

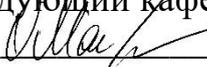
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ П.М. МАШЕРОВА»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра теории и методики физической культуры и спортивной медицины

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

 О.Н. Малах
30.01.2025

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета

 Ю.В. Гапоненок
30.01.2025

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
СОВРЕМЕННОГО СПОРТА**

для специальности

1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)

Составитель: Н.А. Тишутин

Рассмотрено и утверждено
на заседании научно-методического совета 26.02.2025, протокол № 3

УДК 796(075.8)
ББК 75я73
А43

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова». Протокол № 3 от 26.02.2025.

Составитель: преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и спортивной медицины ВГУ имени П.М. Машерова
Н.А. Тишутин

Р е ц е н з е н т ы :

кафедра физического воспитания и спорта УО «ВГАВМ»;
доцент кафедры спортивно-педагогических дисциплин ВГУ имени П.М. Машерова, кандидат педагогических наук, доцент *П.И. Новицкий*

А43 **Актуальные проблемы современного спорта для специальности 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям) : учебно-методический комплекс по учебной дисциплине / сост. Н.А. Тишутин. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2025. – 88 с.**
ISBN 978-985-30-0227-0.

Изложенный в настоящем издании материал предназначен для студентов факультета физической культуры и спорта и будет полезен при проведении лекционных и практических занятий по учебной дисциплине «Актуальные проблемы современного спорта». В данном учебно-методическом комплексе представлены теоретический и практический разделы, контроля знаний и вспомогательный. Рекомендуется для практического использования преподавателями, магистрантами, студентами, а также тренерами и учителями физической культуры и здоровья.

УДК 796(075.8)
ББК 75я73

ISBN 978-985-30-0227-0

© ВГУ имени П.М. Машерова, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ	6
Лекция. Система знаний в спортивной науке, ее структура	6
Лекция. Концептуальные представления о тенденциях развития сферы физической культуры и спорта	14
Лекция. Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания	19
Лекция. Дидактическая проблематика в сфере спорта	24
Лекция. Проблема учета индивидуальных особенностей спортсмена при планировании и организации учебно-тренировочного процесса	31
Лекция. Социально-экономические проблемы современного спорта	41
Лекция. Проблемы отбора и ориентации в спорте	49
Лекция. Проблема контроля за функциональным состоянием организма спортсменов	58
Лекция. Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта	65
ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ	75
Тема. Система знаний в спортивной науке, ее структура	75
Тема. Концептуальные представления о тенденциях развития сферы физической культуры и спорта	76
Тема. Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания	77
Тема. Проблема учета индивидуальных особенностей спортсмена при планировании и организации учебно-тренировочного процесса	77
Тема. Социально-экономические проблемы современного спорта	78
Тема. Проблемы отбора и ориентации в спорте	79
Тема. Проблема контроля за функциональным состоянием организма спортсменов	81
Тема. Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта	82
РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ	83
Перечень вопросов к зачету	83
ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	85
Учебно-методическая карта учебной дисциплины	85
Литература	86

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящий учебно-методический комплекс (УМК) «Актуальные проблемы современного спорта» создан для специальности 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям) и будет способствовать подготовке высококвалифицированных специалистов для сферы физической культуры, спорта и туризма.

Цель изучения учебной дисциплины – формирование дополнительных и более глубоких знаний в области текущих тенденций развития спортивной отрасли, изучение актуальных проблем современного спорта и возможных путей их решения.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- проанализировать фундаментальные и прикладные проблемы современного спорта, связанные с понятийным аппаратом, особенностями процесса обучения двигательным действиям и развитию физических способностей, учета индивидуальных особенностей спортсменов и отбором;
- сформировать представление об исследовательских подходах, реализуемых в исследовании спортивной деятельности как сложном социально-культурном феномене;
- ознакомить студентов с современными научными теориями, разработанными в условиях практики спортивной отрасли последних лет;
- раскрыть перспективные направления деятельности в различных областях знаний спортивной науки и пути их интеграции и дифференциации на современном этапе развития;
- дать студентам знания в области анализа, сопоставления, систематизации, абстрагирования, моделирования, проверки достоверности данных, принятия решений в самостоятельной исследовательской деятельности, генерировать и реализовывать инновационные идеи в области современной спортивной науки.

Учебная дисциплина «Актуальные проблемы современного спорта» опирается на знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин, как «Педагогика», «Психология», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «Спортивная метрология», «Физиология спорта». В свою очередь дисциплина является интегрированным курсом, объединяющим основные направления теоретических, фундаментальных и прикладных исследований по научному обоснованию методологических подходов, средств, методов, нормативных требований, способов управления и организации, а также направленности компонентов спортивной науки.

Освоение учебной дисциплины «Актуальные проблемы современного спорта» для специальности 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям) должно обеспечить формирование следующей **специализированной** компетенции: анализировать проблематику современного спорта, использовать теоретические знания и учитывать современные тенденции развития спорта в профессиональной деятельности.

В результате изучения учебной дисциплины «Актуальные проблемы современного спорта» студент должен

знать:

- сущность современных проблем в спорте, решение которых требует междисциплинарных подходов и исследовательских программ;
- современные концепции и методы научного исследования, применяемые для решения современных проблем в спортивной науке;
- современные научные подходы в сфере спортивной науки и смежных областях научного знания;

- содержание основных современных работ и концепций в сфере спортивной дидактики;
- закономерности процесса спортивной тренировки и современные концепции ее построения;
- сущность современных научных достижений в сфере спорта и спортивной подготовки;

уметь:

- применять методы исследования смежных научных дисциплин;
- определять критерии освоенности двигательных действий в различных видах спорта;
- осуществлять анализ современных научных концепций и достижений в области спортивной подготовки;
- применять современные научные подходы в сфере исследовательской деятельности;

иметь навык:

- владения (иметь опыт) построения исследовательских программ междисциплинарного характера;
- применения приемов анализа современных концепций и технологий спортивной тренировки;
- использования основ методологии междисциплинарного исследования и анализа явлений в спорте с позиций философского, антропологического и культурологического подходов;
- планирования, организации и контроля за проведением спортивных мероприятий.

Учебная дисциплина «Актуальные проблемы современного спорта» является компонентом учреждения образования и входит в модуль дисциплин по выбору.

Основная цель создания УМК по учебной дисциплине «Актуальные проблемы современного спорта» состоит в том, чтобы обеспечить учебно-программной документацией образовательный процесс студентов по специальности 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям). Данный УМК будет способствовать удовлетворению индивидуальных образовательных потребностей студентов и повышению эффективности образовательного процесса в целом.

Учебный материал имеет логическую структуру изложения, что выражается в последовательности подачи материала, а также в наличии связи между рассматриваемыми темами. Рекомендуется сперва изучить материал теоретического раздела УМК для получения представлений об актуальных проблемах современного спорта. Далее необходимо закрепить полученные знания, посредством ответов на вопросы, представленные в практическом разделе. В практическом разделе настоящего УМК используется метод «Проблемного обучения», который позволяет формировать у студентов навыки самостоятельной постановки вопросов и поиску путей их решения. В разделе контроля знаний и вспомогательном разделе представлена информация для проверки, полученных в процессе изучения учебной дисциплины знаний, сформированных умений и навыков, а также литературные источники для получения дополнительных углубленных знаний по дисциплине.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Лекция. Система знаний в спортивной науке, ее структура

1. Современное понятие «спорт».
2. Особенности современного спорта.
3. Социокультурное значение современного спорта.
4. Характеристика и соотношение спортивной и физической культур.
5. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания.

1. Современное понятие «спорт».

Разработка теории предполагает выделение тех объектов, на основе научного анализа которых она строится. Для этого необходимо определение базовых понятий. Если не определены ее базовые понятия, непонятно, к каким объектам относятся все положения данной теории. Поэтому и разработка теории спорта, в том числе олимпийского, невозможна без определения понятия «спорт» как ее важнейшего базового понятия.

Определение – сложная логическая процедура, так как изучаемый объект, как правило, имеет разнообразные свойства, многие из которых присущи другим объектам. Именно такова ситуация с понятием «спорт». Спорт – многосторонний социальный феномен. Поэтому существуют различные взгляды на его специфику и разные определения соответствующего понятия.

Столь же дискуссионной является проблема значения современного спорта: в одних публикациях отмечается его важное значение для личности и общества, в других ему дается негативная оценка.

Понятие «спорт». Многие исследователи отмечают трудности в определении данного понятия. «Спорт не поддается простому определению, так как включает в себя множество самых разнообразных видов деятельности, часто не имеющих ничего общего... Спорт – это собирательный термин, и в настоящее время он включает множество несопоставимых между собой форм деятельности».

Некоторые исследователи относят понятие «спорт» к числу понятий, которые якобы вообще не поддаются определению. Вряд ли можно согласиться с такой позицией. В современной логике разработана эффективная технология определения понятий, преодоления трудностей, связанных с неопределенностью и многосмысленностью языковых выражений. Важное значение для этого имеют правила определения понятий, логическая операция их экспликации и разработанная В.К. Столяровым (2015) комплексная логическая процедура определения понятий. Она предусматривает:

- учет эффективности определений;
- разграничение содержательного и терминологического аспектов определения;
- введение системы понятий, элементом которой является дискуссионное понятие.

В соответствии с этими принципами после оценки определений понятия на эффективность (однозначность выделения объекта) проводится их содержательный анализ. Ставится задача разработать систему понятий, характеризующих различные объекты, которые фигурируют в этих определениях.

Содержательный анализ различных определений понятия «спорт» на основе такой методологии позволил В.К. Столярову (2015) разработать систему понятий, связанных с этими определениями.

Прежде всего уточнено общее понятие соревнования, а также введены понятия, характеризующие формы соревнования как элемента различных сфер общественной

жизни (например, материального производства, экономики, образования и др.) и видов деятельности (например, игровой, художественной, военной и т.д.).

Особенности соревнования в **спортивной деятельности**:

- проходит в искусственных ситуациях, создаваемых с целью: а) обезопасить участников соперничества от нанесения вреда их здоровью, унижения достоинства личности, а значит, сделать соперничество гуманным; б) создать для соперников равные условия, обеспечив тем самым возможность объективной оценки их способностей, и в этом отношении сделать соперничество более справедливым;

- проводится на основе определенных правил и с участием особых лиц (судей), которые следят за соблюдением этих правил и оценивают результаты соперничества;

- предполагает, что сравнение и оценка способностей соперников на основе их соревнования – основная цель данной деятельности, а не вспомогательное средство решения задач иной деятельности (как, например, соревнование в трудовой или военной деятельности).

Спорт помимо спортивного соревнования включает в себя **подготовку к нему**, спортивные результаты и достижения, социальные отношения, нормы и принципы поведения, складывающиеся в ходе соревнования и подготовки к нему, и т.д.

В соответствии с указанной характеристикой спортивного соревнования во всех видах и разновидностях спорта ему присущи некоторые особенности игровой деятельности: оно проходит в искусственно создаваемых условиях и подчиняется определенным правилам. Но некоторым разновидностям спорта (например, спорту для всех) свойственна и та особенность игровой деятельности, что мотивом действия является не его результат, а сам процесс. Поэтому эти разновидности спорта можно оценивать как игровую деятельность. Но таким образом нельзя оценивать другие его разновидности (например, спорт высших достижений, профессиональный спорт, олимпийский спорт и т.д.).

Такова краткая характеристика разработанной В.К. Столяровым (2015) системы базовых понятий теории спорта. Вместе с тем авторская логическая технология определения понятий допускает варианты другой интерпретации понятия спорта и использования иной терминологии. Ниже указаны два таких варианта.

Первый вариант – отказ от введения понятия «физкультурно-двигательная активность» («физкультура», «занятия физкультурой») и расширение смысла понятия «спорт». А именно спорт понимается таким образом, что включает в себя и те формы двигательной активности, для обозначения которых выше использован термин «физкультурно-двигательная активность».

Такое понимание спорта характерно для многих публикаций и официальных документов. Так, в Германии для обозначения и спорта, и физической культуры используется термин «спорт». В Спортивной хартии Европы к спорту отнесены «все формы физической активности, которые через эпизодическое или организованное участие направлены на выражение или совершенствование физического и умственного состояния, формирование социальных отношений или достижение результатов в соревнованиях всех уровней».

Часто физкультурно-двигательную активность относят не к спорту вообще, а лишь к спорту для всех. Так, в официальных документах и публикациях, посвященных этой разновидности спорта, к нему обычно относят разные виды и формы физической активности, которые осуществляются эпизодически или регулярно с целью укрепления здоровья, отдыха, развлечения, общения, самосовершенствования, участия в соревнованиях, на основе собственных потребностей и интересов индивида. Значит, в спорт для всех включают не только спортивные соревнования, но также физкультурно-двигательную активность, в том числе ее несоревновательные формы.

Второй вариант – сужение смысла понятия «спорт» и расширение смысла понятия «физкультурно-двигательная активность» («физкультура», «занятия физкультурой»).

Основанием для такого подхода является та модификация, которую в современных условиях претерпевают спорт и общественное мнение о нем. Первоначальное значение слова «спорт», которое происходит от латинского слова диспортаре, связано с развлечениями. Во французском словаре «Larousse du XIXieme Siecle» дается следующая характеристика спорта: «Спорт – sport – английское слово, сформировалось от старофранцузского «desport», – удовольствие, развлечение...». Но уже в XIX в. к спорту начинают относить виды соревновательной и несоревновательной деятельности (прежде всего двигательной), цель которых не только развлечение, но и наивысшие достижения. В связи с этой эволюцией представлений о спорте стали различать две его разновидности – спорт для всех и спорт высших достижений.

2. Особенности современного спорта.

В научных публикациях выделен ряд особенностей современного спорта. А. Гаттмэн выделяет, например, **семь таких черт**: секуляризм, равенство возможностей участия в соревновании и условий соревнования, специализация ролей, рационализация, бюрократическая организация, квантификация, установка на рекорды.

Многие исследователи отмечают, что в современном спорте завершился процесс институционализации спорта: ему присущи значимые общественные ценности, стандартизированные образцы поведения, культурные традиции, система ролей и статусов; он выполняет важные социальные функции, имеет развитую инфраструктуру, материальную базу (стадионы, бассейны и т.д.), ведет подготовку собственных профессиональных кадров.

Институционализация спорта привела к важным последствиям как для самого спорта, так и для отношения к нему со стороны общества: «Общественные процессы, связанные с развитием институтов спорта, привели к признанию спорта в качестве полноценного социального явления. Государства признали пользу спортивных состязаний для укрепления национального престижа, поощрения социального равенства и выстраивания международных отношений. Практически во всем мире существует законодательная база в области спорта, высшим проявлением которой стало выделение занятий спортом в одно из гражданских прав, прописанных в статьях национальных конституций ряда стран».

Существенный аспект развития современного спорта – формирование ряда связанных с ним социальных движений. Прежде всего это спортивное движение не только в отдельных странах, но и международное спортивное движение. Основной элемент его структуры – современное олимпийское движение. В последние годы его рамки расширились за счет паралимпийского и специального олимпийского движения. Структура спортивного движения включает в себя также проходящее под эгидой ЮНЕСКО движение «спорт для всех», студенческое и детско-юношеское спортивное движение, движение «Fair play», дельфийское движение, движение «СпАрт» и т.д.

Различные, связанные со спортом социальные движения базируются на соответствующих разновидностях спорта. Все более важное место среди них занимает олимпийский спорт. Формируются и развиваются новые разновидности спорта: школьный, студенческий, спорт для лиц с ограниченными возможностями (инвалидов), детско-юношеский спорт, спорт ветеранов, женский спорт и т.п. Все большую популярность получают экстремальные виды спорта, интеллектуальные игры (виды спорта), компьютерный спорт.

Значит, современный спорт включает в себя комплекс взаимосвязанных социальных ценностей, норм, ролей, движений и тем самым представляет собой социальный институт, социальную организацию и социальную систему. Эта система обладает относительной автономией, независимостью от других социальных систем общества, а вместе с тем взаимодействует с ними: подвергается их влиянию и сама оказывает определенное воздействие.

В ходе развития современного спорта помимо его институционализации происходят и другие его важные изменения. Они связаны с вступлением общества в новый этап,

для обозначения которого используются термины «посткапиталистическое», «постсовременное», «постиндустриальное» общество и т.п.

Л.И. Лубышева и В.П. Моченов полагают, например, что важные изменения современного спорта определяются сменой «парадигмы модерна на парадигму постмодерна»: «В конце XX в., в новой реальности постмодерна, спорт радикально меняет свое социокультурное значение. Главным в спорте становится не воспитание, а зрелищность, не участие, а конкретный результат, не гармоническое развитие, а утилитарный профессионализм. Сегодня в структуре мотиваций к победе на крупных спортивных соревнованиях – уже не столько стремление получить моральное удовлетворение от победы над собой, доказать превосходство над соперниками, сколько желание получить высокий социальный статус, стать знаменитым и богатым человеком, сделать успешную спортивную карьеру.

На эти процессы в сфере спорта высших достижений и олимпийского спорта указывают и другие исследователи. Так, И.А. Люлевич, анализируя спорт как социокультурный феномен эпохи постмодернизма, пишет: «В последние десятилетия все более отчетливо проявляются в современном спорте черты постмодернистской массовой культуры, культуры как товара, в котором экономические характеристики, т. е. возможность продать на рынке, являются главным критерием. Кроме того, для спорта в культуре постмодерна, как и для других социокультурных феноменов, свойственна транснациональность, коммерциализация, а главное, медийность... Спорт как медиасобытие нагружается политическими и идеологическими смыслами... Мы сегодня можем наблюдать, как спорт становится замещением нереализованных побед в других социальных сферах жизни страны, например, экономики, компенсацией за отсутствие статуса в других областях: мы не конкурентоспособны в экономической сфере, зато наш хоккей (фигурное катание, биатлон и проч.) самый лучший».

Такая характеристика трансформации современного спорта имеет под собой основание. Но она нуждается в дополнении, так как указанные изменения касаются только спорта высших достижений и не затрагивают других важных аспектов модификации спорта.

На них обращает внимание, например, известный немецкий социолог спорта К. Хайнеманн. Характеризуя изменения спорта в «постсовременном обществе», он отмечает, что у людей возрастает готовность заниматься спортом, принимать участие в спортивных мероприятиях, так как у них стало больше свободного времени (за счет сокращения рабочего дня, удлинения отдыха, роста доходов) и желание более активно использовать свободное время. В занятия спортом вовлекается все больше новых групп населения – старшее поколение, женщины, представители этнических меньшинств, люди с физическими недостатками и т.д. У этих различных социально-демографических групп различные мотивы и возможности заниматься спортом. Поэтому они заинтересованы в различных организационных формах активного и пассивного занятия спортом. Спорт становится частью потребительского образа жизни». В связи с этим формируются и развиваются различные «модели спорта»: «соревновательная», «зрелищная», «коммерческая», «функциональная». Значит, утрачивается единообразие в спорте. Вместе с тем формируется взаимосвязь спорта с другими видами деятельности – такими, как танец, театр, йога, аутогенная тренировка, танцевальная терапия и т.д. Становится все менее заметным различие между спортом и другими формами досуга и отдыха, которые ориентированы на восстановление, расслабление, отдых, общение, смену видов деятельности. Кроме того, если раньше для участников спортивной деятельности было характерно стремление к конкретному виду спорта (например, футболу, которому отдавалось предпочтение в течение длительного периода спортивной деятельности, а затем – в качестве футбольного болельщика), то в настоящее время наблюдается стремление к частой смене видов спортивных соревнований и отсутствие желания улучшать достижения.

Р. Рэнсон, анализируя изменения в современном спорте, также указывает на усиление дифференциации видов спортивной деятельности. Этот процесс он называет «гибридизацией спортивного ландшафта» и так характеризует его: «В начале 20 века человеческая культура движения могла быть разделена на 3 части. Во-первых, сохранились традиционные игры: теннис, pelota и т.п. Во-вторых, в спортивную жизнь буквально ворвались идеология и политика, и даже сегодня названия некоторых видов спорта этимологически связаны с католичеством, либерализмом и социализмом. В-третьих, из Великобритании были импортированы новые виды спорта. В настоящее время эта триада культуры движения подвергается дальнейшей дифференциации, выливающейся в радикальную гибридизацию.

С.Н. Гавров, указывая на тенденцию формирования особой разновидности спорта, которую он называет «постспортом», характеризует его «как спорт за гранью видовых возможностей человека, когда улучшение спортивных результатов достигается фармакологическим допингом и генной модификацией вида гомо сапиенс». По его мнению, в настоящее время высшим проявлением постспорта является олимпизм, «а завтра, с внедрением генной инженерии, возникнет вариативность симбиозов человека, животного, машины, искусственного разума во имя достижения постчеловеческих рекордов».

3. Социокультурное значение современного спорта.

Вопрос о том, какое значение современный спорт имеет для личности и общества – один из наиболее важных не только для теории, но и для практики современного спорта.

При ответе на данный вопрос, как и при анализе других проблем теории спорта, огромную роль играет диалектический метод. Опираясь на принципы диалектического метода, в работах В.К. Столярова (2015) сформулированы и обоснованы следующие основные положения этого раздела теории спорта.

1. В спорте (в различных его видах, формах, разновидностях) заключены огромные возможности для гуманистически ориентированной социализации: самореализации и самоутверждения личности; сохранения и укрепления здоровья, физического совершенствования, формирования физической культуры и здорового образа жизни людей; развития психических качеств и способностей человека (таких, например, как воля, внимание, интеллект, творческие способности и др.); приобщения человека к ценностям эстетической и нравственной культуры и других форм культуры личности; организации досуга, рекреации, отдыха, развлечения, общения; профилактики наркомании и других аспектов девиантного поведения детей и молодежи; реализации гуманистически ориентированной политики по отношению к лицам с ограниченными возможностями (инвалидам), и прежде всего для решения в процессе их социализации проблемы социальной реабилитации и интеграции, и т.д. Эти возможности в значительной степени и практически реализуются в современном спорте.

Однако этот огромный гуманистический потенциал спорта реализуется здесь недостаточно полно и эффективно. Особенно это касается роли спорта в формировании и развитии духовно-нравственных, эстетических, творческих способностей детей и молодежи, их нравственной, коммуникативной, экологической культуры.

Кроме того, важно учитывать не только позитивные, но и негативные аспекты личностного потенциала спортивной деятельности. Соревновательный характер спорта подталкивает спортсмена и тренера к тому, чтобы основные усилия они направляли на решение прагматических задач – достижение победы в соревнованиях. Сильная ориентация на успех, погоня за высокими результатами, рекордами, стремление любой ценой добиться победы могут оказывать негативное влияние на формирование и развитие личности: приводить к нарушению нравственных норм, к использованию таких запрещенных средств спортивной подготовки, которые пагубно отражаются на здоровье спортсменов, и т.д. Поэтому все чаще возникает вопрос: «Гуманен ли современный спорт, что необходимо сделать, чтобы сохранить этот феномен для благородных целей развития личности и общества?».

По мере развития спорта выявляется не только возможное, но и реальное негативное влияние спорта на личность. Имеются в виду не только факты негативного влияния занятий спортом на здоровье спортсменов, но также девальвация («эрозия») духовно-нравственных ценностей: в иерархии реальных (а не декларативных) ценностей многих спортсменов, особенно в профессиональном спорте и спорте высших достижений, эти ценности занимают низкое место, а нередко вообще отходят на задний план. Все большее число людей спорт привлекает не как сфера проявления нравственности, эстетики, культуры, человеческого (неформального) общения, гуманного отношения людей друг к другу и к природе, не как средство гармоничного развития личности. Они включаются в спорт и спортивные соревнования прежде всего потому, что здесь можно заработать деньги, приобрести иные материальные блага, славу, поднять свой престиж.

2. В спорте (в различных его видах, формах, разновидностях) заключены огромные возможности для реализации гуманистических ценностей и в системе социальных отношений: выполнения интегративной и миротворческой функций, приобщения детей и молодежи к ценностям культуры мира и устойчивого развития общества и т.д. Эти возможности в значительной степени и практически реализуются в современном спорте. Посредством развития сети мирно регулируемых и освещаемых в средствах массовой информации спортивных соревнований, встреч, связей непосредственных участников спортивных соревнований и зрителей он может содействовать и нередко действительно содействует: установлению контактов между странами, которые находятся в определенном конфликте; знакомству народов разных стран с достижениями культуры и специфическими особенностями друг друга; формированию общих убеждений, взглядов и образцов поведения, которые вызывают чувство взаимного уважения, симпатии, снимают отчужденность, способствуют взаимодействию, укреплению социальных связей, преодолению межкультурных барьеров; преодолению локальной ограниченности, связи и объединению непосредственных участников спортивных соревнований и зрителей различных городов, стран, континентов, формированию дружеских отношений между ними; единению наций, доказательству их жизнеспособности.

3. Значит, следует учитывать диалектически-противоречивый характер социального значения современного спорта, как позитивные, так и негативные (с точки зрения гуманизма) аспекты его роли в процессе социализации личности и в социальных отношениях, а также в системе ценностей современной культуры.

4. Необходимо принимать во внимание также, что различные виды, формы и разновидности современного спорта имеют различное социальное значение, выполняют разные (иногда даже противоположные) социальные функции (ср., например, бокс и фигурное катание, спорт высших достижений и спорт для всех).

5. Важнейшее значение в теоретическом анализе значения современного спорта имеет изучение факторов, определяющих социальную роль спорта в процессе социализации личности и в социальных отношениях. В большинстве публикаций, как правило, указываются лишь отдельные факторы такого. Так, например, в обсуждаемой статье отмечено лишь влияние на спорт тех новых социальных ценностей, которые, по мнению авторов, связаны со сменой «парадигмы модерна на парадигму постмодерна».

6. Целостный, комплексный анализ факторов, определяющих социальное значение спорта, позволяет выделить две относительно самостоятельных, хотя и взаимосвязанных группы факторов такого рода.

Спорт как важный социальный феномен пронизывает все уровни современного социума, оказывая широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности общества. Он влияет на национальные отношения, деловую жизнь, общественное положение, формирует моду, этические ценности, образ жизни людей. В подтверждение этого можно привести слова известного спортсмена Александра Волкова, что «спорт сегодня – главный социальный фактор, способный противостоять нашествию дешевой культуры

и дурным привычкам. Это лучшая «погремушка», которая сможет отвлечь людей от нынешних социальных проблем. Это, пожалуй, единственный «клей», который способен склеить всю нацию воедино, что не удастся ни религии, ни тем паче политикам». В этой связи стоит вспомнить хотя бы последние громкие победы белорусских спортсменов на международной арене. Например, сенсационные победы двукратного олимпийского чемпиона (2020 г., 2024 г.) Ивана Литвиновича. Действительно, феномен спорта обладает мощной социализирующей силой. Политики давно рассматривают спорт как национальное увлечение, способное сплотить общество единой национальной идеей, наполнить своеобразной идеологией, стремлением людей к успеху, к победе.

Социологические опросы населения, особенно молодежи, занимающейся спортом, показывают, что спорт формирует первоначальное представление о жизни и мире. Именно в спорте наиболее ярко проявляются такие важные для современного общества ценности, как равенство шансов на успех, достижение успеха, стремление быть первым, победить не только соперника, но и самого себя.

Люди, прошедшие «школу спорта», убеждены, что спорт помог им воспитать веру в свои силы и возможности, а также умело ими воспользоваться. Спорт учит идти на жертвы ради достижения цели. Уроки, усвоенные юными спортсменами на спортивном поле, затем, как правило, помогают и в жизни. Многие из спортсменов утверждают, что именно спорт сделал из них человека, способного быть личностью.

Подводя итоги роли и значимости спорта для социализации молодого поколения, необходимо подчеркнуть бесспорную истину: спорт оказывает мощное влияние на образ мышления, сознание, поступки и поведение людей. В этой связи спорт можно рассматривать как национальную идею, объединяющую нацию во имя ее процветания и развития.

4. Характеристика и соотношение спортивной и физической культур.

Физическая культура – часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Компоненты физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация, физическая рекреация (восстановление).

По государственной линии предусматривается систематические обязательные занятия физическими упражнениями в дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях, армии, лечебно-профилактических организациях и др. Занятия проводятся по государственным программам, в отведенные для этого часы в соответствии с расписанием и официальным графиком под руководством штатных специалистов (физкультурных кадров). Физическая культура в целом и в каждой своей сфере включает в себя способы деятельности, осуществляющей социальное преобразование тела человека, развитие двигательных качеств. Спорт же выступает как особое средство этой деятельности. Благодаря спорту индивид (человечество) узнает о пределах допустимого в физическом развитии, в совершенствовании человеком своей двигательной активности, физической силы, выносливости. Вместе с тем именно в этой области раскрываются природные возможности в максимальном выражении. Таким образом, в сфере спорта осуществляется открытие границ человеческого бытия.

Физическая культура и спорт необходимы человеку не только как существу культурному, но и как части природы. Человечество нуждается в восстановлении утрачиваемых сил и возможностей. Поэтому оно использует и совершенствует те средства, которые помогают избежать опасности «утраты» человеком себя как существа естественного.

При этом собственная специфика спорта состоит в том, что он демонстрирует, какими могут и должны быть природные силы человека. В свою очередь, человек,

вовлеченный во все другие сферы физической культуры (и культуры вообще), может ориентироваться на эти показатели.

