданнями наукових досліджень було визначення найбільш ефективних засобів, форм та методів фізичної, технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки спортсменів й впровадження їх у практику; раціоналізація планування спортивного тренування; удосконалення педагогічного, лікарського, фізіологічного та психологічного контролю; питання юнацького спорту.

До 70-х років розширення проблематичного кола досліджень у спортивній сфері здійснювалось за рахунок природничих наук. Така тенденція пояснювалась тим, що спортивна наука у ці роки на тлі вивчення передового практичного досвіду, організаційно-методичних проблем, вирішення загальних питань все детальніше досліджувала біологічні явища, всебічно опрацьовувала окремі проблеми, які могли виникнути у спортивній діяльності. Кількість захищених дисертацій, виконаних за науковою спеціалізацією 13.00.04 "Теорія і методика фізичного виховання і спортивного тренування", у 1956—1965 рр. становить відповідно 19 та 62,2 % загальної кількості докторських та кандидатських робіт у цій сфері.

У 70-ті роки відбулось подальше поживлення педагогічних досліджень. У Зведених планах НДР сфери фізичного виховання і спорту 1971—1983 рр. удосконаленню системи підготовки спортсменів високого класу та резерву було присвячено 65—70 % наукових розробок. У 1984—1988 рр. кількість захищених дисертацій з педагогіки зросла до 89 % загальної кількості виконаних робіт у цій сфері, 81,2 % кандидатських та 51,3 % докторських дисертацій. Для порівняння, у попередні періоди з 1938 по 1984 р. доля таких робіт становила відповідно 74,4, 73,3 та 36,0 % [1].

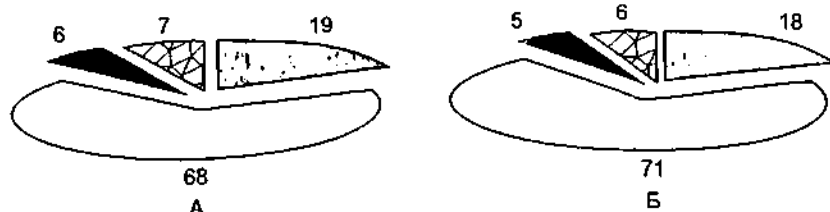


Рисунок 1 — Співвідношення докторських (А) та кандидатських (Б) дисертаційних робіт, які були захищені у сфері фізичної культури та спорту СРСР з 1935 по 1990 р. за тематичними напрямками, %:

■ — масова фізична культура; ▨ — спорт вищих досягнень та підготовка спортивного резерву; ▩ — організаційні питання сфери фізичної культури і спорту; □ — підготовка фізкультурних кадрів

Взагалі з 1935 по 1990 р. розробці та впровадженню нових технологій, форм та методів спортивної підготовки національних команд, розвитку спорту вищих досягнень та підготовці спортивного резерву було присвячено 68 % докторських та 71 % кандидатських робіт, які були захищені з фізичної культури та спорту (рис. 1).

Завдяки суттєвому випередженню наукових розробок радянських фахівців, порівняно з напрацюваннями закордонних спеціалістів, та їх оперативному впровадженню, спортсмени Радянського Союзу досягли переваги над командою США. Результати діяльності провідних наукових колективів СРСР стали привертати увагу представників закордонної спортивної науки. Науково обґрунтовану систему олімпійської підготовки почали реалізовувати інші країни соціалістичного табору: Німецька Демократична Республіка, Болгарія, Угорщина, Польща, Чехословаччина, Румунія, Куба. Це призвело до того,

що за загальними досягненнями на Іграх Олімпіад ці країни разом із СРСР, постійно прогресуючи, у підсумку випередили високорозвинуті капіталістичні країни: США, Японію, Федеративну Республіку Німеччини, Австралію, Францію, Велику Британію, Італію та Канаду (рис. 2).

Однак залучення більшості висококваліфікованих спеціалістів до розробок прикладних завдань негативно впливало на проведення фундаментальних досліджень. Виникла потреба у систематичних програмних дослідженнях добре організованими крупними науковими колективами. Так, у 80-х роках минулого сторіччя пропонувалась фундаментальна міждисциплінарна розробка структури рухової діяльності та рухових здібностей, основ теорії оптимального прискореного навчання, теорії динамічної адаптації рухових функцій, теорії оптимального управління руховою діяльністю людини та системної теорії надійності біосистем, які забез-

печують надійність рухової діяльності людини в екстремальних та звичних умовах життєдіяльності.

