

Рогаткина Е.С. Структура и многолетняя динамика соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов // Академия педагогических идей «Новация». – 2019. – №11 (ноябрь). – АРТ 250-эл. – 0,2 п. л. – URL: <http://akademnova.ru/page/875548>

РУБРИКА: ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

УДК 796/799

Рогаткина Екатерина Сергеевна

студентка 2 курса, юридического факультета

Кемеровский институт (филиал) РЭУ им. Г.В. Плеханова

г. Кемерово, Российская Федерация

e-mail: katya.rogatkina.97@mail.ru

**СТРУКТУРА И МНОГОЛЕТНЯЯ ДИНАМИКА
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ**

Аннотация: В статье рассмотрены особенности соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов. Отмечены факторы формирования структуры соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов. Выделены показатели динамики соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, высококвалифицированный, многолетняя динамика, спорт высших достижений.

Rogatkin Ekaterina

2 st year student, faculty of law

Kemerovo Institute (branch) of PRUE. G. V. Plekhanov

Kemerovo, Russian Federation

STRUCTURE AND LONG-TERM DYNAMICS OF COMPETITIVE ACTIVITY OF HIGHLY QUALIFIED ATHLETES

Abstract: the article deals with the features of competitive activity of highly qualified athletes. The above-mentioned factors of formation of structure of competitive activity of highly skilled athletes. Indicators of dynamics of competitive activity of highly qualified athletes are allocated.

Keywords: competitive activity, highly qualified, long-term dynamics, sport of the highest achievements.

Соревновательная деятельность составляет важнейшую часть подготовки высококвалифицированных спортсменов. Структура и многолетняя динамика соревновательной деятельности служит основой для формирования целей и задач подготовки на каждом этапе, а также для выбора методов и средств развития физических качеств и функциональных возможностей. Изучение структуры соревновательной деятельности соперников и конкурентов позволяет определить тактико-технические особенности индивидуализированной подготовки спортсмена.

Структура соревновательной деятельности имеет свою специфику в каждом виде спорта. Так, на одной и той же дистанции плотность соревнований для разных видов спорта будет иметь существенные различия: от недели до месяца.

При составлении индивидуальной карты соревновательной деятельности имеют значение различные факторы:

– продолжительностью времени работы на соревнованиях (например, существенные различия отмечаются в стартах для бегунов на 200 м. и для спортсменов, специализирующихся на марафоне, стипль-чезе и пр.);

- возраст спортсмена, стаж соревновательной деятельности;
- уровень развития физических качества и функциональных возможностей организма спортсмена;
- особенности адаптации к физическим нагрузкам и др. [3].

Примерное число соревнований в избранной спортивной дисциплине на отдельных этапах подготовки представлено на рисунке 1.