Спорт – организованная по определенным правилам деятельность людей (спортсменов). Состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности межличностные отношения, возникающие в ее процессе. Спорт входит в физическую культуру, но только частью связанной с двигательными действиями.

Таким образом, физическая культура и спорт – это один из видов человеческой деятельности, направленной на физическое совершенствование как человеческой популяции в целом, так и каждого отдельного человека, оказывающей оздоровительное, воспитательное, политическое и социально-экономическое воздействие на общественное развитие человечества.

Специфика физической культуры и спорта связана с обязательным наличием потребностей общества в соответствующем материально-вещественном обеспечении данного вида деятельности, т.е. в соответствующей инфраструктуре. К основным элементам социальной инфраструктуры физической культуры и спорта относятся стадионы, спортивные залы, физкультурно-оздоровительные центры и комплексы, инвентарь др.

5. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания.

Установка на организацию условий, необходимых для освоения культурологического потенциала физического и спортивного воспитания может быть отображена в формулировках основных направлений и функций инфраструктуры воспитания детей, подростков и молодежи в спортивно ориентированных формах:

1. Создание организационно-педагогических условий привлекательности для обучающихся содержания и направленности занятий физическими упражнениями, играми и оздоровительными мероприятиями на уроках физической и (или) спортивной культуры.

2. Обеспечение соответствия обучающих и тренирующих воздействий на учебно-тренировочных занятиях особенностям их возрастной изменчивости моторики и психики, индивидуальным морфофункциональным особенностям, физкультурно-спортивным склонностям и интересам.

3. Активное и системное использование новейших технологий физического и спортивного воспитания детей, подростков и молодежи.

4. Целенаправленное и приоритетное освоение обучающимися эстетических, нравственных, духовных и здоровьесформирующих ценностей физической и спортивной культуры и стимуляция положительного отношения школьников к предмету «Физическая культура и здоровье».

5. Разработка принципиально новых проектов учебно-спортивных сооружений, обеспечивающих необходимые и достаточные возможности для реализации современных наукоемких технологий преподавания физической культуры, оснащенных диагностическими и тренажерными комплексами и системами оперативного контроля состояния занимающихся, информационной поддержки учебно-тренировочного процесса на уроках физической культуры.

6. Реструктуризация системы школьных спортивных сооружений в направлении создания мощных межшкольных многоцелевых комплексов для использования несколькими образовательными учреждениями и спортивных комплексов для отдельных образовательных учреждений с универсальными возможностями трансформаций оборудования, конфигураций мест занятий и т.п.

8. Подготовка и переподготовка педагогических кадров, способных работать на уровне современных требований к качеству образовательного процесса по физической культуре в школах.

Лекция. Концептуальные представления о тенденциях развития сферы физической культуры и спорта

1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии.
2. Дифференциация различных моделей современного спорта.
3. Спортизация физического воспитания.

1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии.

Место спорта в пространстве физической культуры определяется прежде всего его способностью выявлять границы предельной реализации возможностей, которыми обладает человеческая телесность.

Спорт демонстрирует, какими могут и должны быть природные (хотя и социально-модифицированные) силы человека. В свою очередь, человек, вовлеченный во все другие сферы физической культуры (и культуры вообще), может ориентироваться на эти показатели. И это свое предназначение (сущность) спорт реализует в рамках физической культуры, а не вне них.

В последней трети века на развитие спорта в мире ежегодно тратилось немногим меньше, чем на гонку вооружений. Это позволило создать великолепный набор высоких технологий управления процессом индивидуального развития и достижения предела человеческих возможностей в сфере активной двигательной деятельности. Спорт создал разветвленную инфраструктуру, обзавелся рядом уникальных, в том числе международных, социальных институтов, высочайшим научным и кадровым потенциалом, по своей технологической вооруженности не имеющим, пожалуй, равных в социально-культурной сфере.

2. Дифференциация различных моделей современного спорта.

Современный спорт как определенная конкретно-историческая форма спортивной деятельности имеет многие существенные особенности. Свое начало он берет с конца XIX-начала XX вв. Исследователи выделяют такие отличительные черты этого спорта, как секуляризм, равенство возможностей участия в соревновании и условий соревнования, специализация ролей, рационализация, бюрократическая организация, квантификация, установка на рекорды. Отмечается также, что спорт этого периода включает в себя комплекс взаимосвязанных социальных ценностей, социальных норм и ролей, социальных институтов и организаций, социальных движений.

В обществе XXI в. происходят кардинальные изменения в спорте.

1. Прежде всего, наблюдается процесс вовлечения в занятия спортом все новых групп населения, которые имеют разные интересы и потребности, а потому заинтересованы в различных формах организации спортивной деятельности. На эту особенность современного спорта обращают внимание многие исследователи.

Так, известный немецкий социолог спорта К. Хайнеманн в ряде своих публикаций указывает на то, что в современном обществе у людей возрастает готовность заниматься спортом, принимать участие в спортивных мероприятиях, так как у них стало больше свободного времени (за счет сокращения рабочего дня, удлинения отдыха, роста доходов), и желание более активно использовать свободное время. В занятия спортом вовлекается все больше новых групп населения – старшее поколение, женщины, представители этнических меньшинств, люди с физическими недостатками и т.д. При этом у разных социально-демографических групп различные мотивы и возможности заниматься спортом, поэтому они заинтересованы в различных организационных формах активного и пассивного занятия спортом.

В связи с указанными изменениями в современном спорте, отмечает К. Хайнеманн, формируется взаимосвязь спорта с другими видами деятельности, такими как танец, театр, йога, аутогенная тренировка, танцевальная терапия и т.д. Становится все менее заметным различие между спортом и другими формами досуга и отдыха, которые ориентированы на восстановление, расслабление, отдых, общение, смену видов деятельности. Кроме того, если раньше для участников спортивной деятельности было характерно стремление к конкретному виду спорта (например, футболу, которому отдавалось предпочтение в течение длительного периода спортивной деятельности, а затем в качестве футбольного болельщика), то в настоящее время наблюдается стремление к частой смене видов спортивных соревнований и отсутствие желания улучшать достижения. Так, например, спортсмен «с радостью наймет парусную лодку на один год и плавучий дом в Ирландии в следующем году, затем он закажет поездку для альпинизма в Альпах, затем тур на велосипеде; он считает раздражающим хождение на лыжах, поэтому пробует сноуборд и т.д., а когда полностью насладится серфингом, переместится на путешествие на плоту». В более поздней работе К. Хайнеманн указывает на то, что в настоящее время людей привлекают разнообразные аспекты занятий спортом – «здоровье, пригодность, расслабление, сознание тела, забава, игра, счастье, общительность, коммуникация, чувство природы, самоутверждения, престижа, приключения, риска, определения возможных пределов».

О. Вайс, характеризуя причины спортивной активности жителей Австрии, отмечает разнообразие их спортивных интересов: удовольствие от участия в спорте; желание быть здоровым; отдых и уменьшение напряженности; физическая готовность для всей жизни; социальные контакты; физические и спортивные достижения; приключения и экстремальный опыт; соперничество; эстетический и эротический опыт и др. Таким образом, «если раньше в спорте на переднем плане стояли работоспособность, соревновательность и ориентация на успех, то в настоящее время доминируют удовольствие, здоровье, хорошее самочувствие, хороший внешний вид и фитнес».

2. На основе включения в спортивную деятельность все новых и новых групп населения, которые имеют различные интересы и мотивы участия в этой деятельности, и сам спорт утрачивает однообразие – спортивные мероприятия, организационные структуры, виды спорта и т.д. становятся все более разнообразными. Н. Шульц и Г. Альмер, характеризуя этот «процесс увеличивающейся дифференциации» современного спорта, пишут: «Наряду с традиционными предложениями спортивными обществами таких спортивных мероприятий, которые адресованы молодежи и ориентируются на увеличение уровня спортивных достижений и спортивную соревновательность (конкурентность), появились новые, частично альтернативные формы спортивных отношений. Они не нацелены на успехи и на сравнение успехов, а учитывают самые разнообразные желания и потребности: испытываются телесные (и духовные) пограничные ощущения; внутреннего познания и самопознания ожидают от йоги и медитативного бега; тоска по определенным телесным (физическим) идеалам заставляет браться за железные гантели; желание быть в хорошей физической форме приводит на курсы аэробики».

Еще один немецкий ученый – Барт Крум – существенные изменения современного спорта связывает с происходящим в постсовременном обществе процессом, который он, как и некоторые другие исследователи, называет процессом «**спортификации общества (культуры)**». При этом Барт Крум стремится избежать односторонности в характеристике изменений в современном спорте. По его мнению, важно учитывать два противоположных элемента этих изменений: «спортификацию спорта» и «деспортификацию спорта».

Термин «**спортификация спорта**» Барт Крум использует для обозначения «процесса, в котором основные характеристики спорта, то есть максимизация и соперничество, радикализованы. Этот процесс, начало которому положила политизация спорта

в период холодной войны, продолжается коммерциализацией, информатизацией спорта, которые находятся во взаимодействии как зубчатые колеса. Во многих странах процесс спортификации спорта стал результатом влияния бизнес-элиты на спортивную систему. Этому спортивному направлению присущи такие крайности, как труд детей, допинг и вредные методы тренировок. В этом широко освещаемом СМИ, иногда очень высоко оплачиваемом, но в основном крайне низко оплачиваемом элитном спорте, прославление тела и эксплуатация тела идут рука об руку».

Деспортификация – противоположный процесс («контрдвижение»). Для этого процесса характерно «снижение ориентации на достижения и поощрение таких мотивов, как удовольствие, веселье, сплоченность, коммуникабельность, восстановление сил и здоровье. Эта тенденция ударила по таким современным, постмодернистским ценностям, как самореализация, пригодность и породила нарцизм и гедонизм. Начали развиваться альтернативные виды спорта (для них немцы используют парадоксальное название «неспортивный спорт»), в которых на переднем плане стоят удовольствие, наслаждение, приключения, телесные сенсации, фитнес и внешность».

К. Посьелло отмечает ускорение процесса обновления, «омоложения» традиционной системы спорта. Эта система «знала два типа спортивных занятий: «жесткие» коллективные игры (регби, футбол и проч.) и стандартизированные атлетические состязания». В центре новой системы – «разнообразные спортивные приключения и те виды спорта, которыми следует заниматься на природе, демонстрируя акробатическое мастерство и переживая различные ощущения (серфинг, кайтсерфинг, затыжные прыжки с парашютом, маунтинбайк, экстремальные лыжи и проч.)».

К. Фольквайн указывает на то, что общие социальные процессы дифференцирования существенно влияют и на мир спорта, приводят к его разнообразию. Главным в спорте становится не только соревнование. Людей привлекает также «спорт для забавы и счастья, спорт для пригодности и здоровья, спорт приключения, спорт для всех, спорт для инвалида, спорт для восстановления и т.д.». А.В. Кыласов и С.Н. Гавров отмечают увеличивающееся этнокультурное многообразие спорта.

3. Под влиянием указанных выше процессов ранее однородная спортивная система, ориентированная на одну модель спорта, дифференцируется на различные модели. На эту особенность современного спорта также указывают исследователи многих стран.

Так, К. Хайнеманн пишет: «Развитие спорта характеризуется **социальной дифференциацией**, т.е. действенным разграничением и формами представления спорта, которые выражаются собственным пониманием спорта, собственными идеологиями спорта, собственной формой занятий спортом и организации спорта и тем самым также и различным стимулирующим характером спорта для различных групп лиц. Спорт не является единой однородной структурой, а делится на различные модели.»

К. Хайнеманн выделяет четыре основные «модели спорта».

- «Экспрессивная модель спорта» – «Модель, которая выводит смысл своего существования и свою мораль на основе таких понятий и норм, как «радость», «удовольствие», «совместная работа», «собственный мир» и т.д., и отменяет или перекрывает моменты, связанные с достижениями и состязаниями. Эта модель понимает спорт как «контрмир» по отношению к ценностям, нормам и условиям жизни повседневной действительности, прежде всего, индустриальному миру труда».

- «Соревновательная модель спорта» – «Модель спорта, которая подчеркивает такие ценности и нормы, как соревнование, достижения, выигрыш или проигрыш (которые, следовательно, в значительной степени также накладывают отпечаток на повседневную действительность). Эта модель соответствует традиционному пониманию спорта в отношении "идентичности"».

- «Коммерческая модель спорта» – «Модель спорта, которая понимает спорт как зрелищное мероприятие и коммерческое профессиональное производство, как это в чистом виде проявляется, например, в «Космос Нью-Йорке» и в других подобных спортивных предприятиях, используемых в целях наживы».

- «Функционалистская модель спорта» – «Модель спорта, которая понимает спорт в инструментализированном виде, т.е. прежде всего определяет смысл спорта посредством социально-эмоциональных функций, функций социализации, социально интегрирующих функций, политических функций, биологических функций, других возможных функций спорта».

По мнению Барта Крума, современная система спорта дифференцируется на различные модели (разновидности) спорта с различными мотивами, индивидуальными запросами и ожиданиями участвующих в них лиц:

- Элитный спорт. Доминирующими мотивами участия в этой разновидности спорта являются: абсолютные достижения, статус, деньги; этот спорт, как правило, часто коммерциализированный и требует полупрофессионального участия.

- Конкурирующий клубный спорт. Для него характерен комплекс мотивов: жажда победы в соперничестве, а вместе с тем расслабление и социальные контакты.

- Спортивный отдых. Доминирующие мотивы в этом спорте: расслабление, здоровье и сплоченность.

- Фитнес-спорт. Для него характерен доминирующий, и даже единственный, мотив – физический фитнес.

- Рискованный и приключенческий спорт. Имеются в виду коммерчески организованные и дорогие виды активности, такие, например, как переход через Гималаи, прыжки на лыжах с вертолета, скуба-дайвинг (подводное плавание с дыхательным аппаратом), рафтинг (сплавление по рекам), парашютный спорт, планирование на парапланах.

Таковы важные особенности спорта постсовременного общества. В соответствии с этими особенностями современного спорта обсуждаемая Стратегия должна предусматривать удовлетворение спортивных интересов и потребностей не узкой социальной группы элитных лиц, а практически всех социально-демографических групп населения, и при этом учитывать, что они имеют не только разные возможности для занятий спортом, но и разные целевые установки (задачи) в отношении этих занятий.

Для этого необходимо в системе современного спорта выделить соответствующие различные модели (разновидности) спортивной деятельности, причем не только в теоретическом, но и в сугубо прикладном плане (с точки зрения организации спортивной деятельности, ее финансирования, подготовки специалистов и т.д.).

В современной теории и практике принята определенная дифференциация современного спорта. С учетом особенностей разных групп населения, вовлеченных в спорт, выделяют такие его формы, как детско-юношеский спорт, школьный спорт, студенческий спорт, женский спорт, спорт инвалидов и т.д. Но в отношении целевых установок спорта общепринято выделять **две его основных модели (разновидности)**:

1. Спорт высших достижений (другие названия – «рекордный спорт», «элитный спорт», «большой спорт» и т.п.). Приоритетные ценности данного спорта – высокий уровень спортивного мастерства, спортивные достижения, победы в соревнованиях и связанные с ними другие прагматические ценности (успешная спортивная карьера, слава, финансовое благополучие и т.п.).

2. Массовый спорт (другие термины – «спорт для всех», «общедоступный спорт», «ординарный спорт» и т.п.). В этой разновидности спорта в качестве основных декларируются такие ценности, как оздоровление, целостное развитие личности, активный, увлекательный, творческий отдых, гуманное общение с другими людьми и с природой, а значит, в качестве основной рассматривается оздоровительно-рекреационная функция.

Наряду с выделением разных ценностных ориентаций населения и соответствующих моделей спорта важное значение в спортивной политике нашей страны имеет иерархия ценностей спортивной деятельности, определение ее приоритетных направлений и социальных функций. При этом следует не просто декларировать эти направления и социальные функции, а обеспечивать их практическую реализацию.

3. Спортизация физического воспитания.

Спортизацию рассматривают как модернизацию физического воспитания и тренировочного процесса, а также как создание условий для развития детско-юношеского спорта, его вседоступности и эффективности привития спортивной культуры в процессе спортивных занятий.

Эксперименты и педагогический опыт показывают, что повышение эффективности занятий физической культурой через спортизацию содействует формированию не только здоровых людей, но и людей образованных, толерантных, способных принимать сильные ответственные решения, прогнозируя их последствия и ответственность за результат. Особенную роль в появлении названных качеств содействуют командные спортивные игры, связанные с разработкой технологии спортизации школ для развития спортивно одаренных детей и подготовку спортивного резерва.

Попытки решения проблемы совершенствования физического воспитания учащейся молодежи предпринимались многими учеными, специалистами, управленцами и педагогами в нашей стране. Известны опубликованные работы Л.И. Лубышевой, В.И. Ляха, В.К. Бальсевича, Бондарчука А.П. Григорьева П.А., Гордон С.М, Кострова, Н.Н., Раевского Р.М., занимающихся непосредственно «спортизацией физического воспитания как ключевой проблемой». Результаты педагогического эксперимента Б.К. Бальсевича показали не только значительное улучшение динамики показателей физической подготовки школьников, но и «коренное изменение отношения подростков к занятиям по физическому воспитанию». Щетинина С.Ю. подготовила и опубликовала учебное пособие «Спортизации физического образования». Бондарчук А.П. издал пособие по спортизации физического образования. Григорьев П.А., исследовал проблемы спортизации физического воспитания в общеобразовательной школе. Гордон С.М. издал научно-методическое пособие «Спортивная тренировка в школе». Лях В. И. предложил ориентиры перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе. Лубышева Л.И. раскрыла сущность спортивной культуры в школе. Щетинина С.Ю. опубликовала учебное пособие «Спортизация физического образования». Кострова Н.Н. защитила диссертацию на тему: «Формирование физической культуры школьников на основе спортизации физического воспитания».

Среди организационно-методических принципов формирования физической культуры личности на основе спортизации физвоспитания наиболее актуальными являются:

- установка на формирование спортивного образования на основе комплекса ценностей спортивной культуры;
- спортизация физического воспитания на инновационной основе;
- гармоничность в подборе средств спортивного развития личности обучающегося;
- свобода выбора обучающимися вида спорта и спортивных соревнований, ибо возможность свободного выбора – основа физической активности;
- единство и взаимосвязь усвоения базового и вариативного компонентов содержания физического воспитания;
- конверсия эффективных технологий спортивной, общекондиционной и оздоровительной тренировок;
- объединение в учебно-тренировочные группы относительно однородных по физкультурно-спортивным интересам и способностям участников тренировок;

- создание условий для накопления потенциала и опыта социальной активности и толерантности;
- единство соревновательной и учебно-тренировочной деятельности;
- создание возможностей для освоения ценностей физической культуры и спорта через использование здоровьесберегающих технологий тренировки в учебно-тренировочных группах.

Спортивно ориентированное физическое воспитание школьников имеет свои организационные формы. Так спортизированной концепция, основанная на использовании средств и методов спортивной подготовки в школьном физическом воспитании, по механизму конверсии приемлемых элементов спортивной культуры, предложенная В.К. Бальсевичем включает следующие организационно-методические положения:

- тренировочная направленность уроков физической культуры;
- осуществление физкультурного образования обучающихся в форме обязательных учебно-тренировочных занятий, проводимых за пределами академического расписания;
- объединение учащихся по интересу к виду спорта, общеразвивающей и оздоровительной физической активности в учебно-тренировочные группы без жесткой привязанности к календарному возрасту;
- организацию занятий не менее трех раз в неделю;
- использование возможности кооперации нескольких общеобразовательных школ, ДЮСШ, ДЮКФП, с целью объединения потенциала материально-технической спортивной базы и педагогического коллектива;
- введение спортивной культуры как учебного предмета общеобразовательной школы;
- школьные спортивные секции и клубы, спортивные команды с предоставлением ученикам свободы выбора вида занятий, возможности перехода из группы в группу;
- использование командных спортивных игр для которых не подходят примитивные уроки.

Лекция. Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания

1. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания.
2. Концепция развития системы общего непрерывного образования в области физической культуры в Республике Беларусь.
3. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания.

1. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания.

Программно-нормативные основы. Физическое воспитание (ФВ) осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту: программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, армии и т.д. Эти программы содержат научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований.

Основу нормативной оценки физической подготовленности составляют:

1. Программы по ФВ (дошкольников в учреждениях воспитания).
2. Программы ФК и здоровью (учреждения общего среднего образования, учреждения профессионально-технического и среднего специального образования и УВО).

3. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь, состоящий из трех программ (физкультурно-оздоровительная, физкультурно-спортивных многоборий, мотивации и стимулирования занятий физической культурой и спортом) и нормативов с учетом половозрастных и иных факторов.

4. Единая спортивная классификация Республики Беларусь.

Уровень физической подготовленности может быть низким, ниже среднего, средним, выше среднего, высоким.

Уровень физической подготовленности учащихся оценивают при помощи тестовых упражнений по десятибальной шкале. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту (программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, армии и т.д.). Эти программы содержат научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований.

Программно-нормативные основы системы физического воспитания конкретизируются применительно к особенностям контингента (возраст, пол, уровень подготовленности, состояние здоровья) и условиям основной деятельности участников физкультурного движения (учеба, работа на производстве, служба в армии) в двух основных направлениях: общеподготовительном и специализированном.

Общеподготовительное направление представлено, прежде всего, физическим воспитанием в системе общего обязательного образования. Оно обеспечивает: базовый минимум всесторонней физической подготовленности; необходимый в жизни основной фонд двигательных умений и навыков; доступный каждому уровень разностороннего развития физических способностей. **Специализированное направление** (спортивная тренировка, производственно-прикладная и военно-прикладная физическая подготовка) предусматривает углубленное совершенствование в избранном виде двигательной деятельности на базе широкой общей подготовки с возможно высоким (в зависимости от индивидуальных способностей) уровнем достижений.

В программно-нормативных основах находят конкретное воплощение основные принципы физического воспитания (принципы всемерного содействия всестороннему гармоническому развитию личности, прикладной и оздоровительной направленности).

Физическое развитие. Это процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей.

Примерно до 25-летнего возраста (период становления и роста) большинство морфологических показателей увеличивается в размерах, и совершенствуются функции организма. Затем до 45–50 лет физическое развитие как бы стабилизировано на определенном уровне. В дальнейшем, по мере старения, функциональная деятельность организма постепенно ослабевает и ухудшается, могут уменьшаться длина тела, мышечная масса и т.п.

Выбирая физические упражнения и определяя величину их нагрузок, согласно закону упражняемости можно рассчитывать на необходимые адаптационные перестройки в организме занимающихся. При этом учитывается, что организм функционирует как единое целое. Поэтому, подбирая упражнения и нагрузки, преимущественно избирательного воздействия, необходимо отчетливо представлять себе все стороны их влияния на организм.

2. Концепция развития системы общего непрерывного образования в области физической культуры в Республике Беларусь.

В 2000 г. Министерство образования Республики Беларусь делает попытку разработать концептуальные основы развития педагогического образования. Постановлением Совета Министров была одобрена подготовленная группой ученых Концепция развития педагогического образования в Республике Беларусь и утверждена программа

ее реализации. Концепция определяла стратегию развития непрерывного педагогического образования, согласно которой к 2010 г. в Республике Беларусь должно быть завершено создание национальной системы педагогического образования.

С учетом принципа "**образование через всю жизнь**" в Республике Беларусь 1 сентября 2011 г. принят Кодекс Республики Беларусь об образовании. Принятие Кодекса завершает процесс формирования стабильной, полной и последовательной системы всех уровней образования в республике: дошкольного, общего среднего, профессионально-технического, среднего специального, высшего и послевузовского. Разработка Кодекса позволяет обеспечить реализацию принципа непрерывности образования при дальнейшем совершенствовании системы образования Республики Беларусь.

1.1. Концепция развития педагогического образования на 2015–2020 годы (разработанная в БГПУ) определяет приоритетные направления совершенствования системы в современных социально-экономических условиях и прогнозирует возможности повышения ее социальной эффективности.

1.2. Нормативно-правовую базу настоящей Концепции составляют: Конституция Республики Беларусь; Национальная стратегия устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь на период до 2020 года; Программа совершенствования научной сферы Республики Беларусь и т.д. в аспекте совершенствования системы педагогического образования и повышения квалификации педагогических работников.

1.3. Концепция разработана с учётом отраслевых нормативно-правовых актов: Кодекса Республики Беларусь об образовании и т.д.

Особый интерес представляет **«система непрерывного физкультурного образования»**.

Проблема непрерывного образования в целом и ее отдельные аспекты разрабатывались В.И. Масловым и Н.Н. Зволинской.

Е.П. Каргополов и В.В. Приходько рассматривают **непрерывное физкультурное образование** как процесс формирования целостной, всесторонне развитой личности средствами физической культуры и спорта, обеспечивающий преемственность на каждом уровне определенных фаз, этапов, поступательный мотивированный характер развития профессиональных способностей специалиста физической культуры.

Развивая свое понимание непрерывного физкультурного образования, они видят в нем особый социальный институт, выполняющий три основные функции:

1) **экономическую** – участие в воспроизводстве трудовых ресурсов посредством формирования соответствующих физических способностей;

2) **социальную** – всестороннее развитие личности;

3) **биологическую** – укрепление здоровья и воспитание способностей преодолевать неблагоприятные условия внешней среды.

Проблема непрерывности физкультурного образования во взаимосвязи и взаимозависимости двух сторон одного явления рассматривается Масловым В.И. и Зволинской Н.Н. как непрерывное образование личности, имеющее целью формирование физически культурного человека, и как непрерывное профессиональное физкультурное образование, целью которого является подготовка специалиста, способного осуществлять и обеспечивать на всех уровнях педагогически организованное непрерывное образование различных социально-демографических групп и создавать им условия для физкультурного самообразования.

Е.П. Каргополов в структуре непрерывного физкультурного образования выделяет подсистемы:

1. Базовое физкультурное образование.

2. Начальное физкультурное образование.

3. Специальное физкультурное образование.

4. Специальное (профессиональное) физкультурное образование.
5. Последипломное физкультурное образование.

Подсистема базового физкультурного образования по Е.П. Каргаполову является основой, специального физкультурного образования. Это развернутый процесс, начинающийся в семье, детских дошкольных учреждениях, общеобразовательной школе. Базовое физкультурное образование – это основа начального специального физкультурного образования, которое обеспечивается сетью специализированных спортивных учреждений (ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ и др.), специализированных классов в общеобразовательных школах.

Специальное (профессиональное) физкультурное образование обеспечивается созданной для этого сетью физкультурных учебных заведений. Подсистема последипломного физкультурного образования мало исследована и представлена лишь особенностями: на разных этапах работы физкультурным кадрам необходимы разные формы повышения квалификации.

Л.С. Козырина считает, что непрерывное профессионально-педагогическое физкультурное образование в Республике Беларусь ориентировано на подготовку физкультурных кадров, начиная со специализированных классов общеобразовательных учреждений с последующим обучением учащихся в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), в детско-юношеских клубах физической подготовки (ДЮКФП), в специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), в республиканском (РУОР) и областных (ОУОР) училищах олимпийского резерва, на факультетах физического воспитания, а также в УО «Белорусский государственный университет физической культуры».

В связи с произошедшими изменениями в Республике Беларусь в системе общего среднего образования в целом и в системе физического воспитания в частности:

- переходом на одиннадцатилетнее обучение;
- отказом от профильного образования;
- изменением названия учебного предмета "Физическая культура" и содержания учебных программ;
- уменьшением количества уроков по физической культуре в неделю;
- введением факультативных занятий и др., требуется уделить особое внимание углубленному довузовскому обучению в учреждениях общего среднего образования, так как именно там готовят будущих студентов.

Эффективность подготовки специалистов по физической культуре и спорту в вузе зависит от того, насколько вчерашний абитуриент и сегодняшний студент включится в относительно новую для него учебно-педагогическую деятельность. Отсюда становится очевидной **необходимость соблюдения преемственности** довузовского и вузовского этапов непрерывного физкультурного образования будущих специалистов. Приобретенный опыт на этапе довузовского образования способствует органичному вхождению студентов в будущую профессию.

Высшее профессиональное образование является следующей ступенью и выступает в качестве самостоятельного завершеного уровня образования.

Выпускник вуза, получивший квалификацию учителя физической культуры, должен быть компетентен решать профессиональные задачи в области физического воспитания различных возрастных контингентов населения, в том числе в учреждениях общего среднего образования.

Дополнительное образование взрослых – одна из важнейших подсистем непрерывного образования взрослых, которая включает в себя обучение в организациях, обучающие курсы, специальную подготовку, стажировку, переподготовку, повышение квалификации и самообразование. Оно занимает наиболее продолжительный период

в жизни человека и в системе его непрерывного образования. Целью дополнительного образования взрослых является в сфере физической культуры и спорта является повышение профессиональных знаний, совершенствование умений, навыков ключевых компетенций специалистов и подготовка их к выполнению новых трудовых функций.

Процесс профессионально-педагогической подготовки учителя физической культуры включает теоретическую подготовку, практическую подготовку и социально-личностную, так как личностный фактор остается определяющим в каждом звене системы непрерывного образования.

3. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания.

В структуру непрерывного педагогического образования с 2014 года включена третья профильная ступень общего среднего образования (10–11 классы). В целях привлечения на педагогические специальности наиболее мотивированных выпускников учреждений общего среднего образования возрождается практика работы профильных педагогических классов.

Среднее специальное педагогическое образование. В структуре непрерывной подготовки педагогических кадров предусмотрена возможность получения среднего специального педагогического образования на базе колледжей (3–4 года обучения).

Обучение в педагогическом колледже отличается практикоориентированностью приобретаемых знаний и умений, достаточной общепедагогической подготовкой. Выпускники педагогических колледжей могут работать в учреждениях дошкольного и общего среднего образования и имеют возможность получить высшее образование в сокращенные сроки.

Подготовку педагогических со средним специальным образованием осуществляют 20 колледжей по 9 специальностям.

Высшее педагогическое образование. Подготовка педагогических кадров с высшим образованием ведется по 31 специальности в 15 учреждениях высшего образования республики: **в 4 профильных** (Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина, Минский государственный лингвистический университет, Белорусский государственный университет физической культуры); 9 классических (Белорусский государственный университет, Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина, Могилёвский государственный университет имени А.А. Кулешова, Гродненский государственный университет имени Я. Купалы, Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины, Витебский государственный университет имени П.М. Машерова, Полоцкий государственный университет, Барановичский государственный университет, Полесский государственный университет); а также Белорусский национальный технический университет и Минский государственный высший радиотехнический колледж.

В настоящее время на уровне высшего педагогического образования реализуется двухступенчатая система подготовки педагогических кадров: специалистов и магистров.

Первая ступень (4-5 лет обучения) обеспечивает подготовку специалистов с высшим образованием, обладающих фундаментальными и специальными знаниями и навыками в соответствии с профилями подготовки, которые могут работать в учреждениях образования всех уровней.

Вторая ступень высшего образования – магистратура (1–2 года) – обеспечивает формирование знаний и навыков научно-педагогической, научно-исследовательской и инновационной деятельности. Окончание магистратуры даёт право на последующее обучение в аспирантуре и (или) на трудоустройство с учетом профиля и квалификации специалиста.

Особенностью в подготовке специалистов образования на второй ступени стало открытие практико-ориентированной управленческой магистратуры, выпускники которой могут работать менеджерами в учреждениях образования.

Лекция. Дидактическая проблематика в сфере спорта

1. Современная теория обучения двигательным действиям. Особенности этапов обучения двигательным действиям.
2. Значение работ Бернштейна Н.А., Ухтомского А.А. в теории обучения двигательным умениям и навыкам.
3. Методические подходы, способствующие стабилизации, динамичности и вариативности двигательных умений и навыков.
4. Современные направления совершенствования методик обучения двигательным действиям в спорте.

1. Современная теория обучения двигательным действиям. Особенности этапов обучения двигательным действиям.

Одной из основных сторон физического воспитания, как и любого другого педагогического процесса, является обучение.

Обучение в физическом воспитании – организованный процесс передачи и усвоения систем специальных знаний и двигательных действий, направленных на физическое и психическое совершенствование человека. Обучение двигательным действиям – это тоже педагогический процесс, но осуществляемый для решения более узких задач. Обучение действию есть процесс одновременного приобретения знаний, формирования двигательного умения и воспитания соответствующих физических качеств. Все это сопутствует друг другу, но неоднозначно по своим средствам и методам.

Обучение каждому действию опирается на уже имеющиеся и вновь приобретаемые знания. Знания в физическом воспитании – это определенная система фактов, понятий и закономерностей, лежащих в основе правильно организованного физического воспитания.

Физическая подготовленность человека характеризуется степенью развития основных физических качеств – силы, выносливости, гибкости, быстроты, ловкости. Совершенствование каждого из этих качеств способствует и укреплению здоровья. От других качеств личности физические качества отличаются тем, что могут проявляться только при решении двигательных задач через двигательные действия.

Физические качества и двигательные навыки, полученные в результате физических занятий, могут быть легко перенесены человеком в другие области его деятельности, и способствовать быстрому приспособлению человека к изменяющимся условиям труда, быта, что очень важно в современных жизненных условиях. Воспитание физических качеств осуществляется через направленное развитие ведущих способностей человека на основе определенных закономерностей.

Современное общество находится в состоянии постоянной гиподинамии: сидячий образ жизни, малая физическая активность, обусловленная зачастую неумением выполнять различные двигательные действия. Актуальность данной темы заключается в необходимости правильного и своевременного формирования навыков двигательной активности, начиная с ранних этапов обучения, через освоение основных двигательных действий обучающихся.

Весь процесс обучения двигательным действиям включает в себя три этапа.

1. Этап начального разучивания. Цель – сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах. Продолжительность этапа зависит от: степени сложности техники изучаемого действия, уровня подготовленности занимающихся, их индивидуальных особенностей, возможности использовать положительный эффект переноса навыков.

2. Этап углубленного разучивания. Цель – сформировать полноценное двигательное умение.

3. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования. Цель – двигательное умение перевести в навык, обладающий возможностью его целевого использования.

Успешные действия спортсмена в любом виде спорта основаны на глубокой и устойчивой интеграции четырех главных компонентов спортивной подготовки: физической, технической, тактической и психологической. В каждом виде спорта в зависимости от его характера и специфики «вес» каждой из указанных составляющих и их сочетание различны. Специфика вида спорта, предъявляя высокие требования к уровню каждой составляющей, ставит на одно из ведущих мест техническую подготовку.

Существенное значение имеют следующие особенности:

- разнообразие технических приемов, выполняемых спортсменом;
- степень их вариативности и специфичности (как индивидуальной, так и по спортивным амплуа);
- временные рамки действий спортсмена в соревновательной обстановке, носящих характер ответных реакций на ситуацию (соперник, партнер, мяч);
- ограничения правилами соревнований времени и характера соревновательных действий.

Техника, как система рационально сопряженных движений частей тела и спортсмена в целом, и процесс технической подготовки имеют различные аспекты, тесно интегрированных в обучении и совершенствовании, а также при их реализации в соревновательной деятельности. Этих проблем – три: механика движения, методика обучения и совершенствования и тактическая направленность технических приемов.

В проблеме двигательного обучения в теоретическом, методологическом плане и в практических аспектах важнейшей задачей является выделение в каждом виде технических действий ключевых, базовых пунктов и точек, определяющих эффективность технического приема в целом и служащих опорными звеньями в обучении и совершенствовании индивидуально оптимальной техники движений.

Вторая проблема в технической подготовке – эффективная методика обучения, представляющая научно обоснованную и логичную дидактическую систему, последовательность педагогических действий тренера и спортсмена, адекватную личности спортсмена и задачам обучения. Психолого-педагогические особенности двигательного обучения в каждом виде спорта требуют глубокого анализа, научной и методической проработки в использовании в качестве опорных элементов методики обучения ключевых точек, определяющих эффективность приема в целом.

Третьим важным моментом в технической подготовке является тактическая, соревновательная направленность технического приема. Техника является фундаментом для дальнейшей тактической и интегральной подготовки, для построения соревновательных действий спортсмена и команды. Попытки спортсменов и тренеров в погоне за внешним эффектом действовать более сложно, более быстро, более рискованно и разнообразно, чем это позволяет реально имеющаяся у спортсмена техника, обречены на неудачу, это потерянное тренировочное время, силы и репутация.

Важны также и **психологические аспекты технической подготовки**, максимально адаптированной к будущей соревновательной деятельности, к умению спортсмена технически правильно и стабильно, тактически эффективно выполнять технический прием в условиях жесткого соревновательного стресса. Часто спортсмены красиво и эффектно действуют на тренировках, на разминке перед соревнованиями, а в реальной обстановке, особенно в критические моменты, при жестком соперничестве, совершают простые, невынужденные, на первый взгляд, ошибки. Это происходит потому, что их техническая подготовка проходила без четко и жестко поставленной соревновательной цели в упражнении, при низкой личной и командной мотивации.

2. Значение работ Бернштейна Н.А., Ухтомского А.А. в теории обучения двигательным умениям и навыкам.

Эффективная соревновательная деятельность может осуществляться спортсменом только при условии совершенного владения им произвольными специализированными приемами и действиями, составляющими арсенал техники конкретного вида спорта. Всякий произвольный двигательный акт человека характеризуется двумя взаимосвязанными сторонами: двигательной и смысловой. Произвольным является такое движение, в управление смысловой частью которого возможно вмешательство сознания человека.

Приобретенная на основе знаний и опыта способность неавтоматизированно управлять движениями в процессе двигательной деятельности является умением. В процессе спортивной деятельности (тренировочной и соревновательной) спортсменом приобретаются необходимые умения осуществлять двигательную деятельность, характерную как для целостного спортивного упражнения, так и для отдельных элементов: движений и действий. Умение выполнять двигательное действие формируется на основе определенных знаний о его технике, наличия соответствующих двигательных предпосылок в результате ряда попыток сознательно построить заданную систему движений. В процессе становления двигательных умений происходит поиск оптимального варианта движения при ведущей роли сознания.

Умение представляет собой достаточно примитивную форму освоения приемов и действия, характеризующуюся отсутствием надежности, наличием серьезных ошибок, низкой эффективностью и др.

Многочисленное повторение движений при активном участии сознания постепенно приводит к автоматизации основных элементов их координационной структуры и к образованию двигательного навыка.

Двигательный навык – это автоматизированный способ управления движениями в целостном двигательном действии. При этом автоматизированным движением становится такое, в котором двигательная часть выполняется за счет управления низшими отделами ЦНС, а смысловая – высшими.

Значение двигательных умений и навыков вытекает из их характерных черт. Автоматизированное управление движениями является важнейшей особенностью двигательного навыка в силу того, что позволяет освободить сознание от контроля за деталями движения и переключить его на достижение основной двигательной задачи в конкретных условиях, выбор и применение наиболее рациональных для ее решения приемов, т.е. обеспечить эффективное функционирование высших механизмов управления движениями. Особенностью навыков является слитность движений, проявляющаяся в эффективной координационной структуре, легкости их выполнения, рациональной коррекции. Двигательные навыки спортсменов характеризуются высоким уровнем надежности и вариативности, способности к достижению цели двигательного действия при воздействии неблагоприятных факторов – излишнего возбуждения, утомления, изменения условий внешней среды и др.

В процессе спортивной подготовки двигательные умения несут вспомогательную функцию, которая может проявляться двояко: во-первых, когда необходимо добиться прочного освоения техники соответствующих двигательных действий, формирование умений является предпосылкой для последующего становления двигательных навыков; во-вторых – когда необходимо освоить подводящие упражнения для последующего разучивания более сложных двигательных действий.

Большое количество разнообразных двигательных умений является хорошей предпосылкой для эффективного технического совершенствования. В процессе их освоения у спортсменов вырабатывается способность к творческому мышлению, анализу выполняемых движений, совершенствуются специализированные восприятия, способность объединять простые движения в более сложные двигательные действия и др.

Основы теории управления движениями. На протяжении многих лет формирование теории управления движениями сдерживалось односторонним развитием биомеханики и физиологии двигательного акта. Изолированное изучение движений спортсменов с позиций механики в отрыве от психических и физиологических процессов, как делалось в большинстве биомеханических исследований (что в значительной мере сохранилось и в настоящее время), равно как и односторонний подход к управлению движениями и формированию двигательного навыка на основе теории об условных рефлексах – путем многократной реализации заранее подготовленных точных эффекторных команд, как было принято в спортивной физиологии, существенно затормозило развитие теории управления движениями. Именно это обуславливает актуальность давно опубликованных работ Н.А. Бернштейна (1940, 1947), согласно концепции которого живое движение является не простой реакцией на воздействие внешней среды, а целенаправленным действием, управляемым в ходе его выполнения во взаимодействии с внешней средой и представляет собой не цепочку деталей, а целостную структуру, дифференцирующуюся на множество элементов при большом разнообразии форм взаимодействия между ними. Управление движениями осуществляется на различных уровнях, начиная от ведущего (корковый уровень произвольных действий) и заканчивая фоновыми, регулирующими произвольные движения. Основным признаком, отличающим живое движение от механического, является то, что оно представляет собой не только и даже не столько перемещение тела в пространстве и времени, сколько овладение пространством и временем. Обобщение всей совокупности свойств моторики в сложнейшем взаимодействии с внешней средой позволило Н.А. Бернштейну ввести понятие моторное поле, которое отличается отсутствием устойчивых характеристик, а формируется на основе поисковых, пробных движений, зондирующих пространство во всех направлениях.

Эти представления, равно как и учение о доминанте А.А. Ухтомского, теории функциональных систем П.К. Анохина, достижения в области психологии обучения и психологической физиологии (Выготский, 1991; Лурия, 1975; Давыдов, 1986), теория Деятельности (Леонтьев, 1981) Явились мощным стимулом к объективизации исследований в области теории строения движений.

3. Методические подходы, способствующие стабилизации, динамичности и вариативности двигательных умений и навыков.

Пути и условия стабилизации навыка. Навык быстрее возникает и закрепляется тогда, когда он воспроизводится достаточно часто и относительно стереотипно. При этом стремятся исключить по возможности все сбивающие факторы (помехи), которые могут вызвать отклонения от заданных параметров техники действия (затрудняющие условия внешней среды, утомление и психическую напряженность). Создать условия, способствующие воспроизведению этих параметров в процессе повторения действия (путем стандартизации внешних условий, использования вспомогательных технических средств, целесообразного нормирования нагрузок и отдыха и т.п.).

Пути и условия расширения диапазона вариативности навыка. По мере стабилизации двигательного навыка в процессе отработки действия возрастает роль методических приемов, позволяющих придать ему необходимую степень целесообразной вариативности. Целесообразная вариативность характеризуется тем, что в случае изменения условий действия, оно соответственно изменяется в деталях, оставаясь в то же время достаточно результативным, эффективным и стабильным. Например, метая легкоатлетический снаряд в различных метеорологических условиях, спортсмен добивается дальности его полета, варьируя соответственно угол вылета и обеспечивая предварительные движения.

Методически это обеспечивается такими путями как выполнение постепенно усложняющихся заданий по применению разученного действия в игровых и соревновательных ситуациях, а также в различных затрудняющих условиях внешней среды (в непривычной обстановке, неблагоприятных метеорологических условиях и т.п.).

Обеспечение надежности навыка. Рассмотренные методические приемы, которые направлены, с одной стороны на стабилизацию, а с другой на расширение вариативности двигательного навыка и являются в совокупности основными путями обеспечения его надежности. Но надежность двигательного действия зависит от степени развития физических и психических качеств индивида (в частности, специфической выносливости и эмоциональной устойчивости). Одна из главных задач при этом состоит в последовательной адаптации навыка к повышенным проявлениям функциональных возможностей организма в процессе выполнения упражнений, что выражается в постепенном увеличении, как интенсивности усилий, так и объема нагрузок.

Равномерный метод характеризуется тем, что физическое упражнение выполняется непрерывно с относительно постоянной интенсивностью. Преимущества равномерного метода заключаются прежде всего в том, что он дает возможность выполнить значительный объем работы, способствует стабилизации двигательного навыка, возрастанию мощности работы сердца, улучшению центрального и периферического кровообращения в мышцах, мощности аппарата внешнего дыхания и выносливости дыхательных мышц, совершенствованию координации работы внутренних органов и мышц. Недостатками равномерного метода являются быстрая адаптация к нему организма, в связи с чем снижается тренирующий эффект. Непрерывная длительность работы с постоянной интенсивностью приводит к тому, что со временем вырабатывается некоторый привычный стандартный темп движений.

Переменный метод характеризуется последовательным варьированием нагрузки в ходе непрерывного выполнения упражнения, путем направленного изменения скорости передвижения, темпа, длительности ритма, амплитуды движений, величины усилий, смены техники движений и т.д. Переменный метод применяется в циклических и ациклических упражнениях. В циклических упражнениях нагрузки, главным образом, регулируются за счет варьирования скорости передвижения. Она может изменяться от умеренной до соревновательной. От варьирования скорости и длительности выполнения упражнения зависят характер физиологических сдвигов в организме, что, в свою очередь, ведет к развитию аэробных или аэробно-анаэробных возможностей.

В ациклических упражнениях переменный метод реализуется путем выполнения упражнений, непрерывно изменяющихся как по интенсивности, так и по форме движений.

Повторный метод характеризуется многократным выполнением упражнения через интервалы отдыха, в течение которых происходит достаточно полное восстановление работоспособности. Применение этого метода обеспечивает тренирующее воздействие на организм не только во время выполнения упражнения, а также благодаря суммации утомления организма человека от каждого повторения задания.

Интервальный метод характеризуется многократным повторением упражнения через определенные интервалы отдыха. Сущность этого метода заключается в том, что во время многократного выполнения интенсивность однократной нагрузки должна быть такой, чтобы ЧСС к концу работы была 160–180 уд/мин. Так как длительность нагрузки обычно невелика, потребление кислорода во время выполнения упражнения не достигает своих максимальных величин. В паузе же отдыха, несмотря на снижение ЧСС, потребление кислорода в первые 30 с увеличивается и достигает своего максимума.

Интервальный метод имеет ряд вариантов, в основе которых лежат различные сочетания составных компонентов нагрузки (длительности, интенсивности, количество упражнений и др.). Такое многообразие связано с решением конкретных задач, уровнем физической подготовленности, вида и характера физических упражнений.

Круговой метод представляет собой последовательное выполнение специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы.

Для каждого упражнения определяется место, которое называется «станцией». Обычно в круг включается 8–10 «станций». На каждой из них занимающийся выполняет одно из упражнений (например, подтягивания, приседания, отжимания в упоре, прыжки и др.) и проходит круг от 1 до 3 раз. Данный метод используется для развития практически всех двигательных способностей.

Игровой метод. Основу данного метода составляет сюжетно организованная двигательная деятельность, в основу которой положен свободный выбор способов достижения цели и получаемое человеком удовлетворение. К недостаткам этого метода относятся ограниченная возможность дозирования нагрузки и формирования нового, особенно сложного двигательного навыка.

Соревновательный метод – это способ выполнения упражнений в форме соревнований. Соревновательный метод применяется для развития физических, волевых и нравственных качеств, совершенствования технико-тактических умений и навыков. Он может использоваться в элементарных формах, в виде полуофициальных или официальных соревнований. Данный метод, имея много общего с игровым методом, отличается тем, что не имеет сюжетное содержание.

Процесс обучения двигательным действиям представляет собой достаточно сложную специфическую задачу для каждого преподавателя. Успешность обучения в решающей мере зависит от методической подготовленности преподавателя, наличия благоприятных материально-технических условий, полноценной готовности обучаемого.

4. Современные направления совершенствования методик обучения двигательным действиям в спорте.

Теоретические и методические основы двигательного обучения в спорте на основе ключевых точек. Важнейшей задачей двигательного обучения как в теоретическом и методологическом плане, так и в чисто практических аспектах является выделение в каждом техническом действии ключевых, базовых пунктов и точек, определяющих его эффективность и служащих опорными звеньями в обучении и совершенствовании индивидуально оптимальной техники движений. В качестве опорных элементов методики обучения технике рационально использовать ключевые, базовые точки, определяющие эффективность технического приема в целом (по 2–3 ключа в каждом из технических приемов).

Общие вопросы стратегии двигательного обучения в спорте. Важной частью тренерской работы является эффективное техническое обучение, создание базы технической и тактической подготовки. Наиболее важными аспектами в процессе обучения являются: показ; использование вербальных команд; применение иллюстративных материалов; передача ощущений движения с управляющей информацией обратной связи; тренировка в условиях, максимально приближенных к соревновательным условиям.

Показ. Слова тренера часто не оказывают должного влияния, так как они оказываются понятыми спортсменами по-разному. Используя других спортсменов или себя в качестве модели, тренер может показать правильное выполнение технического приема.

Использование вербальных команд. Не следует перегружать спортсменов слишком большим количеством стимулов. Многие тренеры иногда, хорошо зная свой вид спорта, стараются одновременно рассказать спортсменам слишком много. Значительно эффективнее снизить количество выдаваемой информации до абсолютно необходимой в данной ситуации, используя ключевые слова и фразы, применяя их в нужном порядке.

Использование иллюстративных материалов. Использование кино-, фото- и видеоматериалов может дать значительно больше, чем слова, и позволяет спортсменам сосредоточиться на какой-либо одной специфической детали. Видеозаписи дают возможность увидеть и проанализировать каждую фазу движения.

Передача чувства движения. Обучение техническим приемам не является формальной оптимизацией определенных движений. Оно должно сформировать у спортсменов свои собственные внутренние ощущения. Для их активизации полезно каким-либо образом снизить возможности спортсмена, например, закрыть глаза. Способность спортсмена тонко интерпретировать свои внутренние ощущения позволяет ему самому себя тренировать. При выполнении технических приемов необходимо позитивное, эффективное, мгновенное и специфичное управление обратной связи, использующее те же ключевые слова, что при моделировании и показе.

Соревновательные упражнения. Эффективное развитие техники зависит от специфичности упражнений к разнообразным соревновательным ситуациям и их вариаций. Выполнение технического приема на тренировке в таких условиях позволяет спортсмену применять их в любых новых соревновательных условиях. Перед началом нового упражнения надо ставить спортсменам определенную цель (ограничения по времени, количество успешных, правильных попыток, положение спортсмена, его партнеров и соперников и т.д.). Соревновательные стрессовые ситуации меняют условия выполнения даже хорошо освоенных на тренировках технических элементов. Стрессовые условия на тренировке создают необходимое напряжение и помогают развивать нужное отношение и психологическую устойчивость. Следует создавать ситуации, подводящие спортсменов к их психологическим барьерам, что позволяет выполнять технический прием так же, как и в соревновании.

Двигательное обучение, основанное на ключевых точках. Оптимальное обучение технике представляет наибольший интерес для тренеров, стремящихся к достижению лучших результатов их спортсменов, а также и для исследователей, желающих углубить свои знания в этой области. Несмотря на определенные различия в этих профессиональных интересах, общим является их заинтересованность в решении одной общей проблемы – эффективном обучении технике и ее использовании в соревнованиях для получения практического результата.

Методика двигательного обучения на основе теории учебной деятельности. При разработке содержания и методов обучения в спорте недостаточно используются такие современные психолого-педагогические концепции, как теория учебной деятельности. Традиционные методики недостаточно используют возможности развивающего обучения, они в основном строятся на переходе от частных задач двигательного обучения к отдельным фазам технических приемов и техническим действиям в целом в строго регламентированных условиях, отличных от соревновательных. Это формирует жесткие двигательные стереотипы двигательных действий в типовых условиях и мешает их обобщению и применению в нестандартных соревновательных ситуациях, характер которых зависит от непредсказуемых действий соперника и ряда случайных соревновательных факторов.

Концепции теории учебной деятельности, применительно к теории и методике спортивной тренировки, позволяют использовать их для построения тренировочного процесса с акцентом на развивающий характер процесса обучения за счет повышения трудности учебных задач в рамках «зоны ближайшего развития» и усиления теоретической составляющей учебного процесса. Основным компонентом учебной деятельности – классической учебной задачей, являющейся системообразующим фактором, в данном случае будет тренировка с достаточно полным структурным соответствием соревновательной деятельности, в которой спортсмен – субъект обучения, осваивает учебные действия, преобразующие предмет деятельности и развивающие сам субъект, прежде всего, за счет усиления теоретической составляющей процесса спортивной тренировки, формирующей представления субъекта о способах действий и конечных их целях, а также значительно повышающей мотивацию. Успех в использовании теории учебной деятельности и развивающего обучения во многом зависит от способности определенного

возраста к формированию элементов теоретического мышления, способности рассуждать гипотетико-дедуктивно, от общего к частному, путем построения гипотез и их проверки. Рассмотрение психофизиологических особенностей развития юных спортсменов, возраста их начального обучения позволяет прогнозировать эффективность предлагаемых подходов в учебно-тренировочном процессе, построенного на принципе «зоны ближайшего развития» и направленного от общего соревновательного начала к техническому совершенствованию отдельных технических приемов.

Лекция. Проблема учета индивидуальных особенностей спортсмена при планировании и организации учебно-тренировочного процесса

1. Понятие индивидуальности человека.
2. Реализация принципа индивидуализации в теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки.
3. Характеристика основных направлений индивидуализации подготовки спортсменов (на примере легкоатлетов).
4. Учет наиболее значимых факторов при реализации основных направлений индивидуализации подготовки (на примере легкоатлетов).

1. Понятие индивидуальности человека.

Развитие современного спорта предъявляет особые требования к индивидуальности спортсмена. В тоже время использование его потенциальных возможностей не всегда эффективно, что связано с недостаточно разработанными подходами к целостности характеристик человека, их системностью и особенностями детерминации.

В настоящее время не вызывает сомнения положение о том, что индивидуальность человека – явление многогранное, поэтому она должна изучаться с позиции системного подхода. Исходным моментом в изучении индивидуальности принято считать уникальность, индивидуальное своеобразие, как неповторимое сочетание всех признаков, отличающих одного человека от другого. Поэтому актуальность изучения данной проблемы в теоретическом аспекте определяется, прежде всего, тем, что уже сама постановка этой проблемы затрагивает комплекс методологических и концептуальных вопросов, на сегодняшний день далеких от разрешения. Это, в первую очередь, такие как:

- соотношение биологического и социального в структуре индивидуальности, объективного и субъективного;
- интеграция междисциплинарных исследований, направленных на изучение индивидуального своеобразия личности;
- применение принципов системного подхода к исследованию специфики индивидуальности.

В системе физического воспитания именно понимание индивидуальности лежит в основе грамотного спортивного отбора и ориентации, успешного обучения технике двигательных действий и эффективного развития необходимых физических качеств.

Познание человеческой индивидуальности в последние годы вызывает повышенный интерес во всем мире. Существенно расширяется круг наук, в которых сложнейшая проблема Человека становится ведущей, а выявление условий и источников индивидуальных различий в целях поиска средств и методов их учета в разных сферах общественной практики становится доминирующим.

Индивидуальность рассматривается как категория (понятие), которая выходит «из ряда» других и существует обособленно. Проблема индивидуализации возникает в тех областях человеческой деятельности, где необходима «штучная работа»

в воспитании, образовании, выявлении потенциалов конкретного человека. В этом отношении не является исключением и сфера спорта, в которой, как ни в какой иной, проявляется уникальная сущность человека.

Теоретическая актуальность и практическая значимость проблемы индивидуализации обусловлены сложностью рационального разрешения существующего противоречия между коллективным характером деятельности и сугубо индивидуальным усвоением знаний, выработкой умений и навыков, зависящих от субъективных способностей, личностных качеств и опыта обучаемого.

Сущность индивидуальности связана с целостным представлением об индивиде, взятом в единстве всех его свойств и признаков. Примечательно, что сам термин «индивидуальность» означает «единство многообразного» (многое в одном), неделимое, что уже неоднократно подчеркивалось различными авторами.

Индивидуальный уровень свойств – половозрастные и конституционные (включая нейродинамические) особенности принято считать безличными предпосылками развития субъекта. При этом подчеркивается, что индивидуальный уровень отражает преимущественно природные особенности организации различных процессов, а личностный – социально привнесенные.

Понятие индивидуальности не совпадает целиком с понятием личности. Отличие личности от индивидуальности заключается в том, что если человек предстает в качестве участника историко-эволюционного процесса – носителя социальных ролей, выбирающего определенный жизненный путь и преобразующего в соответствии с этим выбором природу, общество и самого себя, то в индивидуальном плане он олицетворяет неповторимое своеобразие, воплощает совокупность только ему присущих свойств и качеств. Индивидуальность – это личность в ее своеобразии.

Итак, несколько упрощенно можно сказать, что «индивидуальность» – это индивид, личность и существующие между ними связи. Отмечая неоднородность разных характеристик индивидуальности, можно представить ее как трехэтажное «здание».

Тогда на нижнем уровне (биологическом фундаменте личности) мы можем собрать все индивидные, формально-динамические характеристики (пол, темперамент, задатки, способности и т.п.). На втором уровне мы размещаем предметно-содержательные качества (черты, типы личности, способности, стилевые характеристики поведения). А на третьем, верхнем уровне будут присутствовать духовные характеристики (направленность личности, ценности, убеждения, взгляды, установки). Уровни индивидуальности оказывают друг на друга взаимное и не только восходящее, но и нисходящее влияние, и это не означает главенства какого-то из «этажей». Но нижний, самый устойчивый во времени, практически не поддается социальному воздействию, средний более восприимчивее к воспитанию (характер можно изменять, способности формировать), а на третьем уровне биологического содержится очень мало, и он в наибольшей степени изменчив (в самом деле, взгляды, убеждения, ценности человек меняет в течение жизни несколько раз).

Общая схема индивидных свойств человека наиболее полно описана в работах отечественного ученого Б.Г. Ананьева. Понятие «индивидные свойства» человека, введенное автором, в отличие от более распространенного термина «индивидуальные свойства», однозначно и жестко ориентирует на изучение органических предпосылок развития личности. Под термин «индивидуальные свойства» по традиции подводится все, что угодно, начиная от биохимических свойств организма и кончая социальным статусом человека в коллективе.