Наприклад, у міждисциплінарних дослідженнях вчених Східної Німеччини "Довгострокова і безпосередня підготовка до специфічних кліматичних та часових умов Ігор XIX Олімпіади у Мехіко" були задіяні наступні дисципліни:

— біокліматологія (визначення головних кліматичних факторів, їх впливу на людину, можливостей послаблення негативних та застосування позитивних впливів);

— спортивна медицина (дослідження впливу середньогір'я на біологічні процеси та органи, функціональні можливості людини, динаміки адаптації та перспектив довгострокової адаптації до гіпоксії);

— спортивна психологія (вивчення впливу клімату середньогір'я на самопочуття спорт-

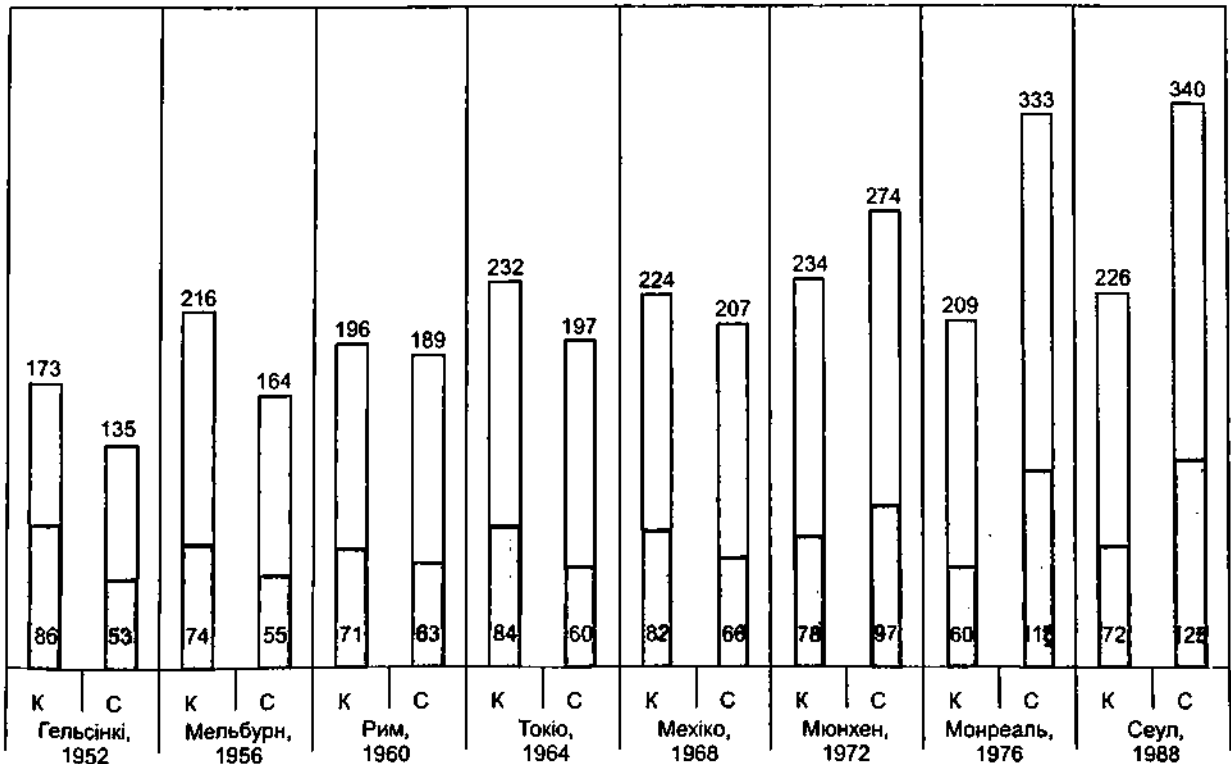


Рисунок 2 — Динаміка загальної кількості медалей (□) та золотих нагород (■) капіталістичних (К) та соціалістичних (С) країн на Іграх Олімпіад 1952—1976 та 1988 рр.

сменів, психологічних проблем та шляхів їх подолання);

— методика тренування (дослідження впливу клімату середньогір'я на спортивний результат і можливостей його використання для вирішення завдань спортивної підготовки) [4].