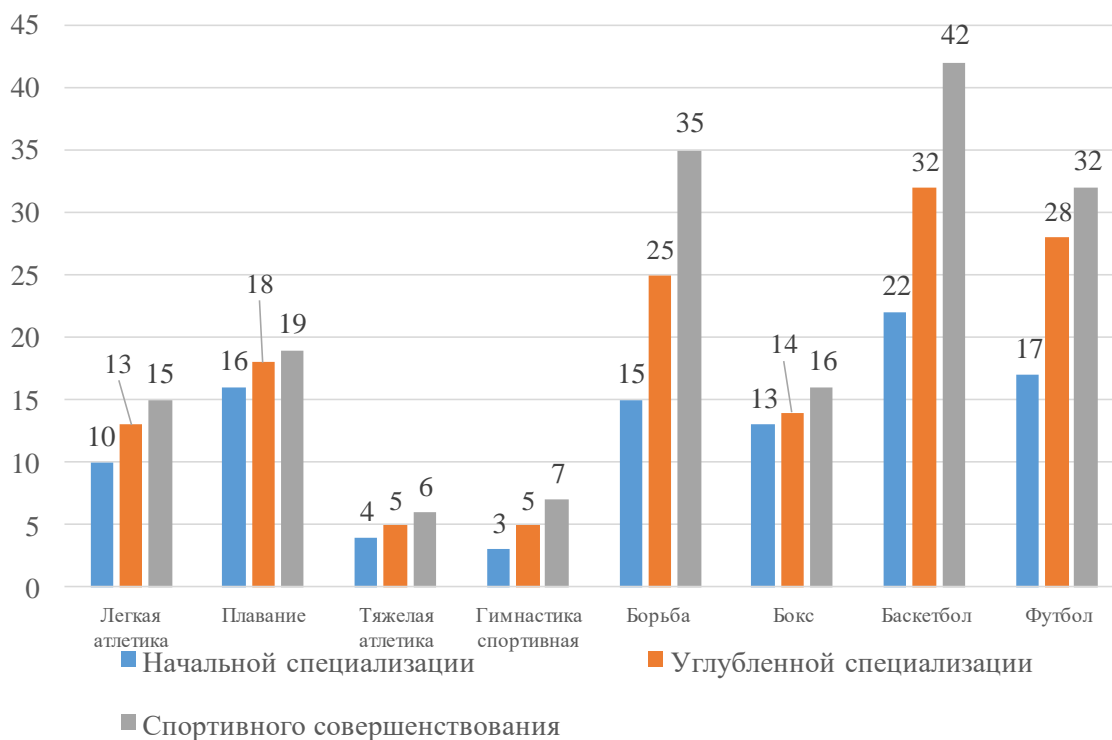


Рисунок 1 – Примерное число соревнований в избранной спортивной дисциплине на отдельных этапах подготовки с циклической, ациклической и комбинированной структурой движений

Структура соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов носит индивидуализированный характер и определяется возрастом спортсмена, стажем спортивной деятельности, результатами предыдущих соревнований и целевыми спортивными показателями. Например, при подготовке к чемпионатам мира и олимпийским играм часто

спортсмены пропускают промежуточные старты, не носящие обязательный характер.

В целом, в динамике многолетней динамики соревновательной практики высококвалифицированных спортсменов общий объем соревновательных выступлений и их напряженность предельно возрастают (рисунок 2).