Большое количество данных подтверждает, что человек при детальном рассмотрении его функций и структур весьма далек от представлений о норме. Выяснилось, что организм каждого человека строго индивидуален, и «одинаковыми» бывают лишь однояйцевые близнецы, и то, только до момента рождения, после чего различные условия

внешней среды усиливают различие между ними. Более того, даже однояйцевые близнецы не являются строго одинаковыми и, тем более, абсолютными «копиями» друг друга – они значительно различаются по частоте сердечных сокращений, артериальному давлению и особенностям условнорефлекторной деятельности.

Еще больше, чем в морфофункциональной организации, отмечается отличий в психическом развитии человека. Эти отличия наблюдаются уже с самого раннего детского возраста и становятся более выраженными с возрастом под влиянием воздействий социальной среды. Психические особенности людей зависят и от наследственных факторов, и от социальной среды, причем роль последней для психики неизмеримо больше, чем для морфологических признаков. Поэтому в современной диагностике понятие «норма» используется при изучении внеличных характеристик, а когда речь заходит о личности, применяют термин «особенности», тем самым подчеркивая намеренный отказ от нормативного подхода.

Человек рождается с определенными генетическими предпосылками к самопроявлению в области той или иной деятельности. Если рассматривать этот вопрос применительно к спорту, то различные его виды, в силу их специфичности, требуют как строго определенной функциональной дееспособности, так и морфологической, структурной организации.

Давно замечено, что спортсмены, занимающиеся разными видами спорта, существенно различаются по своим физическим характеристикам. Это естественно, так как лица с определенными чертами телосложения оказываются более, чем другие, приспособленными к высоким достижениям в конкретных видах спорта. Так, известно, что спортсмены, занимающиеся баскетболом, отличаются высоким ростом; метатели характеризуются большой массой тела; спринтерам, в отличие от стайеров, свойственно большая масса тела и атлетическое развитие мускулатуры. Нередко один из показателей морфофункционального состояния организма играет системообразующую роль, определяя величину и соотношение других показателей у спортсменов.

Еще недавно считалось, что на основании разработанных нормативов и их совокупности в виде модели морфофункциональных признаков и двигательных качеств можно не только устранять отстающие звенья в организме спортсменов, но и способствовать целенаправленной подготовке победителей и рекордсменов. Логика убеждает в реальности такого подхода: так как спортивное достижение обеспечивается определенными двигательными свойствами, а они, в свою очередь, всецело зависят от ресурсов организма, то, развивая эти ресурсы до требуемого уровня, можно добиться необходимого результата. Действительность, однако, не подтвердила этих ожиданий. Оказалось, что усредненные характеристики, весьма эффективные при подготовке юных и взрослых спортсменов, не достигших еще вершины спортивного мастерства, «не работают» на уровне спортсменов международного класса. В.Н. Платонов считает, что даже у самых выдающихся спортсменов часто есть несколько исключительно сильных сторон подготовленности при весьма заурядном уровне развития остальных ее компонентов. По существу, редко кто из сильнейших спортсменов, по показателям которых создавались усредненные модели, по своим индивидуальным данным соответствует усредненному идеалу.

Кроме того, «подтягивание» отстающих в развитии качеств у выдающихся спортсменов очень часто оказывается неэффективным. Чем больше выражена индивидуальность выдающегося спортсмена, тем больше у него имеется отличий от модельных данных. Стремление развить отстающие качества у этих спортсменов нередко «приглушает» наиболее сильные стороны подготовленности, сглаживает индивидуальность, являющуюся залогом их успеха.

2. Реализация принципа индивидуализации в теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки.

Понятие индивидуализации тесно связано с понятием индивидуальности, но означают они не одно и то же. Если последнее характеризует индивидуальность в статическом плане, то первое – в динамическом, выражая закономерность ее формирования, проявления и развития.

При этом индивидуальность занимающихся не всегда правильно соотносится с индивидуальным и дифференцированным подходами. Чаще выделяют два критерия, которые лежат в основе индивидуального подхода: ориентация на уровень достижений и ориентация на процессуальные особенности педагогического процесса занимающихся. Как показывает практика, в тренировочной деятельности чаще выбирается первый вариант, так как его легче реализовать через индивидуализацию тренировочного процесса.

В дидактике под индивидуализацией обучения подразумевается такая организация учебного процесса, при которой выбор методов, приемов, темпа обучения производится с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, их уровня и способности к обучению. В целом вполне обоснованным представляется утверждение, что индивидуализация обучения – более широкое понятие. Подобное в физическом воспитании можно отметить в отношении попытки уточнить взаимосвязанные терминологические понятия, такие, как «индивидуальная тренировка», «индивидуальная подготовка» и «индивидуализация тренировки».

Наряду с понятием «индивидуальный подход» в литературе встречаются понятия «личностный подход» и «лично-ролевой подход». Согласно К.К. Платонову, **«личностный подход»** – это понимание личности как воедино связанной совокупности внутренних условий, преломляющих все внешние воздействия. Социально-психологическая же проблема индивидуального подхода начинается тогда, когда последний становится не просто конкретным, а «личностным», при котором наряду с общими качествами максимально используются наиболее устойчивые и ценные особенности личности, т. е. когда задается вопрос о природе индивидуальности: неизменна она или изменчива и в каких пределах?

Личностно-ролевой подход позволяет более полно и целостно учесть спектр потребностей, интересов, отношений индивида, живущего и действующего в определенной социальной группе. В реализации индивидуального, личностного, лично-ролевого подходов к учебно-воспитательному процессу видится конкретный пример движения познания от явления к сущности, от сущности первого порядка к сущности более высоких порядков.

В связи со сказанным, индивидуальный (в смысле «личностный») подход в обучении должен пониматься как формирование индивидуального стиля деятельности в разрешении типичных, объективно значимых задач. Это предполагает признание разных, но равноценных по конечным результатам способов деятельности и соответствующих им типологических качеств. Только в этом случае общее требование конкретного подхода к любому делу приобретает признаки педагогического принципа индивидуального (личностного) подхода. В целом индивидуальный подход в период интенсивной разработки теории оптимизации учебного процесса считался отдельными авторами единственно возможным способом. В настоящее время ему найдено более рациональное место в системе способов оптимизации учебного процесса.

Существенным моментом является совершенствование рационального сочетания коллективной и индивидуальной работы с дифференцированной. Смысл дифференцированного обучения состоит в том, чтобы, зная индивидуальные особенности каждого ученика (уровень подготовки, развития, особенность мышления, познавательный интерес к предмету и т.д.), определить для него наиболее целесообразный и эффективный характер работы на занятии.

В теории физического воспитания принцип индивидуализации рассматривают сопряженно с принципом доступности и кладут в основу понимания этого явления требование: при занятиях физическими упражнениями учитывать как возможности воспитуемых, так и трудность предлагаемых им упражнений. Эти положения легли в основу большинства экспериментальных исследований по вопросам индивидуализации.

В теории и методике физического воспитания построение системы занятий, при которых учитываются индивидуальные различия занимающихся, осуществляется индивидуальный подход к использованию частных средств и методов физического воспитания, определяет принцип индивидуализации как общеметодический принцип физического воспитания. Необходимость индивидуализированного подхода в физическом воспитании обусловлена:

- различным уровнем подготовленности каждого человека;
- половыми и возрастными различиями;
- индивидуально-типологическими и личностными особенностями в реагировании на нагрузку и факторы внешней среды;
- индивидуальным стилем работы.

Принцип индивидуализации включает в себя два направления: общеподготовительное и специализированное.

В первом направлении индивидуализация осуществляется, главным образом, за счет методов воспитания и дополнительных средств, позволяющих индивидуализировать путь к выполнению общих программных требований по формированию у каждого занимающегося совокупности жизненно важных двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний в обязательном для всех объеме.

В отличие от этого, **специализированное направление** (в частности, спортивная специализация) ориентировано на углубленное совершенствование в избранной деятельности. Здесь уже не только методы, но и содержание занятий определяются в зависимости от индивидуальных склонностей, одаренности. Сочетание обоих направлений создает условия для всестороннего и в тоже время глубоко индивидуализированного физического совершенствования.

Принцип индивидуализации спортивной тренировки ориентирован на возможно полное соответствие содержания, методов, форм занятий, величины и динамики нагрузки индивидуальным особенностям спортсмена. Его использование целесообразно и необходимо в практической работе со спортсменами различной квалификации, но особенно – на этапе высшего спортивного мастерства. Индивидуализация подготовки спортсменов содействует более полному раскрытию их способностей, адекватной реализации их возможностей, более быстрому обучению движениям и росту спортивных результатов.

Индивидуальный подход – это учет индивидуальности спортсмена, т. е. присущих ему индивидуальных особенностей (психологических, морфо-конституциональных) в учебно-тренировочном процессе. Он, в основном, используется при тренировке спортсменов высокого класса и касается, прежде всего, индивидуальных особенностей техники выполнения упражнений, режимов работы и отдыха, управления мотивами спортивной деятельности. Существующий в педагогике «принцип индивидуализации» отражает в большей мере дифференцированный подход, нежели индивидуальный.

Индивидуальный подход выражается в дифференциации учебных заданий и путей их выполнения, норм нагрузки и способов ее регулирования, форм занятий и режимов педагогического воздействия в соответствии с индивидуальными способностями занимающихся. Так, для учащихся с сильной нервной системой соревновательный метод более эффективен, чем для лиц со слабой, так как создает у последних излишнее нервно-эмоциональное напряжение. Длительность и количество интервалов в тренировочном цикле также зависит от силы нервной системы: определенные в ходе упражнений,

как правило, не сказываются на навыках у лиц со слабой нервной системой и бывают отрицательны для лиц с сильной нервной системой.

Следует подчеркнуть, что индивидуальные способности не исключают общих свойств, присущих различным индивидуумам, а индивидуализация осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания.

По мнению В. А. Сальникова, планирование тренировочной нагрузки в зависимости от уровня достижений занимающегося – это дифференциация, а не индивидуализация, поскольку в основе распределения по уровню подготовленности лежит не сходство или различие в индивидуальных особенностях их подготовленности, а уровень достижений, который является результатом этих индивидуальных особенностей.

Проведенный Д. Б. Рукавициным анализ, связанных с проблемой индивидуализации, показал, что разработка проблемы индивидуализации обозначена в нескольких основных направлениях:

- индивидуализация учебно-тренировочного процесса – 29,7%;
- индивидуализация технико-тактической подготовки – 19,2%;
- индивидуализация по биологическим признакам – 17,1%;
- индивидуализация в психолого-педагогическом аспекте – 12,8%;
- индивидуализация учебной работы в ВУЗах – 21,2%.

Принцип углубленной индивидуализации и специализации является одним из важнейших в современной системе спортивной тренировки. Именно путь индивидуализации спортивной тренировки должен обеспечить решение целого ряда проблем, стоящих перед спортивной наукой, и, тем самым, способствовать совершенствованию системы подготовки квалифицированных спортсменов.

В работах по проблеме индивидуализации спортивной подготовки выделяются два аспекта. **Первый** связан с правильным выбором спортивной специализации, поскольку «специализация, проводимая с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, позволяет наиболее полно выявить его способности в спорте и удовлетворить спортивные интересы». Решение проблемы спортивной ориентации и отбора достаточно полно освещено в соответствующей литературе. **Второе направление** преимущественно связано с обеспечением соответствия величины нагрузок возрастным функциональным и адаптационным возможностям организма.

Показано, что наиболее высокие спортивные результаты могут быть достигнуты при установлении и практической реализации закономерностей и индивидуальных особенностей взаимосвязи задаваемых нагрузок и адаптационных реакций различной срочности, выраженности и направленности.

На каких объективных критериях должна базироваться индивидуализация системы подготовки спортсменов? Совершенно очевидно, что если в качестве таких критериев будет выбран один или несколько наиболее информативных показателей, связанных с глобальными характеристиками человеческого организма, то и реализация индивидуального подхода приведет к серьезному улучшению наиболее существенных сторон подготовки спортсмена. И, наоборот, если окажется, что выбранные критерии являются второстепенными признаками, то реализация индивидуального подхода сможет, в лучшем случае, решить лишь некоторые частные стороны подготовки. В настоящее время исследователями выделено более ста различных признаков, отражающих индивидуальные особенности, учет которых необходим тренерам в их практической деятельности. Эти факты относятся к функционированию физиологических систем организма, психическому статусу спортсмена, его морфотипу, техническим и тактическим элементам соревновательной и тренировочной деятельности, выбору тренировочных воздействий и построению тренировки в различных по длительности циклах. Управлять таким большим числом индивидуальных особенностей спортсмена тренер не в состоянии.

В целом, индивидуализацию можно рассматривать с точки зрения решения трех проблем: процесса обучения, тренировки и соревнований, содержания и построения системы спортивной подготовки. Первая проблема касается отбора средств, методов и форм обучения и тренировки, вторая – создания планов, программ и индивидуальных заданий, предъявляемых к спортсменам, и третья – индивидуализации различных структурных образований тренировочного процесса, направлений подготовки и реализация максимума проявлений возможностей в соревновательной деятельности.

Принцип углубленной спортивной специализации указывает, что объективно необходимым условием для высших достижений является сосредоточение времени и сил на каком-либо избранном предмете спортивной деятельности. Он непосредственно связан с принципом углубленной индивидуализации. Спортивная специализация, проводимая с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, позволяет наиболее полно проявить его способности. Но это справедливо при условии соответствия специализации индивидуальным качествам спортсмена. Ошибочный, не отвечающий его индивидуальным особенностям выбор предмета специализации может, в значительной мере, свести на нет усилия спортсмена и тренера, привести к преждевременному прекращению активной спортивной деятельности.

Не случайно В.Н. Платонов в многолетней подготовке выделяет этап «максимальной реализации индивидуальных возможностей», основная задача которого – достижение наивысшего спортивного результата, что, в значительной мере, требует перенести аспекты в тренировочный процесс с группового подхода на индивидуальный.

Особое значение принципа индивидуализации в спорте определяется также использованием повышенных нагрузок, приближающихся к пределам функциональных возможностей организма спортсмена. Принцип индивидуализации требует, чтобы в спортивной тренировке тщательно обеспечивалось соответствие увеличения роста нагрузок функциональным и адаптационным возможностям организма с учетом индивидуальных различий темпов развития тренированности. Так как, в силу индивидуальных различий приспособительных реакций организма, одни и те же тренировочные нагрузки могут иметь совершенно неодинаковые последствия.

В решении этой проблемы наметились в последние годы два основных направления:

1. Индивидуализация средств тренировки. Этот аспект индивидуализации связан с выявлением данных о факторах и модельных характеристиках, определяющих спортивный результат. При этом выделяются два методических подхода в развитии двигательных качеств: первый – направленность тренировочной нагрузки на подтягивание отстающих способностей и качеств, второй – на развитие профилирующих качеств и способностей.

2. Индивидуализация нагрузки в построении тренировки. В этом направлении считается необходимым учитывать: а) биологические колебания функционального состояния в различных фазах эндогенного ритма; б) текущее состояние тренированности спортсмена; меру индивидуальной величины нагрузки и ее градации; индивидуальные темпы биологического развития.

Любая педагогическая закономерность (принцип) носит общий характер, и при практическом ее применении в занятиях с большим контингентом занимающихся эта закономерность себя оправдывает. Но если использовать совокупность педагогических закономерностей в процессе подготовки одного спортсмена, то наличие значительных индивидуальных особенностей может привести к тому, что-то или иное методическое правило, которое оправдывается при занятиях с большим числом людей, применительно к данному случаю перестает действовать.

3. Характеристика основных направлений индивидуализации подготовки спортсменов (на примере легкоатлетов).

На основании анализа литературы, рекомендаций специалистов, собственных экспериментальных и теоретических исследований представляется возможным выделить следующие направления индивидуализации подготовки квалифицированных легкоатлетов.

1. Индивидуализация системы соревновательной деятельности и соревновательной практики. Соревновательная деятельность, как известно, представляет собой организованное по определенным правилам соперничество с целью выявления и объективного сравнения спортивного мастерства.

Индивидуализация соревновательной деятельности – необходимое условие достижения высоких спортивных результатов. В первую очередь необходимо индивидуализировать структуру соревновательного упражнения, технику выполнения соревновательного упражнения и тактику ведения соревновательной борьбы. Вариативность (уровень проявления взаимодействия и взаимокompенсация) данных факторов определяет индивидуальность соревновательной деятельности.

Исследование структуры соревновательной деятельности, последующее моделирование наиболее значимых ее элементов на запланированный результат являются важными резервами для оптимизации как предстоящей соревновательной деятельности, так и подготовки спортсмена к конкретному соревнованию. Эти обстоятельства подчеркивают значимость разработки методологии и технологии моделирования структуры соревновательной деятельности на запланированный результат в конкретном виде спорта, с учетом как общих закономерностей организации соревновательного процесса, так и индивидуальных особенностей спортсмена.

2. Индивидуализация тренировочного процесса. Тренировка является основным способом подготовки спортсмена, что обуславливает первостепенную значимость индивидуализации для повышения ее эффективности. В тренировочном процессе спортсмена важно индивидуализировать подготовку: физическую, техническую, тактическую, психологическую и теоретическую.

В настоящее время в тренировочном процессе принято выделять большие, средние и малые циклы; планирование тренировки в них должно осуществляться с учетом индивидуальных возможностей атлета и целевых задач его совершенствования. В тренировочном занятии, которое является главным структурным элементом тренировочного процесса, важно специализированность и направленность выполняемых упражнений, а также величину тренировочной нагрузки определять с учетом индивидуальных особенностей и возможностей спортсмена.

Для правильного планирования и программирования тренировочного процесса существенное значение имеет система комплексного педагогического контроля. В системе контроля хода тренировки при оценке состояния спортсмена различают этапный, текущий и оперативный виды контроля. Каждый вид контроля имеет свои задачи, набор регистрируемых показателей, периодичность проведения обследований. Во всех случаях необходимо регистрируемые показатели состояния сопоставлять с выполненной тренировочной нагрузкой, что позволяет аргументировано корректировать планируемую тренировочную нагрузку, как по величине, так и направленности. Исследование структуры тренированности (подготовленности) спортсмена позволяет выявить сильные и слабые стороны подготовленности атлета и наметить перспективные пути ее совершенствования. В этом плане для составления перспективной модели основных сторон подготовленности спортсмена необходимо наличие нормативных показателей (должных норм) подготовленности спортсменов определенной специализации и квалификации. Методология и технология составления нормативных показателей подготовленности описаны в ряде работ.

3. Индивидуализация внутренировочных воздействий. На эффективность подготовки спортсмена существенное влияние оказывают многочисленные факторы, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности. К их числу, в первую очередь, необходимо отнести следующие:

А) Режим тренировок и отдыха. Большое значение в подготовке спортсмена имеет правильно организованный режим тренировок и отдыха. Для полноценного восстановления после выполнения физических нагрузок и протекания адаптационных процессов спортсмен нуждается в отдыхе. При этом следует подчеркнуть, что потребность в отдыхе и сне у спортсменов может существенно различаться. Это обстоятельство подчеркивает необходимость учета индивидуальных особенностей спортсмена при планировании не только тренирующих воздействий, но и отдыха между занятиями (в частности, времени, отводимого на сон).

Б) Питание спортсмена. На достижение высоких показателей специальной подготовленности спортсмена непосредственное влияние оказывает правильно организованное питание – его качество, сбалансированность, энергетическая ценность. Напряженно тренирующийся спортсмен должен получать с пищей необходимое количество белков, жиров, углеводов, микроэлементов, витаминов, биологически активных веществ. Педагогический и врачебный контроль состояния здоровья и подготовленности, изменения в массе и составе тела, формирования телосложения, витаминной насыщенности организма позволяют правильно решать вопросы индивидуализации питания спортсмена.

В) Восстановительные мероприятия. Значительные по объему и высокие по интенсивности тренировочные нагрузки определяют необходимость применения разнообразных восстановительных мероприятий. Восстановление организма спортсмена после тренировочных и соревновательных нагрузок также строго индивидуально и обусловлено многими причинами: гормонами, активностью ряда ферментов, накоплением продуктов метаболизма, и, естественно определенного «запаса» энергетического и пластического материала. Планирование и использование восстановительных мероприятий следует осуществлять в соответствии с динамикой оперативного и текущего состояний спортсмена, с учетом величины и направленности выполненной нагрузки.

Г) Прием фармакологических препаратов. Подготовка квалифицированных и особенно высококвалифицированных спортсменов, как правило, связана с применением (кроме запрещенных) разнообразных фармакологических препаратов (белково-углеводных смесей, витаминных комплексов, адаптогенов и др.). Очевидно, что при назначении таких препаратов при строгом врачебном контроле необходимо учитывать индивидуальные особенности спортсмена, в частности, состояние здоровья в целом и функциональное состояние различных органов и систем организма.

Д) Психолого-педагогические воздействия. На эффективность подготовки оказывают влияние психолого-педагогические воздействия со стороны тренера, психолога, врача и других специалистов, работающих со спортсменом. Правильно построенная беседа, вовремя проведенная психорегулирующая тренировка позволяют существенно влиять на психоэмоциональное состояние спортсмена и эффективность его спортивной подготовки. Значимость такого рода психолого-педагогических воздействий существенно повышается при учете индивидуальных особенностей личности спортсмена (характер, черты личности спортсмена, его темперамент). Для получения информации о спортсмене необходимо провести психолого-педагогические обследования личности.

4. Учет наиболее значимых факторов при реализации основных направлений индивидуализации подготовки (на примере легкоатлетов).

Общее число воздействующих на индивидуальную подготовку факторов весьма значительно. К числу наиболее значимых (подлежащих учету в первую очередь) можно отнести следующие.

Возраст спортсмена. В современной легкой атлетике специализация в избранном виде начинается в 11–12 лет, а первые спортивные успехи и выполнение взрослых спортивных разрядов, как правило, наблюдается уже в возрасте 14–15 лет. Многие талантливые легкоатлеты в 16–17 лет выполняют нормативы мастера спорта и даже мастера спорта международного класса. В скоростно-силовых видах легкой атлетики возраст победителей крупнейших состязаний (Олимпийские игры, Чемпионаты мира и Европы), в основном составляет 23–25 лет, однако у многих спортсменов период продолжительности показа высоких спортивных результатов сохраняется до 29–30 лет. Имеются примеры демонстрации в скоростно-силовых видах легкой атлетики высочайших спортивных результатов в возрасте 32–36 лет. Отмечается, что параметры тренировочных нагрузок планомерно возрастают у квалифицированных спортсменов с ростом спортивного мастерства от уровня I спортивного разряда до выполнения норматива мастера спорта международного класса, далее нередко наблюдается некоторое снижение общего объема тренировочных нагрузок, при этом объем общей физической подготовки снижается, а специализированной увеличивается.

Половой диморфизм. Половые различия между мужским и женским организмом очевидны и описаны во многих работах. Отмечаются существенные различия в деятельности и функциональных возможностях сердечно-сосудистой и дыхательной, мышечной и нервной систем, желез внутренней секреции. В научных исследованиях изучены морфологические особенности женского организма и, что весьма существенно для спортивной практики, изменения функциональных возможностей женщин в различные фазы овариально-менструального цикла. Половые различия между мужчиной и женщиной обуславливают необходимость индивидуализации подготовки последних в соответствии с особенностями женского организма.

Квалификация. Подготовка спортсменов-легкоатлетов от начала специализированных занятий до достижения квалификации мастера спорта международного класса занимает 10–12 лет и более. Многочисленные научные исследования констатируют, что в каждой классификационной группе спортсмены различаются как по уровню демонстрируемых спортивных результатов, так и общей и специальной физической подготовленности, морфо-функциональным признакам, показателям технического мастерства, психологической надежности и др. Анализ передовой практики показывает, что подготовка спортсменов различной квалификации должна различаться как по объемам выполняемой нагрузки (общий объем годичной тренировочной нагрузки при переходе в следующую квалификационную группу в легкой атлетике возрастает в среднем на 10–20%), так и акцентированному совершенствованию определенных сторон технической, физической, психологической и теоретической подготовки. Целевыми ориентирами при определении перспективных направлений физической подготовки спортсменов различной квалификации являются должные нормы основных сторон подготовленности, модельные показатели технического мастерства, соответствующие определенному уровню спортивных результатов. Для спортсменов высшей квалификации в подготовке целевым ориентиром является достижение модельных показателей основных сторон подготовленности «сильнейшего спортсмена».

Биологические особенности организма. Морфологические, биохимические, физиологические, психофизиологические различия между отдельными личностями, которые преимущественно определяются наследственными факторами, обуславливают необходимость обязательного их учета в подготовке квалифицированных и особенно высококвалифицированных спортсменов.

Для определения индивидуальных биологических особенностей организма спортсмена используются данные медико-биологического контроля. Морфологические, биохимические, психофизиологические и другие показатели атлета, получаемые

в результате обследований спортсмена в покое, при выполнении различных физических упражнений и функциональных проб, сравниваются с разработанными среднестатистическими нормами спортсменов определенного возраста и квалификации.

Показано, что стандартные тренирующие воздействия вызывают у спортсменов разнонаправленные реакции на основные двигательные функции спортсменов. Это свидетельствует о том, что повседневные изменения двигательных функций спортсменов предопределяются не только характером тренировочных нагрузок, но и другими факторами, связанными с повседневными условиями жизни, характером и режимом питания, организацией досуга, сна и т. п., нивелирующими влияние тренирующих воздействий.

Уровень подготовленности. Спортсмены даже одной квалификационной группы существенно различаются по уровню физической, технической, психологической подготовленности. Эти различия отмечаются и у спортсменов высшей квалификации, подготовленность которых, как правило, характеризуется ярко выраженной индивидуальностью.

Оценка индивидуального уровня подготовленности выполняется на основании данных педагогического контроля в процессе различных тестирований. Результаты последних сравниваются с нормативными (должными) среднегрупповыми показателями подготовленности спортсменов определенной квалификации и специализации, что позволяет определить сильные и слабые стороны подготовленности конкретного атлета и наметить перспективные направления совершенствования.

Весьма важно определить, какой путь является более перспективным: «подтягивание» относительно «слабых» сторон подготовленности (уровень развития которых ниже среднегруппового классификационного уровня, определяемого величиной X+S) или акцентированное развитие «сильных» сторон подготовленности (уровень развития которых выше среднегруппового классификационного уровня).

У спортсменов высокой квалификации, в первую очередь, весьма эффективна подготовка, направленная на развитие ведущих, «сильных» сторон подготовленности, во многом обусловленных природными, наследственными факторами. Впрочем, акцентированное совершенствование «сильных» сторон подготовленности даже у спортсменов высшей квалификации не освобождает атлета от необходимости «подтягивания» относительно «слабых» сторон подготовленности по крайней мере до среднегруппового классификационного уровня. Прежде всего, это связано с тем обстоятельством, что в условиях жесткой соревновательной борьбы низкий уровень какого-либо раздела подготовленности будет выступать в качестве «лимитирующего звена», не позволяющего полноценно реализовать ведущие качества спортсмена.

Лекция. Социально-экономические проблемы современного спорта

1. Социальные проблемы, определяющие кризисную ситуацию в развитии спорта высших достижений.
2. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности.
3. Проблемы спортивного бизнеса.
4. Экономическая значимость спорта в современном мире.

1. Социальные проблемы, определяющие кризисную ситуацию в развитии спорта высших достижений.

Ситуация в спорте высших достижений остается сложной и противоречивой. Очень много социальных проблем, которые дискредитируют спорт и олимпийское движение.

В сознание людей долгое время внедрялась идея, что каждый, если будет настойчив и смел, может добиться олимпийской медали. Однако профессионалы знают,

что в элитный спорт могут попасть только действительно талантливые люди, которые пожертвуют очень многим, чтобы прийти к олимпийской победе, также как, например, на музыкальном конкурсе им. П.И. Чайковского (достаточно престижном в мире) играть и побеждать могут только одаренные музыканты.

Тем не менее, заманивание в спорт продолжается. Как красивую конфету, дарят родителям и детям идею о звании чемпиона, о вольготной жизни в спорте, о больших гонорарах и небывалых контрактах. В конечном итоге – обманутые надежды, изломанные судьбы – дискредитация спорта, формирование негативного общественного мнения.

Другое противоречие, которое формирует негативное общественное мнение, состоит в создании мифа о том, что спорт, физическая активность являются едва ли не единственными факторами **сохранения и укрепления здоровья**. Никто не оспаривает профилактического значения занятий физическими упражнениями. Однако это лишь один из факторов здорового образа жизни. Кроме занятий спортом, на здоровье человека оказывают немаловажное влияние питание, экология, наличие вредных привычек, уровень жизни, наследственность и т.д. Поэтому напрямую связывать уровень здоровья человека и занятия спортом не совсем корректно.

Что же касается здоровья спортсменов, то можно с уверенностью говорить, что современная система спортивной подготовки в большом спорте совсем не гарантирует крепкого здоровья, скорее наоборот. Современная критика спорта чаще всего связывается именно с этим противоречием: спорт губителен для человека, заставляет работать на износ, приносит себя в жертву рекорду. Но вопрос не только в том, какова цена победы, а еще и в том, кто и зачем платит.