Таким чином, досягнення значних успіхів спортсменами соціалістичних країн сприяла стійка увага науковців до розробки актуальних питань спортивної підготовки. Однак протягом останніх 20 років проблематика спорту вищих досягнень та підготовки спортивного резерву втратила пріоритетне місце в наукових дослідженнях сфери фізичної культури і спорту. Так, на теренах колишнього СРСР при збільшенні загальної кількості виконаних дисертаційних робіт у сфері на 23 % показники захищених дисертацій з підготовки спортсменів зменшилися на 30 % [1]. Тому актуальним стає пошук шляхів поновлення зацікавленості наукових працівників цих країн до фундаментальних і прикладних педагогічних, медико-біологічних, психологічних, соціологічних і міждисциплінарних досліджень на задоволення потреб спортивної практики.

Наприкінці ХХ століття з огляду на соціально-політичні зрушення в країнах соціалістичного табору досвід радянської школи підготовки спортсменів у олімпійському спорті став надбанням фахівців різних країн світу. Почався етап, у якому на тлі значного й постійно зрос-

таючого обсягу знань з теорії спортивної підготовки, які стали доступними для великого спортивного загалу, все більшого значення набуває технологія використання інновацій у практичній діяльності. Тому все частіше на світових спортивних аренах перевагу мають спортсмени тих країн, у яких намагаються створити найсприятливіші умови для побудови національної інфраструктури науково-методичного забезпечення спорту вищих досягнень.

Висновки

Становлення методологічних основ науково-методичного забезпечення спортивної підготовки було обумовлено взаємозв'язком, взаємозалежністю розвитку теоретичних знань та необхідністю удосконалення підготовки спортсменів соціалістичних країн до Олімпійських ігор. Практична спрямованість спортивної науки розглядалась як один із ключових принципів олімпійської підготовки.

Визначені функції науково-методичного забезпечення у системі спортивної підготовки дають підстави стверджувати, що виведення організації наукової діяльності на якісно новий рівень є одним з найдієвіших напрямів щодо підвищення ефективності підготовки та участі національних команд в Олімпійських іграх.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з визначенням шляхів трансформації, адаптації передового історичного досвіду формування системи науково-методичного забезпечення олімпійської підготовки до традицій та сучасних умов України.

1. Баранов В. Н. Анализ тематики диссертационных работ по основным направлениям научных исследований в сфере физической культуры и спорта / В. Н. Баранов, З. К. Смеловская, Б. Н. Шустин // Вестник спорт. науки. — 2006. — № 4. — С. 5—11.

2. Дрюков В. О. Научно-методичне та медичне забезпечення спортсменів у спорті найвищих досягнень / В. О. Дрюков, Т. Є. Містулова — К.: Наук. думка, 2004. — 277 с.

3. Инструкция по организации научно-методического и медицинского обеспечения подготовки сборных команд СССР к Олимпийским играм 1980 года / ВНИИФК. — М., 1977. — 33 с.

4. Лехверт А. Об опыте руководства и организации междисциплинарных исследований в спортивной науке. / А. Лехверт // Организация и управление физической культурой и спортом в зарубежных странах. — М., 1989. — Вып. 2. — С. 23—32.

5. Мартынов В. С. Научно-методическое обеспечение подготовки сборных команд СССР / В. С. Мартынов, В.А. Геселевич // Научно-спортивный вестник. — 1983. — № 5 — С. 13—18.

6. Организационно-управленческие и научно-методические аспекты олимпийской подготовки 1952—1996 гг. / ВНИИФК. — М., 1996. — 172 с.

7. Платонов В. Н. Олимпийский спорт / В. Н. Платонов. — Т 2. — К.: Олимп. л-ра, 2009. — 684 с.

8. Сурмін Ю. П. Майстерня вченого: підручник для науковця. / Ю. П. Сурмін. — К.: ТМЦ "Консорціум із удосконалення менеджмент-освіти в Україні", 2006. — 302 с.

9. Сыч В. Л. Теоретические и научно-методические аспекты олимпийской подготовки. / В. Л. Сыч, В. С. Мартынов, Л. С. Хоменков. — М.: ЦНИИС, 1991. — 168 с.

10. Green M. Elite Sport Development Policy: learning and political priorities / M. Green, B. Houlihan — Routledge. Taylor Francis Group. — London and New York, 2007. — 219 p.