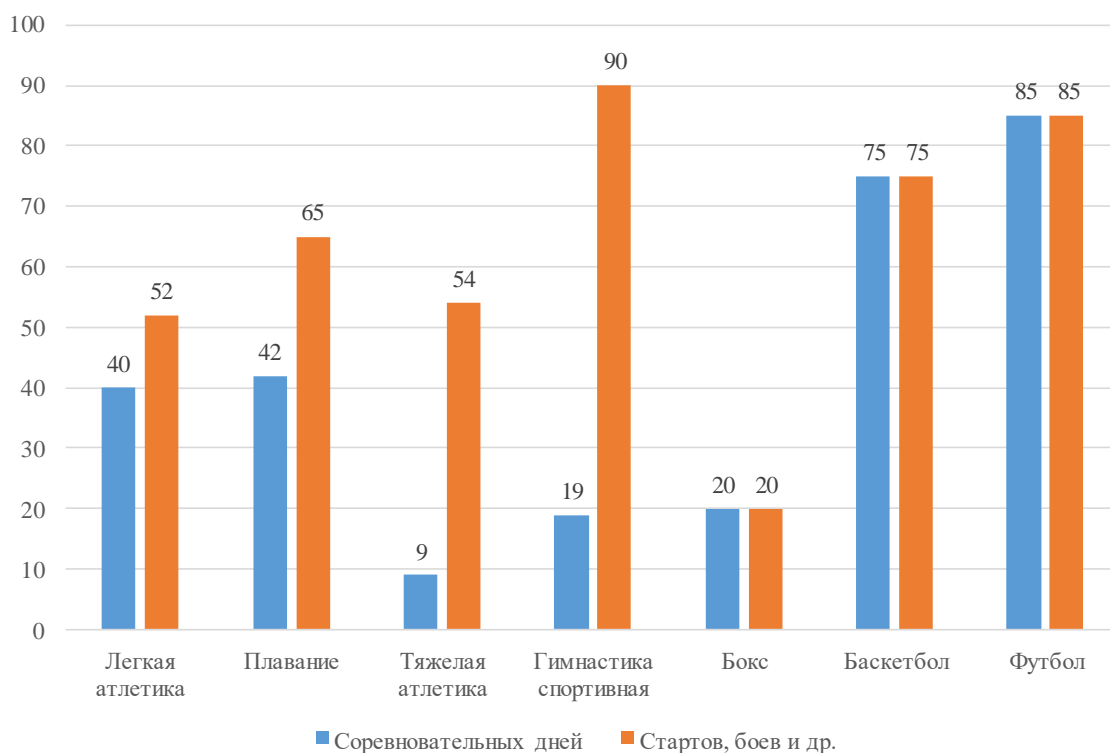


Рисунок 2 – Показатели соревновательной практики в годичном цикле у высококвалифицированных спортсменов с циклической, ациклической и комбинированной структурой движений

В большинстве случаев промежуток между соревнованиями составляет не менее одной недели (± 2 дня). Верхний предел часто ограничен 20-21 днями. Между ответственными соревнованиями выдерживают 3-4 недели [2].

Анализ структуры соревновательной деятельности в каждом виде спорта проводят по различным показателям. Так, если в беге на 200-400 метров выделяют четыре компонента оценки, то для плавания на 1000 метров учитываются уже десять показателей.

Динамика многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов подразделяется на следующие основные этапы:

- 1) начальной подготовки;
- 2) предварительной базовой подготовки;
- 3) специализированной базовой подготовки;
- 4) максимальной реализации индивидуальных возможностей;
- 5) сохранения достижений [5].

Прохождение данных этапов носит индивидуальный характер, несмотря на установленные в каждом виде спорта возрастные границы. Так, получение третьего юношеского разряда в гимнастике и акробатике происходит в среднем в возрасте 6-7 лет, а у пловцов – 8-9 лет. Кроме того, если в возрасте 20 лет многие гимнасты заканчивают спортивную карьеру, то борцы выступают на соревнованиях и в 40 лет.

Во многом особенности динамики многолетней соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов определяются как физическими качествами, так и психологическими особенностями и пр. Многолетняя динамика соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов определяется также индивидуальной картой соревновательной деятельности.

Факторный анализ подготовленности высококвалифицированных спортсменов, позволяет отметить наиболее значимые факторы, на которые следует обращать внимание в системе подготовки к соревнованиям: повысить уровень развития того или иного физического качества,

сосредоточить подготовку на функциональных возможностях, снизить влияние внешних факторов путем оптимизации нервно-психической устойчивости спортсмена и пр.

Таким образом, повышение эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов возможно при постоянном отслеживании структуры и динамики соревновательной деятельности на каждом этапе с учетом применяемых методов и средств подготовки.

Список использованной литературы:

1. Апойко Р.Н. Особенности динамики спортивно-технических показателей в структуре соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов / Р.Н. Апойко, А.Б. Таймазов // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2016. – № 1. – С. 112-117.
2. Елевич С.Н. Структура и многолетняя динамика соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболистов / С.Н. Елевич // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 5 (39). – С. 44-48.
3. Крестьянинов В.А. Техничко-тактические действия в структуре соревновательной деятельности / В.А. Крестьянинов, В.А. Бобровский, А.В. Горбунов // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2011. – № 4 (47). – С. 66-69.
4. Крестьянинов В.А. Техничко-тактические действия в структуре соревновательной деятельности высококвалифицированных дзюдоистов / В.А. Крестьянинов // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений. – 2013. – Т. 1. – № 1. – С. 267-272.
5. Фискалов В.Д. Теоретические основы и организация подготовки спортсменов. – Волгоград, 2010. – 357 с.

Дата поступления в редакцию: 28.10.2019 г.

Опубликовано: 03.11.2019 г.

© Академия педагогических идей «Новация», электронный журнал, 2019
© Рогаткина Е.С., 2019