Если олимпийская медаль становится целью самого спортсмена, он вправе платить за ее достижение любую цену, в том числе жертвовать и здоровьем, и жизнью. Другое дело, когда «любую цену» готовы платить клуб, тренеры, спортивное общество. Именно в этом коренятся истоки дегуманизации спорта.

Следующее противоречие спорта высших достижений состоит в том, что многие виды спорта стали стремительно **«молодеть»**. Рекордные результаты стали показывать подростки и почти дети. К таким видам спорта относятся художественная и спортивная гимнастика, фигурное катание. В других видах спорта возраст победителей также заметно снизился (О. Корбут, М. Филатова, Л. Мухина, Т. Лепински добивались высших достижений в 14 лет).

Казалось бы, тут нет особой проблемы. Понятно, что и юные спортсмены могут побеждать на соревнованиях самого высокого ранга. Однако проблема в том, что идет форсированная подготовка спортсмена, без учета возрастных показателей его развития.

Усугубляет проблему детско-юношеского спорта система отбора талантливых детей, когда подбирается не спорт для ребенка, а ребенок для спорта. Селекционный отбор для многих детей и родителей является серьезным психологическим стрессом, который навсегда отталкивает ребенка от занятий спортом. Использование специальных технологий, отработанных на взрослом контингенте, без адаптации их к методике детско-юношеского спорта приводит к преждевременной «накачке» юного спортсмена, и о спортивном долголетии не может быть и речи. Корни противоречия, лежащие в детско-юношеском спорте, в конечном итоге раздирают сущность спорта, приводят спортсменов к глубоким нравственным деформациям.

Еще одно противоречие, серьезно подрывающее основы спорта, порождено **системой договорных побед**, которые организуются в гостиничных номерах судей, в кабинетах управленцев, одним словом, далеко от спортивных залов, площадок, полей. Вытеснение соревновательности из спорта приобрело значительные масштабы, особенно в игровых видах спорта. В 2006 г. в итальянском чемпионате по футболу разразился скандал о заранее проданных матчах, в результате которого победитель («Ювентус»)

в серии А лишился титула, а затем с другими грандами чемпионата покинули элитный дивизион и очутились в серии В. Это, конечно, сказывается на морали и нравственности спортивных команд, а также на зрелищности спорта.

Не менее сложная ситуация складывается в **фармакологической службе спорта**. Использование допинга, начавшееся еще в 70–80-е годы, распространилось во всех видах спорта. Проблема допинга неоднозначно воспринимается в обществе. Конечно, спорт выигрывает в зрелищности, но гораздо больше проигрывает в гуманности. Ведь при условии применения допинга речь не идет о выявлении сильнейшего, в данном случае идет борьба между медиками и фармакологами, которые наиболее удачно «накачают» спортсмена. Разрешение данного противоречия на сегодняшний день является достаточно проблематичным, поскольку в современном спорте тенденции завоевания победы любой ценой усиливаются и развиваются.

Критическое отношение к спорту стало захватывать широкие сферы общественного мнения. Оно сводится к двум позициям: первая – возвращение спорту смысла и качества здорового образа жизни, института физического воспитания населения; вторая – выделение спорта высших достижений как самостоятельной деятельности с соответствующей системой организации и управления.

2. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности.

Спорт как важный социальный феномен пронизывает все уровни современного социума, оказывая широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности общества. Он влияет на национальные отношения, деловую жизнь, общественное положение, формирует моду, этические ценности, образ жизни людей. В подтверждение этого можно привести слова известного спортсмена Александра Волкова, что «спорт сегодня – главный социальный фактор, способный противостоять нашествию дешевой культуры и дурным привычкам. Это лучшая «погремушка», которая сможет отвлечь людей от нынешних социальных проблем. Это, пожалуй, единственный «клей», который способен склеить всю нацию воедино, что не удастся ни религии, ни тем паче политикам». В этой связи стоит вспомнить хотя бы последние громкие победы белорусских спортсменов на международной арене – победа сборной команды Белоруссии по хоккею над шведской дружиной в четверть финале Олимпийских игр в Солт-Лейк-Сити (2002 г.), победы сборной команды Республики Беларусь по теннису в играх за Кубок Девиса, сенсационная победа брестчанки Юлии Нестеренко на стометровке в финале Игр XXVIII Олимпиады в Афинах (2004 г.), и более современные победы нашего земляка Ивана Литвиновича в прыжках на батуте на Олимпийских играх в Токио (2020) и Париже (2024). Действительно, феномен спорта обладает мощной социализирующей силой. Политики давно рассматривают спорт как национальное увлечение, способное сплотить общество единой национальной идеей, наполнить идеологией и стремлением людей к успеху

Начиная с 70–80-х гг. прошлого столетия в США спорт является «второй религией», в которую верят большинство американцев. Данная тенденция очень активно развивается в настоящее время и в Республике Беларусь. Немаловажную роль в популяризации спорта сыграли средства массовой информации, а также личный пример многих высокопоставленных чиновников.

Социологические опросы населения, особенно молодежи, занимающейся спортом, показывают, что спорт формирует первоначальное представление о жизни и мире. Именно в спорте наиболее ярко проявляются такие важные для современного общества ценности, как равенство шансов на успех, достижение успеха, стремление быть первым, победить не только соперника, но и самого себя.

Люди, прошедшие «школу спорта», убеждены, что спорт помог им воспитать веру в свои силы и возможности, а также умело ими воспользоваться. Спорт учит идти на жертвы ради достижения цели. Уроки, усвоенные юными спортсменами на спортивном

поле, затем, как правило, помогают и в жизни. Многие из спортсменов утверждают, что именно спорт сделал из них человека, способного быть личностью.

Однако говоря о положительных моментах социализации средствами спорта, нельзя не сказать о негативных фактах развития современного спорта, которые серьезно повлияли на его ценности. Погоня за медалями и рекордами привела к возникновению таких негативных явлений в спорте, как стремление к победе любой ценой, допинг, ранняя специализация, жестокость, насилие и т. д. Поэтому все чаще возникает вопрос: «Гуманен ли современный спорт, что необходимо сделать, чтобы сохранить этот феномен для благородных целей развития личности и общества?».

Процессы коммерциализации и профессионализации приняли чрезмерный и необратимый характер. В конце 20 в. профессиональный спорт стал составной частью международного спортивного и олимпийского движения. Сегодня многие ученые, критикуя существующий путь развития международного спорта, пытаются найти новые модели соревновательной деятельности. Уже созданы концепции спартианского движения (в России), спортизированного физического воспитания, валеологического и олимпийского воспитания молодежи. Это первые шаги, позволяющие сохранить и развивать гуманистические ценности спорта.

Подводя итоги роли и значимости спорта для социализации молодого поколения, необходимо подчеркнуть бесспорную истину: спорт оказывает мощное влияние на образ мышления, поступки и поведение людей. В этой связи спорт можно рассматривать как национальную идею, объединяющую нацию во имя ее процветания и развития.

Социальная ответственность спортсмена. Современный спорт, выполняя многочисленные социальные функции, становится полифункциональным и многомерным. Ему по силам решение необычайно широкого круга задач: укрепление здоровья населения, отвлечение молодежи от пагубного влияния улицы, удовлетворение спроса на зрелищные услуги, экономические стимулы, защита чести страны, формирование патриотизма и т.д. Из многообразия социальных функций сформировались следующие направления спорта:

- массовый спорт (народный, ординарный, «спорт для всех»);
- спорт высших достижений (олимпийский спорт, большой спорт);
- профессиональный (коммерческий) спорт.

Каждый, кто связывает свою жизнь со спортом, решает индивидуальные задачи в рамках тех возможностей, которые содержатся в той или иной разновидности спорта. Так, массовый спорт позволяет человеку независимо от возраста сохранить здоровье, интересно проводить свободное время, разнообразить досуговую деятельность. В то же время, занимаясь массовым спортом, важно помнить о социальной ответственности, рационально совмещать образовательную, трудовую и спортивную деятельность. Особенно это касается юных спортсменов. Необходимо найти оптимальный вариант для совмещения обучения в образовательной школе и спортивной подготовки. Тренеры должны не только заботиться о спортивной форме юных спортсменов, но и воспитывать у них чувство социальной ответственности за свою будущую жизнь.

Высокая социальная ответственность ложится на спортсмена, достигшего профессионального мастерства даже на уровне мастера спорта, не говоря уже о членах сборной команды страны. Победы на Олимпийских играх, мировых чемпионатах, первенствах страны приносят спортсмену заслуженные славу, известность, почет. Он превращается в героя, кумира молодежи. Образ жизни спортсмена становится моделью социального поведения. В этой связи необходимо помнить о социальной ответственности спортсмена. Нужно понимать, что если он использует допинг, рекламирует некачественные товары, курит, употребляет наркотики или алкоголь, то тем самым «тиражирует» девиантное поведение, нанося вред воспитанию спортивной смены.

Другая сторона социальной ответственности спортсмена связана с противоречиями, которые обуславливаются личными и общественными интересами в сфере спорта.

Спортсмен всегда стоит перед дилеммой: как не пропустить коммерческий старт и в то же время сохранить спортивную форму для успешного выступления за сборную страны, как не жалея себя выступать за сборную команду страны и в то же время помнить о том, что можно получить травму и лишиться выгодного контракта. Некоторые спортсмены в погоне за гонорарами отказываются выступать даже на Олимпийских играх.

Социальная ответственность в спорте должна не только формироваться с помощью эффективного воспитательного процесса, но и регламентироваться нормативно-правовыми документами. Например, необходимо законодательно признать, что выступления за сборные команды поощряются денежными выплатами. Спортсменам, которые приносят славу белорусскому спорту, даются гарантии получения высшего образования, пенсионного обеспечения, медицинского страхования.

Социологический прогноз развития спорта высших достижений в XXI веке. Несмотря на ценностное содержание, спорт как форма культуры не является гарантом сохранения своей гуманистической ценности. Как показывает историческая практика, он достаточно легко и быстро изменяет свою направленность в зависимости от изменяющихся социально-экономических условий развития социума.

Следствием ценностной переориентации спорта в период последних белорусских реформ стала его деидеологизация, коммерциализация, профессионализация. Спорт на сегодняшний день уже не является моноявлением, каким его представляет еще большинство людей. Полифункциональность спорта проявляется в его разновидностях, каждая из которых развивается в соответствии с запросами социальной практики.

Если тезисно рассматривать тенденции развития спорта в 21 веке, то его современными основными чертами являются:

- демократизация и интернационализация, расширение географии спорта;
- появление новых видов спорта;
- бурное развитие массового и профессионального спорта;
- бурный рост спортивно-технических достижений;
- интенсивное развитие женского спорта;
- интенсивное развитие детско-юношеского спорта;
- неуклонное расширение календаря спортивных соревнований на национальном и международном уровнях;
- зарождение и интенсивное развитие спортивной науки;
- интенсивное развитие специализированной системы средств массовой информации, обслуживающей спорт;
- создание мощной специализированной системы спортивных сооружений;
- создание новых международных спортивных организаций, интенсивное развитие международного и олимпийского движения.

Можно согласиться с мнением А. Б. Суника, что так же как XX веке определил облик спорта уходящего тысячелетия, так и облик XXI века определит облик спорта грядущего тысячелетия. Видимо, ведущие тенденции развития спорта XX века еще длительное время останутся ими и в XXI веке. Однако думается, что должно возрасти социальное значение спорта, усилится воздействие спорта на образовательную, воспитательную сферы, на здоровье человека.

Заметно медленнее, но будет продолжаться рост рекордов в видах спорта, будет совершенствоваться техническое и тактическое мастерство спортсменов. Неизбежно появление новых видов спорта. Все большее значение будут иметь научное обеспечение спорта, развитие различных направлений спортивной науки, особенно медико-биологического.

В XXI веке по прогнозам социологов, существенное влияние на спортивные рекорды будут оказывать спортсмены из Африки. Социально-экономическое развитие стран Африки может существенно повлиять на развитие мирового спортивного движения.

Спорт навсегда останется феноменом, в котором человек находит возможность самореализации, самовыражения. Поэтому пока живо человеческое общество будет существовать и развиваться спорт.

3. Проблемы спортивного бизнеса.

Современные экономические системы представляют собой сложные конгломераты взаимодействующих между собой рынков и субъектов хозяйственной деятельности, каждый из которых выполняет определенные функции.

Любое предприятие или отрасль занимают свое место в системе общественного разделения труда, удовлетворяют потребности особых групп потребителей. Спрос со стороны бизнеса, государства и массового потребителя предъявляется как на материальные товары (т.е. те, которые имеют вещественную форму), так и на материальные активы – т.е. работы и услуги, которые в осязаемой форме не существуют.

Соответственно, отрасли и предприятия, которые производят материальные продукты, относят к материальному производству (например, автомобилестроение, металлургию и т.п.), а производящие нематериальные блага (такие, как образование, здравоохранение, физическую культуру и спорт) – к отраслям нематериального производства. Физической культуре и спорту свойственны все атрибуты нематериального производства – производимый отраслью продукт не имеет осязаемой формы и предметного воплощения. Однако это не означает, что его нет. Отрасль физической культуры и спорта производит такие продукты, как здоровье, долголетие, развлечение, интересный досуг. Подобно другим отраслям экономики, инвестиции в физическую культуру и спорт приносят мультиплицирующий эффект – капиталовложения в человеческие ресурсы приносят кратное увеличение первоначальных инвестиций.

В отрасли физической культуры и спорта имеются свои потребители и производители, свои рыночные и нерыночные институты, собственная индустрия, гармонично встроенная в национальную и международную экономику.

Всю совокупность хозяйственных отношений, имеющих место в физкультуре и спорте, а также в смежных с ней отраслях, изучает специальная наука – экономика физической культуры и спорта. Данная наука представляет собой прикладную дисциплину, входящую в комплекс экономических наук, изучающих хозяйственную деятельность отдельных экономических субъектов и общества в целом с целью познания и объяснения природы этой деятельности, прогнозирования экономических процессов и их регулирования. Более конкретно, экономика физкультуры и спорта – это наука, изучающая методы решения практических задач, возникающих в сфере спортивных отношений, связанных с использованием материальных, трудовых, финансовых и иных ресурсов на уровне отдельных спортивных организаций и общества в целом.

Необходимо подчеркнуть, что за рубежом термины «физическая культура» и «экономика физической культуры» практически нигде не употребляется. Используется комплексный термин «спорт», который вбирает в себя все многообразие отношений по подготовке, воспитанию, управлению спортом и связанной с ним деятельностью. При этом принято подразделять спорт на профессиональный и любительский.

Профессиональный спорт – предпринимательская деятельность, целью которой является удовлетворение интересов профессиональных спортивных организаций, спортсменов, избравших спорт своей профессией.

Как следует из определения, экономика физической культуры и спорта как наука изучает хозяйственные отношения в спортивной области и спортивной индустрии на двух уровнях:

- во-первых, на общегосударственном и международном (макро-уровне);
- во-вторых, на уровне отдельных спортивных и физкультурных организаций, клубов, федераций и иных объединений с различными формами собственности и источниками финансирования (микро-уровне).

Экономика физкультуры и спорта призвана решать следующие **задачи**:

- накапливать и систематизировать экономические знания в области физкультуры и спорта;
- генерировать новые знания и исследования в сфере экономики физической активности и спорта;
- выявлять и формулировать экономические проблемы, возникающие в процессе развития хозяйственных отношений в сфере физкультуры и спорта, а также указывать пути их решения;
- определять тенденции развития экономических процессов в отечественном и зарубежном спорте, прогнозировать их направление и динамику.

Исследование теоретических и практических аспектов экономики физической культуры и спорта проводится при помощи специальных методов научного познания, которые зачастую органически сочетаются и в ряде случаев дополняют друг друга. В экономике физкультуры и спорта используется сравнительно-исторический метод, с помощью которого путем сравнения выявляется общее и особенное в экономических явлениях в их историческом развитии.

Следует отметить, что экономические отношения в области спорта находятся в постоянном развитии и усложнении взаимосвязей. В частности, система экономического анализа строится на дедуктивном методе, то есть на базе общих принципов обосновываются частные хозяйственные процессы.

В то же время используется и метод синтеза, то есть объединения различных элементов в единую систему. Конкретно это выражается в рассмотрении экономики физкультуры и спорта как составной части рыночной экономики в целом, а система мер по государственному регулированию спортивных отношений взаимоувязывается с общей концепцией государственного регламентирования хозяйственных процессов в стране и является ее неотъемлемой частью.

4. Экономическая значимость спорта в современном мире.

В настоящее время миллионы людей во всех странах мира активно занимаются спортом, ведут здоровый образ жизни, участвуют в спортивных соревнованиях мирового масштаба. Спорт постепенно становится индустрией зрелищно-массовых мероприятий, которые интенсивно воздействуют на качество рабочей силы, структуру потребления и спроса, туризм и другие внешнеэкономические связи. С увеличением количества спортивных клубов растет количество людей, приобщающихся к спорту, и спортивных СМИ. Формируется новый спрос на спортивные товары и услуги, фирмы производители расширяют ассортимент продукции и улучшают ее качество, получая огромные прибыли, за обладание которыми идет жесткая конкуренция. Выиграть эту борьбу помогает особая наука, которая анализирует конкурентов, прогнозирует спрос и умело выстраивает коммуникации с целевой аудиторией – маркетинг.

Существуют основные направления экономической роли физкультуры и спорта:

- минимизация экономических потерь (альтернатива вредным привычкам);
- увеличение продолжительности жизни населения и трудоспособного возраста людей;
- подготовка качественных трудовых ресурсов и, следовательно, обеспечение экономического роста;
- занятость в отраслях спортивной индустрии, пополнение бюджета за счет налоговых поступлений и в дальнейшем решение социальных проблем населения. Рассмотрим эти направления подробнее.

Нарушения в общественном здоровье ведут к хозяйственным потерям, с одной стороны, к негативным явлениям, таким как пьянство, преступность, наркомания, самоубийства, нарастание количества инвалидов по здоровью, с другой стороны. Например, во всем мире в результате вредного употребления алкоголя ежегодно происходит 3

миллиона смертей, что составляет 5,3% всех случаев смерти. Коэффициент полезного действия экономики существенно уменьшается, нарушается баланс производства и сферы распределения, перегружается система медицинского обслуживания. Противостоять этому в молодежной среде позволяет спорт, который выступает альтернативой социальной болезни.

Спорт выступает важнейшим фактором увеличения продолжительности жизни населения, в частности, трудоспособного возраста людей. Средняя продолжительность жизни населения с 2010 года по 2018 год увеличилась на 5,76%. В настоящее время из-за инфекции COVID-19 трудовой ресурс реализуется не полностью. Этому предшествует смертельный исход. Каждому необходимо вовремя задуматься о своем здоровье. Предпосылками к этому в современном мире служит массовый спорт.

Экономический рост зависит во многом от конкурентоспособности рабочей силы. Преимущества трудящихся в любой сфере экономики – дисциплинированность, целеустремленность, работоспособность, аккуратность, сила воли. Физкультура и спорт вырабатывают в человеке эти качества, обеспечивая гармоничное физическое развитие. В результате регулярных занятий укрепляется здоровье человека, сокращается количество невыходов на работу по болезни, а это в свою очередь оказывает благоприятное влияние на рост ВВП и благосостояние общества в целом.

Спортивная индустрия на сегодняшний день – это обширная отрасль предпринимательской деятельности, которая создает новые рабочие места, обеспечивая занятость населения. Во всем мире открываются физкультурные клубы, массажные салоны, различные секции, которые осуществляют свою деятельность на коммерческой основе. Профессиональные клубы, лиги и федерации получают доход за счет рекламы, продажи прав на телетрансляцию национальным коммуникационным корпорациям. Участие в спорте СМИ изменило и жизнь спортсменов. Они стали известны на весь мир. Это означает, что спортсмены сами могут производить рыночный продукт – зрелища.

За счет спортивного бизнеса увеличиваются налоговые поступления в бюджеты всех уровней, финансируются инновационные процессы. Проведение испытаний, создание новых технологий и разработок, внедрение их в практику позволяют проявить сильные и слабые стороны инноваций и выявить возможные пути направления перспективной модернизации.

Оптимизация работы существующей спортивной инфраструктуры, обустройство спортивных снарядов, на территории двора, учебного заведения, значительно повысит количество заинтересованных людей, при минимальных затратах государственного бюджета. Расширение и укрепление материально-технической базы для саморазвития, обустройство беговых дорожек и велодорожек, должно также способствовать увеличению заинтересованных и вовлеченных людей в спорт. Вложение государством инвестиций в человеческий потенциал, а также дальнейшее финансирование спортивных объектов однозначно изменит нынешнее положение в лучшую сторону.

Намерение заниматься физической культурой и спортом у студентов во многом зависит от инициативности, заинтересованности и системы субъективных отношений. Отношение каждого человека к физической культуре необходимо рассматривать, как внутреннюю позицию, которая определяет направленность и интенсивность его физкультурно-спортивной деятельности. Правильно организованный режим учебы и отдыха, семейная обстановка зачастую влияют на активность студентов в занятиях спортом.

Администрации ВУЗов, а также других учебных заведений, должны учитывать мнения, возможности и интересы учащихся при вовлечении их в спортивные мероприятия. Способствовать развитию личных качеств каждого и поощрять за выдающиеся достижения, дабы поднять интерес у остальных к стремлению превзойти окружающих. Более того, привлечение молодежи в спортивную деятельность необходимо для будущего страны.

Любое государство заинтересовано в развитии спортивной отрасли. Оно стимулирует спрос на рынках спортивной продукции и информации, способствует расширению предложения, оказывает помощь в форме налоговых льгот или прямого финансирования. Спорт выступает важным политическим фактором, служит отражением силы государства, его авторитета в международных делах.

Лекция. Проблемы отбора и ориентации в спорте

1. Характеристика понятий «спортивный отбор» и «спортивная ориентация».
2. Отбор и ориентация спортсменов как составляющая эффективного управления многолетней подготовкой спортсменов.
3. Наследственность и факторы, определяющие спортивную пригодность.
4. Использование модельных характеристик в процессе отбора и ориентации.
5. Проблемы спортивного отбора.

1. Характеристика понятий «спортивный отбор» и «спортивная ориентация».

В современном обществе все чаще ставится на повестке дня проблема эффективного использования потенциала человеческих способностей. Современный спорт характеризуется резким повышением уровня спортивных достижений, которые значительно превосходят границы, до недавнего времени считавшиеся недоступными. Целенаправленная многолетняя подготовка и воспитание спортсменов высокого класса – это сложный процесс, качество которого определяется целым рядом факторов. Один из таких факторов – отбор одаренных детей и подростков, и их спортивная ориентация.

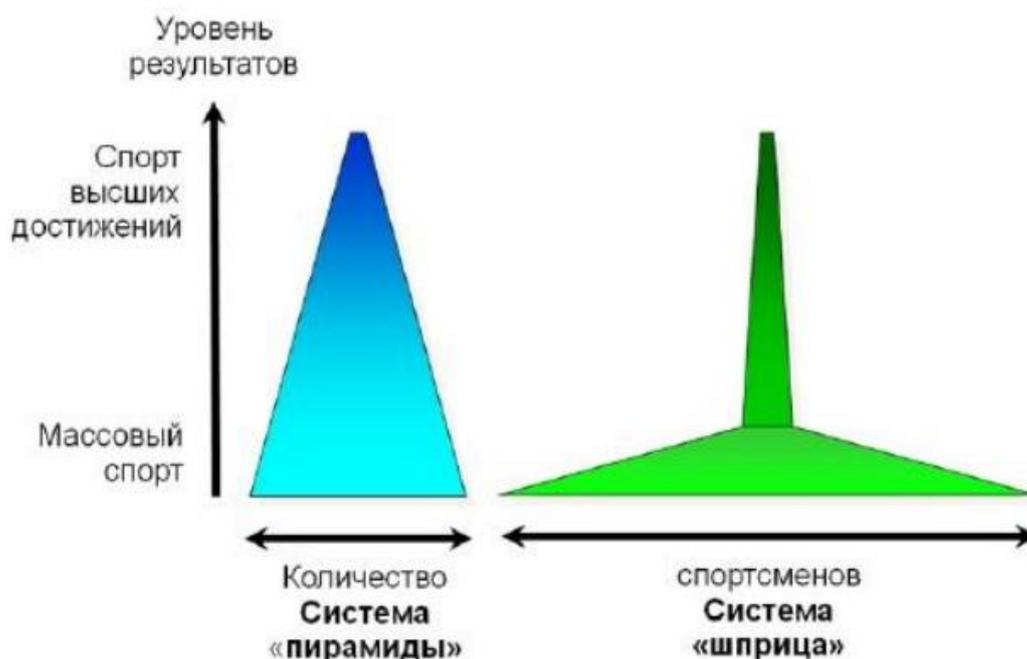


Рисунок 1 – система организации отбора

Спортивный отбор представляет собой комплекс мероприятий по выявлению спортсменов, обладающих высоким уровнем способностей, отвечающих требованиям спецификации вида спорта. Эффективный отбор может быть осуществлен на основе длительных

комплексных исследований, которые предполагают анализ личности спортсмена в целом и его спортивных способностей на основе педагогических, медико-биологических, психологических, антропометрических и социологических критериев отбора.

Спортивный отбор начинается в детском возрасте на основе тестирования и обследования во время специально проводимых для этого учебно-тренировочных сборов, а также на основе изучения тренировочной и соревновательной деятельности в детско-юношеском спортивном коллективе.

Спортивный отбор – это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренности) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности.

Педагогические методы позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства юных спортсменов. Особое внимание следует уделять генетически обусловленным качествам и способностям, которые с трудом поддаются развитию и совершенствованию в процессе тренировки.

На основе **медико-биологических методов** выявляются морфофункциональные особенности, уровень физического развития, состояние его здоровья, физической подготовленности занимающихся, энергетические и биохимические предпосылки.

С помощью **психологических методов** определяются особенности психики спортсмена, оказывающие влияние на решение индивидуальных и коллективных задач в ходе спортивной борьбы, а также оценивается психологическая совместимость спортсменов при решении задач, поставленных перед спортивной командой. Психологический метод – важнейший фактор на стадии высшего спортивного мастерства, который теснейшим образом связан с обеспечением психической надежности. Психическая надежность спортсмена обеспечивает широкий диапазон адекватных реакций в самых неожиданных соревновательных ситуациях. Особое место в формировании понятия психической надежности в спорте принадлежит устойчивости к стрессу – неспецифической реакции организма на различные вредные факторы: холод, усталость, недостаток кислорода, боль, неопределенность ситуаций и т.п.

Социологические методы позволяют получить данные о спортивных интересах детей, раскрыть причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям. Определить, насколько юные спортсмены соответствуют тому морфотипу, который характерен для выдающихся представителей данного вида спорта – позволяют антропометрические методы.

Способности – это совокупность качеств личности, соответствующая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение. В спорте имеют значение как общие (обеспечивающие относительную легкость в овладении знаниями, умениями, навыками), так и специальные способности (необходимые для достижения высоких результатов в конкретном виде спорта).

Спортивные способности во многом зависят от наследственно обусловленных задатков, которые максимально раскрываются при предъявлении к организму занимающегося высоких требований. Наряду с изучением консервативных (наследственных) признаков прогноз спортивных способностей предполагает выявление тех показателей, которые могут существенно изменяться под влиянием тренировки. При этом необходимо учитывать темпы роста показателей и их исходный уровень.

Спортивная ориентация – система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта.

Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой производится выбор наиболее подходящей для него спортивной

деятельности. Выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности - **задача спортивной ориентации**; отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта, - **задача спортивного отбора**.

Большое разнообразие видов спорта расширяет возможность индивида достичь мастерства в одном из видов спортивной деятельности. Слабое проявление свойств личности и качественных способностей применительно к одному из видов спорта не может рассматриваться как отсутствие спортивных способностей. Малопредпочтительные признаки в одном виде спортивной деятельности могут оказаться благоприятными факторами и обеспечить высокую результативность в другом виде. В связи с этим прогнозирование спортивных способностей можно осуществлять только применительно к отдельному виду или группе видов, исходя при этом из общих положений, характерных для системы отбора.

2. Отбор и ориентация спортсменов как составляющая эффективного управления многолетней подготовкой спортсменов.

Проблема поиска одаренных спортсменов приобретает в современных условиях спорта особую значимость. Ее успешное решение на научной основе должно способствовать повышению эффективности многолетней спортивной тренировки как неотъемлемой части этого процесса.

Актуальность поиска перспективных спортсменов возрастает с каждым годом. Современные рекорды в большинстве видов спорта доступны лишь спортсменам с хорошим здоровьем, особым телосложением, высоким уровнем развития физических качеств, функциональных способностей и психологических признаков. Постоянно возрастающие спортивные достижения предъявляют все более высокие требования к спортсмену, усложняют поиск спортивных талантов, сочетающих такие качества и способности, которые определяют успех в том или ином виде спорта (Платонов, 2001). От успешного решения этой проблемы во многом зависит уровень развития спорта в стране, успехи ее представителей на соревнованиях международного уровня, включая Олимпийские игры. Однако ее решение затрудняется тем, что у юных спортсменов на начальных этапах многолетней подготовки спортивный результат не может служить критерием перспективности, а другие показатели, информативные для взрослых спортсменов, подвержены возрастной динамике развития организма.

Интерес к проблеме отбора и ориентации молодежи в процессе занятий спортом, возникший в последние десятилетия на разных континентах во многих странах мира, привлек к ее разработке широко известных специалистов (Булгакова, 2010), что позволило сформулировать ряд общих теоретико-методологических положений проблемы. Основные из которых следующие:

– отбор и ориентация спортсменов должны осуществляться в процессе многолетней подготовки систематически, многоступенчато, поскольку надежность прогнозов, сделанных в детском возрасте, по отношению к спортивным достижениям этих же спортсменов в старшем возрасте не высока. Отдельные авторы выделяют три, четыре ступени отбора, однако они единодушны в том, что на каждой из ступеней отбора система тестирования должна соответствовать целям и задачам тренировки на соответствующем этапе многолетней подготовки спортсменов;

– объективность заключения о потенциальных возможностях спортсменов во многом зависит от комплексного подхода к оценке состояния различных систем жизнедеятельности, обеспечивающих высокую работоспособность занимающихся в условиях соревновательной деятельности в избранном виде спорта или в отдельной соревновательной дисциплине;

– комплексный подход к оценке физической и психической кондиции занимающихся, кроме общепринятых для этих целей показателей, должен учитывать паспортный

и биологический возраст, особенности улучшения индивидуального спортивного результата, показателей физического состояния и двигательной активности на этапе, предшествовавшем моменту обследования и подготовки заключения о перспективных возможностях спортсменов.

Успех в решении проблемы отбора и ориентации спортсменов возможен при комплексном подходе, позволяющем всесторонне оценить потенциальные возможности занимающихся с учетом социальных факторов, педагогических и медико-биологических показателей, характеризующих состояние двигательной функции и особенности протекания психических процессов.

Отбор относят к категории сложных комплексных проблем и выделяют его социальные, педагогические и медико-биологические аспекты. Социальные аспекты отбора во многом согласуются с вопросами экономики, поскольку процесс подготовки спортсменов высокой квалификации, включая подготовку в детских спортивных учреждениях, требует значительных капиталовложений. Педагогические аспекты отбора тесно связаны с общей системой тренировки в детско-юношеском возрасте, с темпами роста спортивного мастерства занимающихся, с состоянием психических процессов, уровнем мотивации. Медико-биологические аспекты включают широкий круг вопросов диагностики состояния здоровья, уровня развития и состояния основных систем жизнедеятельности организма, лимитирующих спортивные достижения в каждом конкретном виде спорта.

Обращает на себя внимание неудовлетворительное состояние практики отбора и ориентации тренировки перспективных спортсменов из-за низкой эффективности детско-юношеского спорта. Например, во многих видах спорта лишь 20-25 % чемпионов и рекордсменов среди юношей сохраняют свои позиции при переходе в категорию взрослых спортсменов или, спустя какое-то время, становятся призерами соревнований. Эти потери можно резко сократить, внедрив в практику научно обоснованную систему отбора, понимая под спортивным отбором длительный процесс поиска наиболее одаренных людей и активного формирования у них качеств и способностей, необходимых для демонстрации высоких спортивных результатов в избранном виде спорта.

В настоящее время очевидно, что вопросы отбора необходимо рассматривать в тесной связи с ориентацией тренировки занимающихся путем определения целесообразных для каждого спортсмена направлений подготовки, позволяющих ему наиболее полно реализовывать свои задатки и способности.

Спортивная ориентация предполагает выбор спортсменом вида спорта или узкой специализации в одной из дисциплин вида спорта, определение индивидуальной структуры многолетней подготовки и содержания тренировочных нагрузок в зависимости от особенностей подготовленности и соревновательной деятельности, установления оптимальных темпов роста спортивного мастерства.

Определение предрасположенности к различным спортивным дисциплинам (спортивная ориентация) строится на основе определения задатков, отвечающих требованиям определенного вида спорта. Основными направлениями изучения спортивной одаренности является построение ближних и дальних прогнозов. В настоящее время прогнозирование является наиболее важной и относительно малоизученной областью спортивной ориентации. Оно основано на изучении биологических и социальных факторов спортивной одаренности, темпов прироста двигательных качеств.

Социальная необходимость отбора способствовала глубокому изучению вопросов, связанных со спортивной ориентацией и селекцией спортсменов. Особое внимание в литературе уделено принципам и задачам отбора. Однако мнения специалистов противоречивы и недостаточно согласованы.

Таким образом, отбор определяется как система организационно-методических мероприятий комплексного характера, включающих педагогические, социологические,

психологические и медико-биологические методы исследования, на основе которых выявляются задатки и способности детей, подростков и юношей для специализации в определенном виде или группе видов спорта.

Решение задач отбора осуществляется на нескольких основных этапах. Р.Е. Мотылянская и М.А. Налбандян выделяют четыре таких основных этапа:

- этап предварительного (первичного) отбора детей и подростков;
- этап углубленной проверки соответствия отобранного контингента занимающихся требованиям, предъявляемым к успешной специализации в избранном виде спорта (этап вторичного отбора);
- этап спортивной ориентации;
- этап отбора в сборные команды спортивных обществ, страны.

Каждому этапу спортивного отбора соответствует сравнительно однородный по уровню квалификации контингент спортсменов, определенные временные границы (сроки) этапа отбора, а также специфическая совокупность решаемых задач и используемых для этого средств, методов, показателей, выбор которых осуществляется с учетом особенностей конкретного вида спорта.

Спортивный отбор		Этап многолетней подготовки
Этап	Задача	
Первичный	Установление целесообразности спортивного совершенствования в данном виде спорта	Начальной
Предварительный	Выявление способностей к эффективному спортивному совершенствованию	Предварительной базовой
Промежуточный	Выявление способностей к достижению высоких спортивных результатов, перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок	Специализированной базовой
Основной	Установление способностей к достижению результатов международного класса	К высшим достижениям Максимальной реализации индивидуальных возможностей
Заключительный	Выявление способностей к сохранению достигнутых результатов и их повышению Определение целесообразности продолжения спортивной карьеры	Сохранения достижений Постепенного снижения достижений

Рисунок 2 – Этапа спортивного отбора по В.Н. Платонову

Можно сделать вывод, что основным содержанием всех этапов спортивного отбора является прогнозирование спортивной одаренности (перспективных возможностей) спортсмена с помощью специальных тестовых процедур и объективных количественных показателей. При этом этапы отбора охватывают весь процесс многолетней подготовки спортсменов, а каждая из ступеней отбора совпадает с соответствующим этапом многолетней подготовки спортсмена.

3. Наследственность и факторы, определяющие спортивную пригодность.

Знание основных факторов, определяющих выбор спортивной специализации, будет неполным для эффективного прогнозирования спортивных достижений без учета влияний на них наследственности и среды. При наличии ярко выраженных задатков и благоприятных средовых влияний (прежде всего, воспитания, обучения) формируется талант. Таким образом, человек – существо биосоциальное, и в нем всегда присутствует биологическое, наследственное, даруемое природой, а также социальное, приобретаемое им самим в процессе деятельности на основе того, что в нем уже заложено. Причем

следует иметь в виду, что степень проявления наследуемого и приобретенного может быть различной, и это играет важную роль для определения спортивной пригодности.

Для спортивного отбора детей особое значение приобретают те из основных, детерминирующих успешность спортивной деятельности факторов, которые в наибольшей мере лимитированы наследственностью и носят консервативный характер. Это и понятно, так как любой успешный прогноз возможен лишь в том случае, если в основу его положены какие-то стабильные, предсказуемо развиваемые факторы.

Одним из факторов, лимитированным наследственностью, является конституционное строение тела, его антропометрические данные. Надежными показателями телосложения являются длина тела и другие продольные размеры тела. В тех видах спорта, где длина тела имеет большое значение, этот показатель может использоваться как один из основных уже на стадии первичного отбора.

Перспективным критерием спортивной пригодности является величина активной массы тела. Использование этого показателя обусловлено тем, что соматический тип человека в значительной мере определяется соотношением безжирового и жирового компонентов. Наряду с конституцией тела наиболее генетически обусловленными наследуемыми признаками являются основные свойства нервной системы, в значительной мере определяющие психический портрет личности, ее темперамент, характер. Такие характеристики нервной системы, как сила, подвижность, динамичность и уравновешенность, наследуемые от отца или матери, практически не изменяются на протяжении всей жизни.

Один из важных факторов, определяющих успешность спортивной деятельности и наиболее широко используемых при спортивном отборе – физическая готовность, проявляющаяся в уровне развития кондиционных физических качеств. Поэтому чрезвычайно важно рассмотреть вопрос о том, является ли верхний порог развития этих качеств наследуемым или возможности их совершенствования безграничны.

Максимальное потребление кислорода (VO_{2max}) как основной критерий оценки аэробной выносливости находится в пределах, определяемых индивидуальным генотипом. Увеличение VO_{2max} в процессе самой совершенной тренировки не превышает 20–30% исходного уровня. Таким образом, VO_{2max} служит одним из основных признаков, определяющих выбор видов спорта, требующих проявления максимальной аэробной выносливости.

Другим генетически обусловленным показателем потенциала развития аэробной выносливости является состав мышечных волокон. В составе мышц человека различают быстро- и медленносокращающиеся мышечные волокна (названия волокон обусловлены различием времени их сокращения). В зависимости от преобладания тех или иных волокон можно определить предрасположенность спортсмена к работе различной направленности. Тренировка же не изменяет этого соотношения. Поэтому состав мышц является надежным признаком при определении спортивной пригодности уже у начинающего спортсмена (у высококвалифицированных стайеров соотношение медленносокращающихся волокон к быстросокращающимся составляет 85–90% к 10–15% соответственно).

Анаэробный механизм обеспечения мышечной деятельности также обусловлен значительным влиянием генетических факторов. Коэффициент наследуемости этого механизма составляет от 70 до 80%. Основным показателем анаэробной работоспособности является максимальный кислородный долг (O_2 -долг). Индивидуальные различия в проявлении быстроты зависят от особенностей нервной системы, которые также в значительной мере генетически обусловлены. У лиц, предрасположенных к спринтерской работе соотношение быстросокращающихся волокон к медленносокращающимся составляет 80–85% к 15–20%. Наследственная предрасположенность обнаруживается также в проявлении быстроты реакции, показатель развития которой может с большой степенью надежности использоваться при отборе для занятий видами спорта.

Сила в меньшей мере, чем выносливость и быстрота, обусловлена наследственностью. Но здесь важно отметить, что относительная сила мышц (сила на 1 кг массы тела) подвержена генетическому контролю и может использоваться в качестве критерия при отборе для занятий видами спорта, требующими проявления этого качества. Достаточно надежным критерием является и взрывная сила мышц. Абсолютная же сила обусловлена преимущественно средовыми влияниями, в значительной мере поддается тренирующему воздействию и не может служить критерием при определении спортивной пригодности.

Гибкость генетически обусловлена и может использоваться как надежный показатель при определении спортивной пригодности, прежде всего в сложнокоординационных видах спорта. Для девочек влияние наследственности на гибкость более характерно, чем для мальчиков.

Координационные способности (фактор, оказывающий определяющее влияние на становление спортивной техники) также в значительной мере обусловлены наследственным влиянием.

Спортивный отбор и ориентация должны осуществляться с учетом главных факторов, определяющих успех спортивного совершенствования в конкретном виде спорта, так как не существует единого критерия одаренности.

Критерии спортивного отбора основываются на следующих положениях:

- одаренность определяется наследственно обусловленными задатками, которые касаются структурных, функциональных и психологических особенностей, определяющих деятельность и поведение человека;
- генетически обусловленные задатки характеризуются относительно малой изменчивостью, что повышает их прогностическую ценность. В то же время тренировка и воспитательная работа способствуют их своевременному выявлению и целенаправленному совершенствованию;
- показателем одаренности является не только абсолютный исходный уровень развития того или иного качества, но и темпы прироста его под влиянием факторов внешней среды, в том числе благодаря правильно ориентированной тренировке;
- на разных этапах спортивного совершенствования изменяется значимость различных свойств и особенностей морфологического и функционального состояния спортсмена, определяющих его одаренность и успехи спортивного совершенствования.

4. Использование модельных характеристик в процессе отбора и ориентации.

Разработка научно-методических основ отбора тесно связана с изучением модельных характеристик сильнейших спортсменов. Известно, что выдающийся спортсмен может служить своего рода эталоном для занимающихся этим видом спорта. Чтобы рационально проводить спортивный отбор и эффективно осуществлять процесс спортивного совершенствования, необходимо выявить основные особенности, присущие спортсменам экстра-класса.

Модель сильнейшего спортсмена должна определять не просто наиболее существенные показатели (модельные характеристики), а и возможный порог отклонений от «идеала», а также предусматривать определенные изменения в связи с предполагаемым ростом спортивного мастерства. Для осуществления эффективного отбора важно знать не только спортивный идеал, но и промежуточные модели, которые характеризуют спортсмена на отдельных этапах спортивного мастерства.

Спортсменам низкой квалификации присуща большая вариативность модельных признаков, а факторов, ограничивающих спортивный результат, достаточно. С ростом спортивного мастерства вариативность уменьшается. Одновременно появляются новые признаки, которые определяют спортивное совершенствование.

Системный подход применительно к проблемам моделирования предполагает использование следующих основных компонентов управления:

- прогнозирование модельных характеристик исходного состояния подготовленности спортсмена и состояния, необходимого для достижения запланированного результата;
- разработка программы-модели, раскрывающей содержание тренировочного процесса с учетом исходного уровня подготовки спортсмена;
- организация системы контроля над выполнением запланированной программы и сравнение полученных результатов с промежуточными модельными характеристиками;
- коррекция разработанной программы.

Прогноз представляет собой научно обоснованный метод, базирующийся на критериях, подчиняющихся анализу и оценке. В основе прогнозирования лежат оценка пути развития, динамики такого развития и предварительная оценка окончательного спортивного достижения. Прогнозирование основано на оценке актуальных качеств, которым придается определенный темп, объем и качество прироста путем оптимально назначенной специализированной тренировки. Наблюдение и оценка актуальных качеств подразумевают сравнение с заранее выбранным стандартом, который получается на основании предварительного определения типичного представителя.

Приступая к прогнозированию, специалист по отбору должен учитывать, что все особенности и качества можно разделить, символически, на две группы:

- 1) особенности и качества, на которые нельзя (или практически нельзя) влиять;
- 2) особенности и качества, на которые можно влиять при определенном подходе.

Когда речь идет об особенностях первой группы, задача специалиста по отбору состоит только в том, чтобы предусмотреть эти особенности, но, когда речь идет об особенностях второй группы, задача становится более сложной. Необходимо не только предусмотреть определенные качества, но и добиться оптимальной степени их развития и совершенствования.

Прогноз развития качеств и прогноз успешности совершенствования включает в себя и различия особенностей и качеств по еще одному критерию – критерию, отражающему степень завершенности их развития. Особенности и качества, не достигшие в полной мере своего развития, называют ювенальными (юными), а особенности и качества, развитие которых завершено, называют дефинитивными (окончательными).

Практическое значение такого разделения логично. Прогноз основывается на солидной оценке прироста в первой группе – группе ювенальных особенностей. Многочисленные исследования позволяют сделать вывод, согласно которому оптимальный период для прогноза развития ювенальных особенностей и качеств для девочек – 8–11 лет, для мальчиков – 9–11 лет.

Соотношения между качествами, определенными при первом отборе, и темпом прироста этих качеств в ходе тренировки указывают специалисту по отбору на правильность его прогноза. Темп прироста начальных особенностей и качеств не развивается по линии равномерного подъема; линия такого подъема скачкообразна. Значительную роль в этом играет фаза застоя, приходящаяся на первые месяцы специализированной тренировки. Если ученик овладевает элементарными техническими знаниями относительно быстро, наступает период выраженного застоя. На самом деле создается лишь видимость застоя, так как прогресс все-таки происходит, но измерить его невозможно. Результаты обучения здесь оттеснены переменами адаптационного характера, т.е. приспособления к условиям и требованиям, необходимым для значительного «скачка» тех качеств, которые до той поры были незаметными.

5. Проблемы спортивного отбора.

Существует ряд проблем, связанных со спортивным отбором. В.М. Волков и В.П. Филин отмечают, что свой оправданный смысл спортивный отбор приобретает тогда, когда решаются проблемы конкурсного комплектования профессионально-ориентированных спортивных учреждений (специализированных школ-интернатов спортивного

профиля и т.п.) и аналогичных групп спортсменов, подготавливаемых для пополнения рядов тех, кто посвящает себя спорту высших достижений. Отбор спортсменов оправдан и тогда, когда на спортивно-конкурентной основе комплектуются сборные команды и регламентируется допуск к соревнованиям высокого ранга в прямой зависимости от наличного уровня индивидуальных спортивных достижений.

Неодномоментность и динамичность спортивной ориентации. Специалисты сходятся во мнении, что верно определить индивидуальную предрасположенность к спортивным достижениям путем каких-либо одноразовых процедур (наблюдение, тестирование и т. п.) за короткое время невозможно. Невозможно по двум основным причинам:

1. Спортивная предрасположенность – индивидуальный многосложный комплекс свойств, ряд которых созревает и проявляется не одновременно, а разновременно, в зависимости от стажа и возраста спортивной деятельности;

2. Индивидуальные возможности спортивных личностных достижений установки на их реализацию динамичны, причем изменяются как в силу естественных особенностей индивидуального развития, так и под воздействием общих условий жизни. Отсюда следует, что диагностику индивидуальной спортивной предрасположенности, а значит, и опирающуюся на нее спортивную ориентацию необходимо осуществлять не в качестве некоего одного мероприятия, а в качестве поэтапно возобновляемого процесса.

Проблема отбора и спортивной ориентации уже давно не находится в стадии становления, а превратилась в самостоятельную науку. Прогнозируя возможности ребенка или подростка, тренер-селекционер ставит перед собой задачу создания талантливых индивидуумов с надеждой на успешную в дальнейшем спортивную специализацию.

Несмотря на многочисленные имеющиеся данные, проблема ориентации и отбора наиболее талантливых людей, как самостоятельное направление, находится в стадии постоянного поиска, совершенствования и дальнейших разработок. Научно-обоснованные методы отбора «спортивных» детей в спортивную детско-юношескую школу, а также прогнозирование их будущих результатов становится главным этапом и неотъемлемой частью современной системы подготовки спортсменов.

Сложность поиска спортивных талантов удачно выражает Н.Ж. Булгакова в своих трудах. Она выделяет важный критерий – спортивная одаренность. В отдельных видах спорта структура способности не одинакова. Так, согласно психологическим представлениям А.В. Родионова, в циклических видах спорта ведущую роль в структуре способности играют стабильность мышечно-двигательных дифференцировок, «чувство темпа», «чувство ритма», способность к адекватным оценкам функционального состояния. В скоростно-силовых видах спорта важны точные мышечно-двигательные дифференцировки, точная пространственно-временная ориентировка, «чувство ритма». В играх и единоборствах на первый план выступают психические качества, в основе которых лежит система процессов, определяющая возможность в кратчайшие сроки воспринимать возникающие ситуации, принимать и реализовывать творческие решения.

Не секрет, что несовершенство мероприятий по отбору приводит к неоправданно большому отсеву из детско-юношеских спортивных школ и отрицательно сказывается на подготовке перспективных спортсменов в дальнейшем. Вместе с тем, построение учебно-тренировочного процесса, управление тренировкой не может быть эффективным без получения своевременной объективной информации об изменениях в развитии различных качеств и свойств организма, обуславливающих успех их игровой деятельности.

Одной из проблем называют нынешнюю систему подготовки юного спортсмена, строящуюся не на базе биологического, а на базе календарного возраста, что приводит к тому, что молодой спортсмен может быть либо недооценен, либо переоценен тренером. Между тем паспортный возраст, особенно в пубертатном периоде, не всегда отражает истинное развитие подростка и не всегда соответствует его биологическому возрасту.

Большие спортивные результаты могут являться следствием отнюдь не спортивной одаренности, а генетически более ранним сроком биологического созревания. Для лучшей работы в тандеме любой тренер должен хорошо знать сенситивные, и критические периоды развития организма.

Сложность проблемы отбора состоит в ее многогранности. Она имеет педагогический, экономический, этический, метрологический и другие аспекты. Так как различные виды спорта предъявляют неодинаковые требования к спортсменам, существуют и различные критерии отбора применительно к отдельным видам спорта. В скоростно-силовых видах спорта в процессе отбора предпочтение отдается детям и подросткам с хорошо развитой мускулатурой, высоким уровнем развития быстроты, скоростно-силовых качеств. При отборе прыгунов в высоту с разбега он учитывает, что пропорции их тела характеризуются определенными особенностями. Прыгуны обладают длинными ногами и сравнительно коротким туловищем. Прыгуну в высоту свойственны такие психические качества, как смелость и решительность, и та особая форма самоконтроля, которая позволяет правильно распределить свои силы во время многочасовой борьбы. В беге на короткие дистанции В. М. Волков отдает предпочтение высокорослым подросткам и юношам с хорошо развитой мускулатурой и благоприятными конституционными особенностями (соотношение длины ног и туловища). К числу наиболее стабильных признаков, которые дают возможность прогнозировать спортивные способности к плаванию, следует отнести тотальные и другие скелетные размеры тела, подвижность суставов, физическую способность, гидродинамические качества.

Лекция. Проблема контроля за функциональным состоянием организма спортсменов

1. Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в спорте.
2. Проблема выбора методов исследования функционального состояния организма спортсменов.
3. Проблема несоответствия и «ложного учета» паспортного, а не биологического возраста.
4. Проблема внезапной смертности в спорте.

1. Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в спорте.

Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом – это комплекс мер, направленных на оценку и контроль за состоянием здоровья и морального развития занимающихся. Целью врачебно-педагогического контроля является обеспечение безопасных и эффективных занятий физической культурой и спортом для всех участников. Он позволяет следить за физическим развитием спортсменов, контролировать здоровье, подготавливать план тренировок и выбор упражнений, чтобы исключить нежелательные последствия для здоровья.

Содержание **врачебно-педагогического контроля** может включать следующие пункты:

1. Медицинский осмотр: анамнез здоровья, общий осмотр врача, включая вес, рост, состояние кожи, глаз, ушей, носа, горла, легких, сердца, печени и других внутренних органов. Кроме того, может проводиться измерение кровяного давления и пульса, анализ мочи и крови, электрокардиограмма и другие виды диагностики.
2. Физическая подготовка: оценка физической подготовленности, проведение тестов для определения уровней развития скорости, выносливости, гибкости и силы.

3. Психологический контроль: определение психологической подготовки и способности к тренировкам, а также выявление психологических проблем, которые могут влиять на здоровье и спортивные результаты.

4. Планирование тренировок: создание плана тренировок с учетом индивидуальных особенностей здоровья и физической подготовки, установление диеты и режима питания.

5. Мониторинг здоровья: отслеживание изменений в состоянии здоровья, обнаружение факторов риска и проблем.

Все эти аспекты помогают создать индивидуальный план тренировок с учетом здоровья и психологической подготовки спортсмена с целью обеспечения безопасности и достижения максимальных результатов при занятиях спортом.

Базовым принципом врачебно-педагогического контроля выступает функциональная диагностика. Она включает в себя измерение параметров кардиореспираторной системы, определение реакции организма на нагрузки и функциональных изменений, а также установление максимальной работоспособности. Использование методов функциональной диагностики помогает контролировать динамику функционального состояния организма занимающихся, предупреждать возможные заболевания и составлять индивидуальные тренировочные программы.

Врачебно-педагогический контроль предусматривает оценку питания спортсменов. Расчет суточной калорийности, балансирование белков, жиров и углеводов необходимо для поддержания нормального физического состояния организма, выдерживание оптимального веса и выносливости.

Врачебно-педагогический контроль проводится на всех уровнях занятий спортом, начиная от детской школы и заканчивая профессиональным спортом. В детской школе спорта особенно важен контроль за здоровьем и правильностью выполнения упражнений, так как на этом этапе начинается формирование здорового образа жизни и привычки к занятиям спортом. В профессиональном спорте, где требуется высокая физическая нагрузка, врачебно-педагогический контроль необходим, чтобы избежать перенапряжения, переутомления и уменьшения результативности.

Также, необходимо упомянуть о профилактике травм и контроле за их лечением. Спортивные травмы могут быть причиной прерывания тренировочного процесса и существенно затруднить дальнейшее занятие спортом. Поэтому контроль за состоянием здоровья и правильностью выполнения упражнений является ключевым условием профилактики травматизма в спорте.

Важно отметить, что врачебно-педагогический контроль – это не только выявление проблем, но и профилактические меры. С помощью контроля может быть выявлено определенное заболевание или риск его развития, после чего принимаемые меры позволяют избежать возможного заболевания, а также помогут сохранить хорошее состояние здоровья спортсмена.

2. Проблема выбора методов исследования функционального состояния организма спортсменов.

Актуальной проблемой современного состояния здоровья молодежи является то, что более половины молодых людей характеризуются слабой физической подготовленностью и низким уровнем показателей функциональных систем организма. В то же время не подвергается сомнению тот факт, что адекватная и физиологически обоснованная физическая активность способствует не только развитию физических качеств, повышению уровня здоровья и адаптационных резервов занимающихся.

Одной из наиболее актуальных проблем мониторинга и оперативного контроля является подбор современных неинвазивных, несложных и достаточно надежных и точных методов оценки функционального состояния организма спортсменов.

В научно-методической литературе наиболее остро обсуждается организация физического воспитания на основе реализации индивидуально-личностного подхода. Многими исследователями справедливо отмечается, что недостаточные по интенсивности и объему физические нагрузки не приводят к совершенствованию тренируемой функции и представляются неэффективными. Для получения же достаточного кумулятивного тренировочного эффекта тренирующемуся необходимо выполнить такой объем работы, который превысил бы величину неэффективных нагрузок. В дальнейшем увеличение интенсивности и объемов мышечной работы сопровождается, до определенного физиологического предела, пропорциональным совершенствованием тренируемой функции. В том случае, когда тренировочные нагрузки превышают индивидуальный предельно допустимый физиологический уровень, возможно развитие состояния перенапряжения, перетренированности, что ведет к срыву адаптации. Чтобы не допустить развития таких состояний и срыва адаптации, очень важно ориентироваться на индивидуальные особенности тренирующегося при выборе мощности, длительности и направленности физической нагрузки. Важно, что зачастую физическое состояние занимающихся значительно различается даже в одной относительно однородной группе, что требует дифференциального подхода к нормированию и темпу выполнения упражнений.

К признанию ведущей роли кардиореспираторной системы как основного лимитирующего фактора развития физической работоспособности, с одной стороны, и чувствительного индикатора, отражающего уровень функционального состояния и резервов занимающегося, с другой стороны, склоняются большая часть исследователей. Установлено, что и в самой кардиореспираторной системе происходят сложные адаптивные изменения, проявляющиеся в многообразии вариантов реагирования на физическую нагрузку.

Отмечается, что целесообразно использовать комплексный подход, состоящий в одномоментной регистрации показателей кардиореспираторной системы, акцентируется важность применения подходов, связанных с распределением занимающихся по типам кровообращения, определяемых в условиях покоя и типов адаптации кардиореспираторной системы, определяемых при нагрузке.

После отбора значимых критериев функционального состояния некоторые авторы остановились на нагрузочной пробе Руфье как наиболее информативной для занимающихся физической культурой и спортом. Найдена статистическая взаимозависимость индексов Руфье и Кердо, что позволяет провести экспресс-оценку текущего функционального статуса, ограничившись только вегетативным индексом Кердо. Важен именно индивидуальный контроль адекватности нагрузки и уровня функционального состояния сердечно-сосудистой системы непосредственно при выполнении физических упражнений.

Особое место среди методик изучения сердечно-сосудистой системы принадлежит кардиоритмографии. Данное исследование позволяет интегрально оценить общий уровень функционального состояния целостного организма, поскольку диагностика основана на распознавании незначительных доклинических отклонений не только в сердечно-сосудистой системе, но и вегетативной нервной. Автоматически производится расчет параметров ритмограммы, после чего выдается заключение по показателям вариабельности сердечного ритма, парасимпатической активности, симпато-вагальному индексу, стрессоустойчивости и вегетативного равновесия.

Альтернативным способом педагогического контроля физических нагрузок является тестирование нервно-мышечного аппарата и центральной нервной системы, а также методика коррекции тренировочных нагрузок для достижения оптимальной адаптации организма к физическим нагрузкам с помощью двухуровневой системы, базирующейся на компьютерной диагностике и автоматизированном мониторинге нервно-мышечного аппарата и центральной нервной системы. Наряду с этим для оценки функционального

состояния центральной нервной системы используются метод измерения микроколебания конечностей и метод рефлексометрии (определение времени ответа испытуемого на световой и звуковой сигналы).

Применяются и более громоздкие и сложные методы оценки функционального состояния занимающихся физическими упражнениями. В частности, показана эффективность сочетания количественных спортивно-педагогических тестов и психофизиологических параметров с биохимическими показателями мочи и слюны. Однако данная методика практически не применима для широкого использования.

Изучение современного мониторинга функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом характеризуется комплексным подходом, в котором представлены методы диагностики, контроля, моделирования и прогнозирования. Формулирование логически обоснованных коррекций процесса тренировки по данным диагностики ставит метод в разряд основных факторов качественной оптимизации управления. Наипростейшими способами оперативного мониторинга являются методы оценки функционального состояния кардиореспираторной системы. Однако наряду с ними, особенно если речь идет о спортивной тренировке и достижении высоких результатов, используются более усложненные системы. Выбор наиболее приемлемого метода мониторинга обусловлен конкретными педагогическими задачами, решаемыми занимающимися физической культурой и спортом.

3. Проблема несоответствия и «ложного учета» паспортного, а не биологического возраста.

Среди этапов развития человека пубертатный период занимает особое положение, так как в этом переходном возрасте происходит эндокринологическая, морфологическая и психофизиологическая перестройка организма. Этому периоду развития ученые уделяют достаточное внимание. Ведь детей одного календарного возраста объединяют только то, что они прожили одинаковое время, от рождения до настоящего, но они отличаются по своему биологическому возрасту.

Под «**биологическим возрастом**» понимается достигнутый отдельным индивидуумом уровень развития морфологических показателей и связанных с ними функциональных явлений жизнедеятельности организма, соответствующему среднему для всей популяции уровню, характерному для данного и хронологического возраста. При этом оценку биологической зрелости следует проводить комплексно, т.е. с учетом многих признаков, в т.ч. и характеризующих биологический возраст юных спортсменов. Биологический возраст более тесно, чем паспортный, связан с морфологическими и функциональными показателями. Появление признаков полового созревания в более молодом возрасте свидетельствует о более высоких темпах биологического созревания.

Ряд авторов придерживается мнения, что спорт и физическая нагрузка воздействуют на половое созревание девочек. Так, например, юные пловцы с разным типом биологического созревания имеют достоверные различия в динамике возрастного физического развития, возрастных зонах наибольших темпов прироста, а также в уровнях матурации соматических и функциональных показателей, лимитирующих скорость плавания. Контроль за уровнем биологической зрелости особенно важен для определения сроков начала интенсивной функциональной и силовой тренировки. В 16 лет юноши с нормальным (средним) и ретардированным (отстающим) типами развития имеют преимущество в морфофункциональных показателях по сравнению с девушками, одновременно уступая им по баллу биологической зрелости. Это говорит о разной продолжительности многолетней тренировки: юноши способны демонстрировать высокие спортивные достижения до 22–24 лет, в то время как девушки – до 18–20 лет.

Достаточно хорошо известно, что биологический возраст оказывает существенное влияние на спортивные результаты в плавании: значительный прирост результатов

отмечался в 12–14 лет, и совпадал с началом полового созревания и с максимальным приростом длины тела. Завершение полового созревания отмечается стабилизацией или не таким быстрым ростом результатов.

Оценка полового созревание и биологического развития необходима для оценки типа развития спортсмена, т.е. акселирированного (опережающего), среднего (нормального) и ретардированного (отстающего). Это необходимо тренеру при проведении тренировочных занятий и определении оптимальной нагрузки спортсменам.

Как определяется биологический возраст? Существует несколько методик определения биологического возраста:

1) В детском возрасте биологический возраст определяется по зубной формуле. Это когда прорезывания определенного зуба происходит в определенное время – так называемая «Зубная формула», которую определяют стоматологи.

2) По срокам оксификации костей (рентгеноантропометрически), когда определенная часть кисти или стопы, например, в фаланге пальца на руке или ноге, полностью сформируется костная ткань и зона роста закроется. Для этого метода определения биологического возраста скелет кисти и лучезапястного сустава является наиболее удобным объектом для рентгенологического исследования. На рентгенограмме кисти и лучезапястного сустава в прямой проекции видны ядра окостенения костей запястья, дистальных эпифизов лучевой и локтевой кости, наличие синостозирования эпифизов и диафизов. Сроки появления ядер окостенения и синостозирования зависят от пола и от возраста. Методика применяется для определения биологического возраста и его соответствия паспортному возрасту.

3) Третий метод – определение биологического возраста по вторичным половым признакам в период пубертатного развития (соматоскопический метод).

Кроме вышеперечисленных существуют методы с использованием строения капилляров ногтевого ложа, величины экскреции 17-КС и другие.

Биологическая зрелость (половое созревание) – это процесс, в результате которого достигается наибольшая выраженность принадлежности к мужскому или женскому полу. Проявления полового диморфизма начинаются с начала жизни. Половые различия приобретают значимый характер в подростковом возрасте. Начинаются они, по-видимому, с расхождения ведущих жизненных установок. Для девочек можно предполагать филогенетическую предопределенность относительного доминирования репродуктивной мотивации, а для мальчиков – адаптивной, сказывающейся в стремлении к физическому превосходству в «кинезофилии». Соответственно распределяют акценты при формировании функциональных систем данного возраста. Выражением этого исторически сложившегося полового диморфизма, по-видимому, являются различные свойства мужских и женских половых гормонов.

Мужской половой гормон (тестостерон) не только стимулирует развитие половых признаков, но и обладает способностью сильнее всего стимулировать онтогенетические процессы роста и развития, составляющие основу адаптации к физическим нагрузкам: развитие костной ткани и увеличение размеров тела, развитие скелетных мышц, в том числе и дыхательных, сердечной мышцы, синтез гемоглобина, увеличение производительности сердечно-сосудистой системы и др.

Женские половые гормоны (эстрогены), контролирующие половое созревание, не обладают анаболическим действием и не способствуют развитию адаптации к физическим нагрузкам. Процесс роста, соматического развития у девочек регулируется гормоном и андрогенами надпочечников, оказывающими анаболический эффект на все содержащиеся белок ткани. Видимо, этим объясняются результаты исследований, в которых не выявляется четкой корреляции между физическим развитием и биологической зрелостью (половым созреванием) девочек.

Опыт исследования показал большую пользу совместной работы обследователя с врачом-специалистом по подростковой гинекологии: его заключения являются особо важными для прогнозирования последующей тенденции роста и формирования девочек-подростков, биологическая зрелость которых оценивается от 3 до 5 баллов. При сходстве оценок степени развития у спортсменки репродуктивных органов (по данным гинеколога) и биологической зрелости (половой и соматической) предполагают нормальный, характерный для данного возраста или типа (акцелерация – ретардация) ход развития. Наличие же выраженной дисгармоничности в развитии этих показателей указывает на сложное и более длительное протекание препубертатной фазы развития. Особенно рекомендуется проводить такие обследования в возрастном периоде от 12 до 14 лет.

Многочисленными исследованиями установлено, что в возрастном диапазоне 11–14 лет скорость плавания достоверно связана с баллом биологической зрелости, уровнем развития соматических и функциональных показателей (т.е. в младших и средних группах лидируют акселераты).

Однако наиболее перспективные дети, имеющие высокие уровни физического и функционального развития при нормальных или замедленных темпах полового созревания (они имеют большую продолжительность пубертата и многолетней тренировки); половые различия морфофункциональных показателей у пловцов 11–16 лет зависят от типа биологической зрелости. Наибольшая выраженность полового диморфизма наблюдается у детей-акселератов; у ретардантов различия менее выражены.

4. Проблема внезапной смертности в спорте.

Сегодня особый интерес представляет внезапная сердечная смерть, занимающая более 90% в структуре внезапной смерти в спорте. Актуальность обозначенной проблемы вызвана также тем, что в последние годы участились случаи внезапной сердечной смерти спортсменов и изменилась ее структура.

Частота внезапной сердечной смерти сегодня широко варьируется: по разным оценкам, от 1 на 3000 спортсменов в год до сравнения ее риска с риском удара молнии. Различия связаны с разными когортами лиц, вошедших в исследования: возраст, раса, пол, вид спорта, стаж спортивной деятельности, уровень спортивного мастерства, ряд других факторов. Многие включают в эту статистику только случаи смерти на соревнованиях или только профессиональных спортсменов без учета массового спорта. Не все исследователи включают в статистику внезапную сердечную смерть в случае успешной реанимации.

K.G. Harmon проанализировала 13 исследований по вопросу внезапной сердечной смерти у спортсменов в возрасте от 9 до 40 лет. В проведенных исследованиях частота внезапной сердечной смерти спортсменов варьировалась от 1:917000 до 1:3000 человек в год. Исследования с наиболее высоким методологическим качеством дали показатели частоты внезапной сердечной смерти в диапазоне от 1:40000 до 1:80000. Автор пришла к выводу, что частота внезапной сердечной смерти у спортсменов, вероятно, значительно выше, чем традиционно принято ее оценивать.

Перспективные исследования показали, что в Италии внезапная сердечная смертность у спортсменов в 2,5 раза, в США в 3,65 раза, во Франции в 4,5 раза выше, чем у лиц, не занимающихся спортом. В США внезапная сердечная смерть при физических нагрузках всего лишь в два раза ниже, чем смертность в дорожно-транспортных происшествиях, в два раза выше, чем смертность от самоубийств, и в восемь раз выше, чем от передозировки наркотиков. Таким образом, внезапная сердечная смерть при физических нагрузках сегодня становится значимой социальной проблемой.

В США среди популяции лиц, занимающихся спортом, выделены подгруппы спортсменов с наиболее высоким риском развития внезапной сердечной смерти. К ним относятся мужчины (один случай смерти на 37790 спортсменов в год) против 1:121593 – у женщин, чернокожие спортсмены (1:21491 против 1:68354 – у белых атлетов), а также баскетболисты и футболисты (1:8978 и 1:23689 соответственно).

Предложены различные теории для объяснения более высокой частоты внезапной сердечной смерти у мужчин: повышенный симпатический тонус и уровень катехоламинов, способных вызывать злокачественные аритмии. Доказано влияние мужских половых гормонов на развитие гипертрофии сердца и удлинение интервала QT с возможным развитием электрической нестабильности миокарда и желудочковых аритмий.

Механизм повышенного риска внезапной сердечной смерти у баскетболистов не совсем ясен. Хотя синдром Марфана и вызванное им расслоение аорты в общей структуре внезапной сердечной смерти чаще других спортсменов встречается у баскетболистов мужского пола, он составляет лишь небольшую долю причин смертей в этой популяции. В то же время баскетболисты почти в 15 раз чаще умирают от различных кардиомиопатий. Итальянские, испанские, французские и немецкие авторы сообщают о таких лидирующих видах спорта во внезапной сердечной смертности, как футбол, легкая атлетика, велогонки, плавание.

K.G. Harmon представила в своем исследовании данные о том, что показатели внезапной сердечной смерти у спортсменов повышаются с ростом стажа спортивной карьеры и частоты участия в соревнованиях. В то же время, по данным немецких исследователей, 142 из 144 (99%) случаев внезапной сердечной смерти произошло у спортсменов-любителей.

Внезапная сердечная смерть является результатом многофакторных состояний, различных расстройств и сердечно-сосудистых заболеваний. Кроме того, внезапная сердечная смерть связана с наследственными причинами, такими как структурные генетические заболевания сердца и сердечные аритмии. Нарушения ритма сердца могут возникнуть как в структурно-нормальном, так и в структурно-измененном сердце.

Сегодня в Европе и многих других частях света на первое место по частоте выявления на вскрытии атлетов выходит такая секционная находка, как внезапная необъяснимая сердечная смерть, что подтверждают данные множества национальных и международных исследований. Часто эту причину именуют синдромом внезапной аритмической смерти. Внезапная необъяснимая сердечная смерть или аутопсия-негативная смерть (как принято именовать ее в России) – это отсутствие видимых заболеваний и патологических изменений в сердце на вскрытии атлетов при непосредственной причине смерти – острая сердечно-сосудистая недостаточность, в основе которой, как правило, лежит жизнеопасная аритмия или остановка сердца.

В отчете британского регистра внезапной сердечной смерти в спорте из 357 умерших спортсменов диагноз аутопсия-негативная смерть (синдром внезапной аритмической смерти) был наиболее распространенным и составил 149 смертей (42%). Второй по частоте причиной стала идиопатическая гипертрофия левого желудочка и/или фиброз миокарда – 59 смертей (16%), за которыми следовали аритмогенная кардиомиопатия правого желудочка – 48 смертей (13%), гипертрофическая кардиомиопатия – 23 случая (6%), дилатационная кардиомиопатия (2%). Патология коронарных артерий имела место в 7% случаев, при этом их аномалии составляли большинство случаев.

По данным G. Finocchiaro с соавт., 288 из 357 умерших спортсменов, что составило 81%, не имели каких-либо симптомов, предшествующих внезапной сердечной смерти. Из 69 (29%) атлетов с симптомами 27 (8%) испытывали учащенное сердцебиение (пять из них имели в анамнезе пароксизмы фибрилляции предсердий), 20 (6%) – боли в груди, 18 (5%) имели обмороки и 4 (1%) сообщили о снижении толерантности к физической нагрузке. У 28 спортсменов (8%) имелись случаи преждевременной внезапной смерти в семье, определяемые как смерть родственника первой степени родства моложе 50 лет.

До последнего времени в мировой литературе в качестве лидирующей причины внезапной сердечной смерти атлетов традиционно рассматривалась гипертрофическая кардиомиопатия. Однако недавние исследования опровергли этот тезис. K. Harmon

пересмотрела известный анализ 1866 актов вскрытия спортсменов в США, по данным которого 36 % смертей произошли из-за гипертрофической кардиомиопатии. К. Harmon отметила, что большая часть актов вскрытия была просто исключена из этого анализа из-за отсутствия структурных аномалий в сердце при посмертном осмотре. Она посчитала, что если эти смерти включить в анализ и интерпретировать как аутопсия-негативные, то тогда их частота составит 34 % от общего числа сердечно-сосудистых смертей, и именно эта причина станет лидирующей в одном из самых крупных регистров внезапной сердечной смерти в мире.

По данным современной литературы внезапная сердечная смерть встречается чаще у спортсменов мужского пола, чернокожих, в футболе и баскетболе, в видах спорта на выносливость. В последние годы отмечается, что в среднем каждая третья сердечная смерть в спорте происходит у спортсменов со структурно нормальным сердцем, что требует дальнейших исследований в поиске ее причин.

Лекция. Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта

1. Прогнозы развития спорта высших достижений.
2. Проблемы дальнейшего развития современного спорта.
3. Тенденции развития спортивных достижений.
4. Профессионализация современного спорта.
5. Практико-ориентированное развитие кадрового потенциала сферы профессионального спорта.
6. Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта высших достижений в Республике Беларусь.

1. Прогнозы развития спорта высших достижений.

По мере развития общества физическая активность и спорт все шире проникают во все сферы жизни людей, становятся все более значимой и неотъемлемой частью мировой цивилизации. Бурными темпами развивается в последние десятилетия, спорт высших достижений, постепенно превращаясь в отдельную сферу деятельности. Спортивная наука все больше превращается в самостоятельную научную дисциплину, в которую вовлекаются специалисты из самых разных специальностей. Для мониторинга и анализа действий спортсмена используются самые последние достижения научной мысли - от микроэлектроники до молекулярной биологии.

Непосредственным результатом научного прогресса являются изменения спортивной техники и достижение высших результатов. Повышение эффективности тренировочного процесса на каждом этапе тренировочного процесса может быть осуществлено только в результате объединения фрагментарных знаний, полученных тренерами, спортивными специалистами и учеными. Трудность создания индивидуальной тренировки на данный момент состоит в отсутствии четкой интеграционной модели, обобщающей разрозненные достижения в разных сферах научной деятельности. Спортсменам и тренерам приходится сейчас работать в ситуации постоянных нововведений. Инновации, которые может использовать тренер, многообразны: новые методики спортивной тренировки, деловые игры, проблемное обучение, диалоговое преподавание и т.д. Повышение интеллектуального уровня тренеров, методистов и всех специалистов, работающих в спорте высших достижений, является первоочередной задачей всех ведущих спортивных держав.

Благодаря достижению высокой степени интеграции электронных компонентов, обеспечивших малые размеры для носимых устройств, возникло новое направление

в спортивном мониторинге – Smart fabrics – «умная одежда». В настоящее время в данном направлении используются не только проводящие материалы и технология соединений, но и вшитые устройства компьютерного ввода информации, антенны, датчики, т.е. в ткань интегрируются пассивные компоненты носимой электроники. Третье поколение «умной одежды» должен представлять собой интерфейс между телом и внешним миром. В соответствии с ней разрабатываются новые темы и направления одежды, которые адаптируют последнюю к внешним условиям. Увеличилась доля использования «умной одежды» в спортивной медицине. Это мониторинг сердечной деятельности, динамики изменения температуры тела и других физиологических параметров с помощью электронного оборудования, имплантированного в одежду.

При выполнении двигательных задач в сложно-координированных видах спорта, и прежде всего при выполнении акробатических элементов зимних видов спорта, спортсмен интуитивно решает биомеханические проблемы огромной сложности. Современные компьютерные технологии позволяют визуализировать сложнейшие абстрактные геометрические объекты и пространственные взаимодействия.

В некоторых случаях используется безмаркерная технология, не требующая специальных датчиков или специального костюма. Безмаркерная технология основана на технологиях компьютерного зрения и распознавания образов. В этом случае не требуется специального оборудования, специального освещения и пространства – съемка производится с помощью обычной камеры (или веб-камеры) и персонального компьютера. Важное значение биомеханический анализ приобретает в таких видах спорта, как фристайл, сноубординг, фигурное катание.

С каждым годом все острее становится борьба за чемпионские титулы, все более «плотной» и многочисленной – группа лидеров. Свидетельство тому – все последние чемпионаты Европы, мира и олимпийские игры. Поэтому специалистов давно волнует проблема объективизации судейства в лыжном фристайле и сноуборде. Оценка судьями акробатических элементов должна включать количество элементов, высоты и амплитуды, качество и техника их исполнения, степень сложности, структурные особенности и т.д. В силу своей специфичности эта задача является многофакторной и, соответственно, довольно сложной для решения.

Применение скоростной видеозаписи позволяет эффективно решать проблемы, возникшие в связи с особенностями процесса при регистрации движения. Весьма ценной является возможность создания архива, относительно небольшого по объему и емкого по обилию ценной информации. Однако ранее возникали препятствия в виде так называемых локализационно-кинематических искажений – размазывание изображения движущейся фигуры спортсмена при вращениях или ином быстром движении, например, в полете.

Высокие темпы роста мирового спорта стали сегодня вызовом всем национальным системам подготовки спортсменов, и наша страна не исключение. Спортивные результаты достигаются на пределе функциональных возможностей человеческого организма, и дальнейшее развитие спорта без ущерба для здоровья невозможно без науки и высоких технологий.

Будущие достижения в спорте – это соревнование научных школ разных стран. Разработка и внедрение в систему отбора и научно-методического обеспечения подготовки спортсменов инновационных технологий, в том числе, здоровьесберегающих – залог поддержания спортивного долголетия и сохранения потенциально одаренного контингента. И в этой связи многое зависит от финансирования государством проектов, направленных на повышение эффективности научно-методического обеспечения подготовки спортсменов, роста профессионального и биолого- психологического образования тренеров, внедрения инновационных инструментальных технологий в практику подготовки спортсменов на всех этапах спортивного онтогенеза.

2. Проблемы дальнейшего развития современного спорта.

Современные условия жизни предъявляют высокие требования к организму человека и характеризуются повышенной степенью экстремальности. Связано это не только с особенностями окружающей среды, предопределяющими неблагоприятную экологическую обстановку, но и с большинством факторов социальной, экономической, психологической природы и т.п. Сегодня стало очевидным, что в современном обществе любой человек испытывает на себе громадный объем неблагоприятных воздействий различного характера, что неминуемо сказывается как на его психологическом состоянии, так и общем уровне здоровья.

Вполне естественно, что сложившаяся в настоящее время сложная социально-экономическая, психологическая и экологическая ситуация предъявляют совершенно новые требования к различным отраслям общественной жизни, в том числе и к спорту.

Прежде всего, необходимо отметить, что и сегодня не потеряло своей актуальности положение о необходимости широчайшего распространения различных видов физической культуры и спорта среди разнообразных слоев населения. Очевидно, что систематические занятия различными видами физических упражнений в самых разнообразных формах будут способствовать повышению общей резистентности организма современных жителей к неблагоприятным воздействиям различного характера.

Особенно острой эта проблема является в отношении нашего подрастающего поколения. Существенное падение уровня физического здоровья среди молодежи, распространение среди них различных заболеваний ставит под угрозу экономическую, интеллектуальную и социальную стабильность нашего общества в самой недалекой перспективе.

К сожалению, в последние годы приходится констатировать выраженное падение уровня физического воспитания как среди школьников, так и учащейся молодежи. Наблюдается не только необоснованное уменьшение времени занятий физической культурой и спортом среди школьников и студентов, но, что самое печальное, падение престижности здорового образа жизни, систематических занятий спортом, не говоря уже о стремительном падении престижности в обществе профессий школьного учителя физической культуры, тренера в детско-юношеских спортивных школах.

Более того, наметился необоснованный уклон в сторону занятий, так называемых, элитных видов физических упражнений, в частности, таких как фитнес, бодибилдинг, большой теннис и т.п., причем преимущественно для строго ограниченной группы людей с определенным социальным положением и финансовым достатком. Следствием данной стратегии развития физической культуры и спорта стало сокращение количества учебных занятий в общеобразовательной школе и в высших учебных заведениях. Все это привело не только к снижению уровня физического здоровья и физической подготовленности детей и молодежи, но и к формированию неблагоприятного имиджа массовой физической культуры.

В связи с вышеизложенной чрезвычайно актуальной проблемой на современном этапе представляется работа, направленная на скорейшее восстановление значимости физической культуры и спорта в современном обществе как в экономическом, социальном, так и в общегосударственном отношении.

Очевидно, что принимаемые в больших количествах различные программы уже не могут обеспечить практическое решение данной проблемы, нужны реальные экономические и социальные подходы, способные переломить неблагоприятную обстановку в области отечественной физической культуры и спорта.

Не менее важной проблемой представляется также вопрос относительно подготовки квалифицированных кадров в области физического воспитания. В данном аспекте особое внимание хотелось бы обратить не только на уже отмеченную необходимость возрождения престижности профессии преподавателя и тренера, но и на решение

проблемы эффективного трудоустройства выпускников факультетов физического воспитания университетов.

Уже давно назрела необходимость качественного прорыва, связанная как с открытием новых привлекательных и конкурентноспособных специальностей по физическому воспитанию и спорту, так и с организацией их полноценного материального обеспечения, своеобразной «привязкой» к потребностям жизни общества в современных социально-экономических условиях.

Отмеченные проблемы в подготовке высококвалифицированных кадров в области физического воспитания достаточно остро проявляются и в области спорта высших достижений. Уже ни для кого не секрет, что большинство достижений наших ведущих спортсменов на международной арене в значительной степени связано с материальными и человеческими ресурсами, заложенными несколько десятилетий назад. В настоящее время многими специалистами констатируется существенное снижение эффективности работы специализированных ДЮСШ по различным видам спорта, что связано с объективными причинами их недостаточного государственного финансирования, оттока квалифицированных кадров, низкой степени материального стимулирования детских тренеров.

Очевидно, что решение данных вопросов является одной из актуальных проблем современного массового спорта и спорта высших достижений. Только в этом случае мы можем рассчитывать на высокие результаты.

Вместе с тем, понятно, что развитие физической культуры и спорта на совершенно новом качественном уровне является одной из наиболее актуальных проблем жизни современного общества, решение которой будет способствовать гармоническому развитию всех его представителей.

3. Тенденции развития спортивных достижений.

Современный спорт характеризуется постоянным ростом спортивных достижений. При этом в каждом отдельном виде спорта или отдельной дисциплине на протяжении всей истории их развития наблюдается неравномерная динамика достижений. На одних этапах она связана со скачком результатов, на других – с временным плато (стабилизацией), на третьих – с постепенным и непрерывным ростом. Это связано с целым рядом факторов: внедрением новых средств и методов тренировки; экономическими стимулами системы соревнований; совершенствованием спортивного инвентаря и оборудования, одежды, обуви; использованием новых приемов повышения работоспособности спортсмена (психологической и физиологической направленности).

Динамика роста спортивных достижений в любом виде спорта выглядит в виде логистической кривой. Эта кривая состоит из трех фаз, каждая из которых имеет свои особенности и в определенной мере отражает историю становления вида спорта и индивидуальный рост мастерства спортсмена. Продолжительность этих фаз в разных спортивных дисциплинах различна.

Первая фаза этой кривой связана с зарождением вида спорта, разработкой правил и регламента проведения соревнований, четким определением предмета соперничества спортсменов или команд, созданием специфической для данного вида спорта методики тренировки и техники выполнения упражнений. В этой фазе спортивные достижения имеют тенденцию к незначительному повышению.

В индивидуальном развитии спортсмена эта фаза связана с началом занятий определенным видом спорта, овладения основами техники, тактики, физической подготовленности.

Вторая фаза логистической кривой отражает непрерывный и достаточно бурный рост спортивных достижений, связанный с повышением количественных и качественных параметров тренировочных нагрузок, совершенствованием технической, тактической и психической подготовленности спортсменов, использованием более

качественного инвентаря и оборудования при достаточно устоявшихся правилах и регламентах соревновательной деятельности.

Другими словами, чем больше начинают трудиться спортсмены и чем выше качество этой деятельности, тем сильнее наблюдается рост спортивных достижений.

Третья фаза логистической кривой связана с замедлением роста достижений, как в определенной спортивной дисциплине, так и в индивидуальном развитии в целом. Хотя отдельные достижения научно-технического прогресса могут вызвать и кратковременную «вспышку» результатов. Такую же «вспышку» может дать и использование запрещенных препаратов (допинг). Медленный рост спортивных достижений наблюдается на фоне значительных усилий, как самого спортсмена, так и всех участников, обеспечивающих его подготовку. Общество в лице спортивных федераций и клубов, спонсоров вкладывает большие средства в систему подготовки спортсменов, поэтому рост спортивных достижений обеспечивается уже не только совершенной и высокоэффективной системой тренировки, но и переориентацией системы соревнований, приобретающей все более и более коммерческие основы, а также большим удельным весом всех факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности (финансы, организация и управление, научно-методическое, медико-биологическое, материально-техническое обеспечение и др.). В индивидуальном плане замедление роста спортивных результатов и их стабилизация связаны и с возрастом спортсмена, с переходом его в группу «ветеранов».

4. Профессионализация современного спорта.

Одной из насущных проблем современного спорта, которая требовала своего решения стала проблема его профессионализации. Эта тенденция закономерна, она связана с рядом объективных условий развития современного спорта.

Профессионализация спорта, прежде всего результат его многозатратности, которая диктуется длительным учебно-тренировочным процессом во многих видах спорта, активно продолжающимся 10-15 лет. Для большого спорта становится все более характерной ранняя спортивная специализация. Во многих видах занятия начинаются в возрасте 4-6 лет. Они активно протекают многие годы с двух- и трехразовыми тренировками в день, сопровождаются высочайшими психологическими и физическими нагрузками.

Подготовка спортсменов высокого класса требует дорогостоящего материально-технического обеспечения. Активно выступающий спортсмен требует и соответствующего материального стимулирования, так как иного источника дохода в силу огромной занятости спортом он иметь не может.

Профессионализацию спорта в стране значительно осложняют трудности, возникшие в процессе строительства рыночной экономики. Слабая материальная база отечественного спорта, недостаточное финансовое обеспечение спортсменов высокого класса и тренеров привели к весьма широко распространившейся практике заключения ими контрактов с зарубежными клубами, ассоциациями другими организациями и отъезд для выступления за рубежом.

Крупнейшие промышленные зарубежные фирмы широко спонсируют учебно-тренировочные сборы, обеспечивают их инвентарем и оборудованием, финансируют участие в крупнейших международных соревнованиях за рекламу своей продукции нашими спортсменами.

Таким образом, профессиональный спорт в стране получил официальное законное признание. Для спортсмена-профессионала занятия спортом признаются теперь основным видом деятельности, за которую он в соответствии с контрактом получает заработную плату и/или иное денежное вознаграждение, а также обеспечивается различными формами социального и медицинского страхования.

5. Практико-ориентированное развитие кадрового потенциала сферы профессионального спорта.

Профессиональный спорт в Республике Беларусь как составляющую полноценного бизнеса, можно считать перспективно зарождающейся сферой народного хозяйства, на современном этапе прослеживается только незначительное число исследований, связанных с ней.

Кадровые возможности сферы профессионального спорта в Республике Беларусь представлены многоуровневой системой подготовки, которая включает в себя учреждения среднего и высшего образования, а также специализированные учебно-спортивные заведения. Высшие учебные заведения Республики Беларусь представлены в свою очередь двумя ступенями вузовского и послевузовского образования, направленными на научное обеспечение отрасли и получение высшей квалификации по разнообразным направлениям. Численность работников отрасли постоянно имеет стабильную тенденцию к увеличению, как и занимающихся профессиональным спортом.

В целях подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса создана система специализированных учебно-спортивных учреждений, таких как средние школы-училища олимпийского резерва, учебно-спортивные отделения по виду спорта, специализированные по виду спорта классы, детско-юношеские спортивные школы, школы высшего спортивного мастерства, центры олимпийской подготовки.

Согласно Государственной программе развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2021-2025 гг., необходимо совершенствование кадрового обеспечения сферы профессионального спорта, в том числе не менее 3,2 тыс. человек на первой ступени высшего образования, не менее 185 человек на второй, а также 80 научных работников высшей квалификации.

Подготовка кадрового состава для сферы профессионального спорта в высших учебных заведениях страны, до недавнего времени, осуществлялась только по специальности «Физическая культура». Это налагало определенные ограничения на кадровый потенциал отрасли в других направлениях (инженерном, медицинском, управленческом, экономическом и т.п.).

На современном этапе начали происходить существенные изменения, высшие учебные заведения Республики Беларусь разработали программы для подготовки кадров по многообразию специальностей (направлений).

Вследствие этих процессов становится ясно, что профессиональный спорт нуждается не только в профессиональных спортсменах, тренерах, спортивных инженерах, но и в профессиональных экономистах, управленцах, финансистах и бухгалтерях. Профессиональный спорт нуждается в людях, которые могли бы рассчитать стоимость строительства спортивного сооружения или проведения крупного спортивного события и не обладали бы при этом отрывочными знаниями о финансах, менеджменте, маркетинге, а разбирались в продуктах (товарах, услугах) сферы.

Задача экономической оценки спортивных мероприятий носит актуальный характер, особенно с уменьшением бюджетных ассигнований и развивающейся конкурентной средой вокруг данных средств. В прогрессивно изменяющихся рыночных условиях, стоит вопрос эффективности реализации и регулирования выделенных средств, а также могли бы они найти лучшее отражение в иных целях, сопоставимых с реализацией спортивного продукта.

В связи с вышеизложенным, целесообразным будет открытие новой полноценной специальности первой ступени высшего образования для сферы профессионального спорта Республики Беларусь экономической направленности, такой как «Экономика и управление профессиональным спортом» и ввести ее в Общегосударственный

классификатор Республики Беларусь, в связи с необходимостью обеспечения всех регионов страны высококвалифицированными специалистами данного профиля.

Республика Беларусь является государством, где активно развиваются такие организации отрасли как футбольные, хоккейные, гандбольные, баскетбольные и волейбольные клубы и др. Особую значимость открытие специальности «Экономика и управление профессиональным спортом» представляет для ведущих спортивных учреждений страны по игровым видам спорта. Профессиональные спортсмены данных клубов увеличивают потенциал и устойчивое выступление национальных сборных команд Республики Беларусь.

От уровня знаний и навыков специалистов в области экономики профессионального спорта зависит эффективность работы спортивных организаций (предприятий) города, области и Республики Беларусь в целом. Таким образом, именно данные организации являются потенциальными работодателями для выпускников бакалавриата по специальности «Экономика и управление профессиональным спортом».

После окончания первой ступени образования по специальности «Экономика и управление профессиональным спортом», ставится вопрос о продолжении обучения выпускников (магистратура), а также получения научного опыта (аспирантура, докторантура) по данному направлению. В связи с приведенным утверждением появляется необходимость в реструктуризации программ вузовского (магистратура) и послевузовского (аспирантура, докторантура) образования.

Решением поставленной задачи и продиктованными условиями подготовки специалистов высшей квалификации, могут стать дополнения, внесенные в перечень отраслей и сфер деятельности по специальности «Экономика и управление народным хозяйством», по которой проводится подготовка кадров в магистратуре, аспирантуре и докторантуре. Видится возможным дополнить данный перечень отраслей и сфер деятельности «спортом» на всех уровнях (магистратура, аспирантура, докторантура) получения образования.

Практическая значимость концептуального подхода состоит в концентрации образовательных ресурсов, направленных на создание в Республике Беларусь многоуровневой системы непрерывной подготовки специалистов экономического профиля для основных субъектов хозяйствования данной сферы в современных рыночных условиях.

6. Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта высших достижений в Республике Беларусь.

В последнее десятилетие мы являемся свидетелями того, как все более значимым становится участие отрасли «Физическая культура и спорт» в социально-экономической, политической жизни белорусского государства. И связано это с постоянно возрастающим вкладом физической культуры и спорта в оздоровление населения республики, особенно детей и молодежи, которые составляют будущее любой страны, обеспечивая экономическую и военную безопасность государства.

Популяризация здорового и активного образа жизни через занятия физической культурой и спортом как в Республике Беларусь, так и за ее пределами ведет к постоянному росту востребованности различных физкультурно-спортивных сооружений, площадок и мест для самостоятельных занятий физическими упражнениями. В связи с этим заметно увеличилось количество учреждений и организаций, предлагающих широкий спектр услуг в сфере физической культуры и спорта.

Однако, следует отметить тот факт, что, несмотря на постоянный и планомерный рост численности населения занимающихся физической культурой и спортом, мы наблюдаем достаточно невысокий уровень мотивации к постоянным занятиям физической культурой и спортом среди населения. Занятия физической культурой и спортом оценены в 5,2 балла (последнее место в списке приоритетов у граждан страны) против

такой социально-экономической ценности, как «Здоровье», которое население оценивает в 9,5 баллов. Исходя из этих данных, можно предположить, что в последующее пятилетие увеличение численности систематически занимающихся не превысит ранее существовавших темпов роста и, скорее всего, замедлится, так как для этого существуют объективные причины, связанные не только с низким уровнем мотивации к систематическим занятиям, но и со снижением численности населения в стране.

Зачастую многие люди не могут посещать физкультурно-спортивные сооружения и занятия физической культурой и спортом, ссылаясь на различные причины. По данным проведенного исследования жителей г. Гомеля, основными факторами, ограничивающими возможность занятий физкультурой и спортом, являются:

- 1) недостаток свободного времени – 65,3% опрошенных;
- 2) недостаток требуемых денежных средств – 16,5% опрошенных;
- 3) нет компании для совместного посещения, а мешает собственная лень – 14,9% опрошенных;
- 4) неудобное месторасположение мест для занятий – 12,4% опрошенных;
- 5) не нуждаюсь в занятиях ФКиС – 3,9% опрошенных;
- 6) нет объективных препятствий – 3,7% опрошенных;
- 7) проблемы со здоровьем – 1% опрошенных;

Как видно из приведенных результатов опроса гомельчан, основной причиной, препятствующей регулярным занятиям физической культурой и спортом, является недостаток свободного времени (более 65% опрошенных) и недостаток требуемых денежных средств (более 16% опрошенных).

Важнейшая роль в развитии физической культуры и спорта в стране принадлежит специализированным учебно-спортивным учреждениям. В последние годы отмечается постоянный прирост учреждений, готовящих спортсменов среднего и высшего звена (СДЮСШОР и ЦОР). Эта положительная тенденция оказывает стимулирующее воздействие на детско-юношеские спортивные школы, подталкивая их не только к количественному, но прежде всего к качественному уровню отбора и подготовки юных атлетов, которых необходимо будет передать в будущей перспективе в следующее звено. Кроме этого, видно, что в стране растет и развивается массовый спорт, который закладывает юным гражданам страны патриотизм и важные составляющие здорового образа жизни, которые пригодятся в трудовой и повседневной жизни людей, формируя у них высокие идеалы и твердую гражданскую позицию.

Достаточно серьезной проблемой представляется также отсутствие в настоящее время целенаправленной, долгосрочной подготовки специалистов в области физического воспитания и спорта непосредственно по выбранной специальности.

Вместе с тем, нельзя не отметить, что сам процесс подготовки кадров в области физического воспитания в целом отвечает современным требованиям. Сложившиеся за многие десятилетия традиции и методики обучения еще позволяют готовить конкурентоспособных специалистов по физическому воспитанию во многих вузах страны. Однако очевидна тенденция к ослаблению данного процесса, связанная как с объективными причинами (старение высококлассных преподавательских кадров высшей квалификации, отсутствие серьезной финансовой поддержки материально-технического обеспечения учебного процесса и т.п.), так и с конкретными субъективными (нежелание, а в большинстве случаев и неумение, перестройки учебного процесса в соответствии с реалиями и потребностями современной жизни).

Литература, используемая при написании теоретического раздела

1. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте: настольная книга тренера: учебник: в 2 т. / В.Н. Платонов. – Москва: ПРИНТЛЕТО, 2021. – Т. 2. – 608 с.
2. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
3. Столяров, В.И. Теория и практика гуманистического спортивного движения в современном обществе (критический анализ состояния и новыеконцепции) / В.И. Столяров. Том Часть IV. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство "КноРус"», 2019. – 238 с.
4. Столяров, В.И. Теория и практика гуманистического спортивного движения в современном обществе (критический анализ состояния и новые концепции) / В.И. Столяров. Том Часть I. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Русайнс», 2018. – 164 с.
5. Столяров, В.И. Философия физкультурно-спортивной деятельности и телесности человека (история, современное состояние, авторская концепция) / В.И. Столяров. – Москва: Русайнс, 2018. – 266 с.
6. Столяров, В.К. дискуссии о понятии спорт и его современном значении / В.К. Столяров // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – № 3. – С. 75–81.
7. Столяров, В.И. Концептуальные основания системы современного спорта в стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2030 г // Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 24. – № 3. – С. 13–32.
8. Кузьмина, Л.И. Современные проблемы физической культуры и спорта / Л.И. Кузьмина. – Минск: БГПУ имени Максима Танка, 2020. – 156 с.
9. Тишутин, Н.А. Вегетативный баланс в оценке функционального состояния организма: монография / Н.А. Тишутин, Э.С. Питкевич, Т.Ю. Крестьянинова. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2022. – 178 с.
10. Марков, К.К. Современные направления совершенствования методик обучения двигательным действиям в спорте / К.К. Марков, О.О. Николаева // Фундаментальные исследования. – 2012. – № 6-1. – С. 34–38.
11. Врублевский, Е.П. Технология индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов: теоретико-методические аспекты / Е.П. Врублевский [и др.]; М-во образования Республики Беларусь, Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. – 223 с.
12. Курочкина, Н.Е. Значимость спорта в современном мире (для экономики и общества в целом) / Н.Е. Курочкина, Н.А. Исаева // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2020. – № 5-3. – С. 213–215.
13. Романова, М.И. Социально-экономические проблемы при занятиях физической культурой и спортом / М.И. Романова, В.В. Вольский // Теоретические и практические аспекты развития современной науки: теория, методология, практика: Сборник научных статей по материалам IX Международной научно-практической конференции, Уфа, 29 ноября 2022 года. Том Часть 2. – Уфа: Общество с ограниченной ответственностью «Научно-издательский центр "Вестник науки"», 2022. – С. 167–171.
14. Диденко, О.В. Проблемы спортивного бизнеса / О.В. Диденко // Проблемы развития экономики предприятия: взгляд молодости: Материалы X Международной студенческой научной конференции (м. Харьков, 2017 год). – Харьков, 2017. – С. 317–319.
15. Шинкарук, О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О.А. Шинкарук. – К.: Олимп. лит., 2011. – 360 с.

16. Безгребальный, А.В. Методика спортивной ориентации и отбора в кикбоксинге на этапе начальной спортивной подготовки в возрасте 6–10 лет / А.В. Безгребальный // Выпускная квалификационная работа. – Екатеринбург, 2022. – 45 с.
17. Курганова, Е.В. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом, его содержание / Е.В. Курганова, Е.М. Милосердова // Актуальные исследования. – 2023. – № 22(152). – С. 69–71.
18. Пономарев, А.Е. Актуальные проблемы мониторинга функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом / А.Е. Пономарев, И.А. Пономарева // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2019. – № 5. – С. 40–47.
19. Давыдов, В.Ю. Спортивная антропология как научное направление: аналитический взгляд на проблему / В.Ю. Давыдов // Здоровье для всех. – 2022. – № 1. – С. 35–51.
20. Гаврилова, Е.А. Внезапная сердечная смерть в спорте. Современные представления / Е.А. Гаврилова [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 5. – С. 76–78.
21. Матвиенко, А.И. Практико-ориентированное развитие кадрового потенциала сферы профессионального спорта / А.И. Матвиенко // Инновационные подходы в образовательном процессе высшей школы: национальный и международный аспекты: сборник статей международной научно-практической конференции, посвященной 50-летию Полоцкого государственного университета, Новополоцк, 08–09 февраля 2018 года. – Новополоцк: Учреждение образования «Полоцкий государственный университет», 2018. – С. 416–420.

ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Тема. Система знаний в спортивной науке, ее структура

Вопросы для рассмотрения:

1. Современное понятие «спорт».
2. Особенности современного спорта.
3. Социокультурное значение современного спорта.
4. Спортивная наука.
5. Характеристика и соотношение спортивной и физической культур.
6. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютич]. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – 194
3. Столяров, В.К. дискуссии о понятии спорт и его современном значении / В.К. Столяров // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – №. 3. – С. 75–81.
4. Кузьмина, Л.И. Современные проблемы физической культуры и спорта / Л.И. Кузьмина. – Минск: БГПУ имени Максима Танка, 2020. – 156 с.

Подготовить задание.

1. Подготовить презентацию на тему:

– как соотносятся понятия спорт и здоровье?

2. Подготовить реферат на тему:

- общие тенденции развития науки в современный период и их проявление в спортивной сфере;
- эволюционный, системный и синергетический подходы как ведущие направления научной методологии и новые виды интеграции наук, изучающих спорт на современном этапе;
- концепция конверсии высоких технологий спортивной подготовки и организации спортивной деятельности в теорию и практику физического воспитания и «спорта для всех».

Тема. Концептуальные представления о тенденциях развития сферы физической культуры и спорта

Вопросы для рассмотрения:

1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии.
2. Место спорта в пространстве современной физической культуры.
3. Дифференциация различных моделей современного спорта.
4. Спортизация физического воспитания.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютнич]. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – 194 с.
3. Столяров, В.К. дискуссии о понятии спорт и его современном значении / В.К. Столяров // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – №. 3. – С. 75–81.
4. Кузьмина, Л.И. Современные проблемы физической культуры и спорта / Л.И. Кузьмина. – Минск: БГПУ имени Максима Танка, 2020. – 156 с.
5. Уфимцева, М.А. Место и роль физической культуры и спорта в жизни современного человека / М.А. Уфимцева // Научный лидер. – 2022. – № 51(96). URL: <https://scilead.ru/article/3570-mesto-i-rol-fizicheskoj-kulturi-i-sporta-v-zh>
6. Столяров В.И. Концептуальные основания системы современного спорта в стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2030 г // Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 24. – №. 3. – С. 13–32.

Подготовить задание.

1. Подготовить реферат на тему:

- кинезиологический подход как методологическая основа спортизации физического воспитания;
- критический взгляд на модели современного спорта;
- спорт как социокультурный феномен.

Тема. Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания

Вопросы для рассмотрения:

1. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания.
2. Концепция развития системы общего непрерывного образования в области физической культуры в Республике Беларусь.
3. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютнич]. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – 194 с.
3. Кузьмина, Л.И. Современные проблемы физической культуры и спорта / Л.И. Кузьмина. – Минск: БГПУ имени Максима Танка, 2020. – 156 с.

Подготовить задание.

1. Подготовить презентацию на тему:

– система физического воспитания в Республике Беларусь.

2. Подготовить реферат на тему:

– проблемы совершенствования программно-нормативных основ системы физического воспитания;
– анализ концепции развития системы непрерывного образования в области физической культуры.

Тема. Проблема учета индивидуальных особенностей спортсмена при планировании и организации учебно-тренировочного процесса

Вопросы для рассмотрения:

1. Понятие индивидуальности человека.
2. Реализация принципа индивидуализации в теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки.
3. Характеристика основных направлений индивидуализации подготовки спортсменов.
4. Учет наиболее значимых факторов при реализации основных направлений индивидуализации подготовки.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.

2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютнич]. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – 194 с.

3. Врублевский, Е.П. Технология индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов: теоретико-методические аспекты / Е.П. Врублевский [и др.]; М-во образования Республики Беларусь, Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. – 223 с.

Подготовить задание.

1. Подготовить презентацию на тему:

– индивидуальные особенности человека;
– учет индивидуальных особенностей спортсмена при планировании тренировочного процесса

2. Подготовить реферат на тему:

– роль принципа индивидуализации в современном спорте высших достижений;
– индивидуализация системы соревновательной деятельности и соревновательной практики;
– индивидуализация внутренировочных воздействий;
– концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.

Тема. Социально-экономические проблемы современного спорта

Вопросы для рассмотрения:

1. Социальные проблемы, определяющие кризисную ситуацию в развитии спорта высших достижений.

2. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности.

3. Проблемы спортивного бизнеса.

4. Экономическая значимость спорта в современном мире.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.

2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютич]. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – 194 с.

3. Курочкина, Н.Е. Значимость спорта в современном мире (для экономики и общества в целом) / Н.Е. Курочкина, Н.А. Исаева // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2020. – №. 5–3. – С. 213–215.

4. Романова, М.И. Социально-экономические проблемы при занятиях физической культурой и спортом / М.И. Романова, В.В. Вольский // Теоретические и практические аспекты развития современной науки: теория, методология, практика: Сборник научных статей по материалам IX Международной научно-практической конференции, Уфа, 29 ноября 2022 года. Том Часть 2. – Уфа: Общество с ограниченной ответственностью «Научно-издательский центр "Вестник науки"», 2022. – С. 167–171.

5. Диденко, О.В. Проблемы спортивного бизнеса / О.В. Диденко // Проблемы развития экономики предприятия: взгляд молодости: Материалы X Международной студенческой научной конференции (м. Харьков, 2017 год). – Харьков, 2017. – С. 317–319.

Подготовить задание.

1. Подготовить презентацию на тему:

– междисциплинарный подход к решению актуальных задач современного спорта.

2. Подготовить реферат на тему:

– проблематика интеграции спортивной и физической культур в контексте развития современных практик физического воспитания;

– спорт как социальное явление и современные мировые тенденции развития спорта высших достижений;

– анализ научной проблематики исследований в сфере спорта.

3. Предложить комплекс мер по решению одной из проблем современного спорта:

– предложить комплекс мер по повышению заинтересованности населения страны к занятиям любительским спортом.

Тема. Проблемы отбора и ориентации в спорте

Вопросы для рассмотрения:

1. Характеристика понятий «спортивный отбор» и «спортивная ориентация».

2. Отбор и ориентация спортсменов как составляющая эффективного управления многолетней подготовкой спортсменов.

3. Наследственность и факторы, определяющие спортивную пригодность.
4. Использование модельных характеристик в процессе отбора и ориентации.
5. Проблемы спортивного отбора.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютин]. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – 194 с.
3. Шинкарук, О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О.А. Шинкарук. – К.: Олимп. лит., 2011. – 360 с.
4. Безгребальный, А.В. Методика спортивной ориентации и отбора в кикбоксинге на этапе начальной спортивной подготовки в возрасте 6–10 лет / А.В. Безгребальный // Выпускная квалификационная работа. – Екатеринбург, 2022. – 45 с.

Подготовить задание.

1. *Подготовить презентацию на тему:*
– проблема отбора перспективных детей.
2. *Подготовить реферат на тему:*
– проблематика интеграции спортивной и физической культур в контексте развития современных практик физического воспитания;
– проблема отбора в детско-юношеских спортивных школах;
– современные теоретико-методологические основы совершенствования системы подготовки спортсменов в спорте высших достижений;
– соотношение понятий «спортивный отбор» и «спортивная ориентация».
3. *Предложить комплекс мер по решению одной из проблем современного спорта:*
– охарактеризовать возможный вариант модернизации системы спортивного отбора и ориентации.

Тема. Проблема контроля за функциональным состоянием организма спортсменов

Вопросы для рассмотрения:

1. Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в спорте.
2. Проблема выбора методов исследования функционального состояния организма спортсменов.
3. Проблема несоответствия и «ложного учета» паспортного, а не биологического возраста.
4. Проблема внезапной смертности в спорте.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
2. Курганова, Е.В. Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физической культурой и спортом, его содержание / Е.В. Курганова, Е.М. Милосердова // Актуальные исследования. – 2023. – № 22(152). – С. 69–71.
3. Пономарев А.Е., Пономарева И.А. Актуальные проблемы мониторинга функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2019. – № 5. – С. 40–47.
4. Давыдов В. Ю. Спортивная антропология как научное направление: аналитический взгляд на проблему // Здоровье для всех. – 2022. – № 1. – С. 35–51.
5. Гаврилова, Е.А. Внезапная сердечная смерть в спорте. Современные представления / Е. А. Гаврилова [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 5. – С. 76–78.

Подготовить задание.

1. Подготовить реферат на тему:

- проблема внедрения современных средств оперативного и текущего контроля в спортивную практику;
- проблема внезапной смертности в различных видах спорта;
- современный взгляд на цикловое планирование многолетней спортивной подготовки.

2. Предложить комплекс мер по решению одной из проблем современного спорта:

- описать наиболее оптимальный вариант внедрения и использования в учебно-тренировочном процессе методик оперативного и текущего контроля за функциональным состоянием организма.

Тема. Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта

Вопросы для рассмотрения:

1. Прогнозы развития спорта высших достижений.
2. Проблемы дальнейшего развития современного спорта.
3. Тенденции развития спортивных достижений.
4. Профессионализация современного спорта.
5. Практико-ориентированное развитие кадрового потенциала сферы профессионального спорта.
6. Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта высших достижений в Республике Беларусь.

Литература для подготовки:

1. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В.А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
2. Новицкий, П.И. Теория спорта: курс лекций / [сост.: П.И. Новицкий, А.А. Синютнич]. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2019. – 194 с.
3. Матвиенко, А.И. Практико-ориентированное развитие кадрового потенциала сферы профессионального спорта / А.И. Матвиенко // Инновационные подходы в образовательном процессе высшей школы: национальный и международный аспекты: сборник статей международной научно-практической конференции, посвященной 50-летию Полоцкого государственного университета, Новополоцк, 08–09 февраля 2018 года. – Новополоцк: Учреждение образования «Полоцкий государственный университет», 2018. – С. 416–420.
4. Кузьмина, Л.И. Современные проблемы физической культуры и спорта / Л.И. Кузьмина. – Минск: БГПУ имени Максима Танка, 2020. – 156 с.

Подготовить задание.

1. Подготовить реферат на тему:

- анализ научной проблематики исследований в сфере спорта;
- современные теоретико-методологические основы совершенствования системы подготовки спортсменов в спорте высших достижений;
- профессионализация современного спорта как путь для достижения высоких спортивных результатов.

2. Предложить комплекс мер по решению одной из проблем современного спорта:

- дать характеристику возможным путям решения проблемы соотношения двигательного навыка и уровня развития физических способностей.

РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Перечень вопросов к зачету

1. Современное понятие «спорт».
2. Особенности современного спорта.
3. Социокультурное значение современного спорта.
4. Характеристика и соотношение спортивной и физической культур.
5. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания.
6. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии.
7. Место спорта в пространстве современной физической культуры.
8. Дифференциация различных моделей современного спорта.
9. Спортизация физического воспитания.
10. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания.
11. Концепция развития системы общего непрерывного образования в области физической культуры в Республике Беларусь.
12. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания.
13. Современная теория обучения двигательным действиям. Особенности этапов обучения двигательным действиям.
14. Значение работ Бернштейна Н.А., Ухтомского А.А. в теории обучения двигательным умениям и навыкам.
15. Методические подходы, способствующие стабилизации, динамичности и вариативности двигательных умений и навыков.
16. Современные направления совершенствования методик обучения двигательным действиям в спорте.
17. Проблема соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств.
18. Реализация принципа индивидуализации в теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки.
19. Характеристика основных направлений индивидуализации подготовки спортсменов.
20. Социальные проблемы, определяющие кризисную ситуацию в развитии спорта высших достижений.
21. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности.
22. Проблемы спортивного бизнеса.
23. Экономическая значимость спорта в современном мире.

24. Характеристика понятий «спортивный отбор» и «спортивная ориентация».
25. Отбор и ориентация спортсменов как составляющая эффективного управления многолетней подготовкой спортсменов.
26. Наследственность и факторы, определяющие спортивную пригодность.
27. Использование модельных характеристик в процессе отбора и ориентации.
28. Проблемы спортивного отбора.
29. Содержание и организация врачебно-педагогического контроля в спорте.
30. Проблема выбора методов исследования функционального состояния организма спортсменов.
31. Проблема несоответствия и «ложного учета» паспортного, а не биологического возраста.
32. Проблема внезапной смертности в спорте.
33. Прогнозы развития спорта высших достижений.
34. Проблемы дальнейшего развития современного спорта.
35. Тенденции развития спортивных достижений.
36. Профессионализация современного спорта.
37. Практико-ориентированное развитие кадрового потенциала сферы профессионального спорта.
38. Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта высших достижений в Республике Беларусь.

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Учебно-методическая карта учебной дисциплины

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов					Количество часов УСР	Форма контроля
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Иное		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
3 курс, 6 семестр								
МОДУЛЬ 1 ВВЕДЕНИЕ В УЧЕБНУЮ ДИСЦИПЛИНУ «АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА»								
1.	Система знаний в спортивной науке, ее структура	2	2					устный опрос, собеседование
2.	Концептуальные представления о тенденциях развития сферы физической культуры и спорта	2	2					устный опрос, собеседование
4.	Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания	2	2					устный опрос, собеседование
6.	Форма текущей аттестации по модулю Письменное или устное тестирование							
МОДУЛЬ 2 ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА								
7.	Дидактическая проблематика в сфере спорта	2						Конспект
8.	Проблема учета индивидуальных особенностей спортсмена при планировании и организации учебно-тренировочного процесса	2	2					устный опрос, собеседование
9.	Социально-экономические проблемы современного спорта	2	2					устный опрос, собеседование
10.	Проблемы отбора и ориентации в спорте	2	2					устный опрос, собеседование
12.	Проблема контроля за функциональным состоянием организма спортсменов	2	2					устный опрос, собеседование
13.	Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта	2	2					устный опрос, собеседование
14.	Форма текущей аттестации по модулю Письменное или устное тестирование							
Зачет								

Литература

Основная

1. Минина, Н.В. Научно-исследовательская работа в физической культуре и спорте: учеб.-метод. пособие / Н.В. Минина; М-во образования Республики Беларусь, Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова», Каф. теории и методики физической культуры и спортивной медицины. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2020. – 50 с.

Дополнительная

2. Долматова, Т.В. Научное обеспечение спорта за рубежом: анализ деятельности организаций в области спортивной науки: монография / Т.В. Долматова [и др.]; под общ. ред. Т.В. Долматовой; М-во спорта Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный научный центр физической культуры и спорта (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК)». – Москва: [б.и.], 2021. – 294 с.

3. Государственное управление в сфере спорта высших достижений за рубежом: монография / Т.В. Долматова [и др.]; под общ. ред. Т.В. Долматовой; М-во спорта Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» (ФГБУ ФНЦ ВНИИФК). – Москва: [б. и.], 2021. – 829 с.

4. Ильин, Е.П. Психология спорта. – Санкт-Петербург [и др.], 2012. – 352 с.

5. Психология спорта: хрестоматия / сост.-ред. А.Е. Тарас. – Минск: Харвест, 2007. – 351 с.

6. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по спец. «Физическая культура» / общ. ред. О.П. Панфилова. – Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2010. – 389 с.

7. Теория и методика физической культуры: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений, осущ. образоват. деятельность по напр. 521900 «Физ. культура» и спец. 022300 – «Физ. культура и спорт» / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.

8. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по напр. подгот. «Педагогическое образование». – 12-е изд., испр. – Москва: Академия, 2014. – 480 с.

9. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования. – Москва: Академия, 2012. – 416 с.

10. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высш. физкультурного образования. – Изд. 4-е, испр. и доп. – Санкт-Петербург [и др.]: Лань, 2005. – 378 с.

11. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте: настольная книга тренера: учебник: в 2 т. / В.Н. Платонов. – Москва: ПРИНТЛЕТО, 2021. – Т. 2. – 608 с.
12. Талай, В.А. Современные проблемы физической культуры: курс лекций / сост.: В. А. Талай, Л.А. Королик. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – 108 с.
13. Столяров, В.И. Теория и практика гуманистического спортивного движения в современном обществе (критический анализ состояния и новые концепции) / В.И. Столяров. Том Часть IV. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство “КноРус”», 2019. – 238 с.
14. Столяров, В.И. Теория и практика гуманистического спортивного движения в современном обществе (критический анализ состояния и новые концепции) / В.И. Столяров. Том Часть I. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Русайнс», 2018. – 164 с.
15. Столяров, В.И. Философия физкультурно-спортивной деятельности и телесности человека (история, современное состояние, авторская концепция) / В.И. Столяров. – Москва: Русайнс, 2018. – 266 с.
16. Столяров, В.К. К дискуссии о понятии спорт и его современном значении / В.К. Столяров // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – №. 3. – С. 75–81.
17. Столяров В.И. Концептуальные основания системы современного спорта в стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2030 г // Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 24. – №. 3. – С. 13–32.
18. Кузьмина, Л.И. Современные проблемы физической культуры и спорта / Л.И. Кузьмина. – Минск: БГПУ имени Максима Танка, 2020. – 156 с.
19. Тишутин, Н.А. Вегетативный баланс в оценке функционального состояния организма: монография / Н.А. Тишутин, Э.С. Питкевич, Т.Ю. Крестьянинова. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2022. – 178 с.
20. Марков, К.К. Современные направления совершенствования методик обучения двигательным действиям в спорте / К.К. Марков, О.О. Николаева // Фундаментальные исследования. – 2012. – № 6-1. – С. 34–38.
21. Врублевский, Е.П. Технология индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов: теоретико-методические аспекты / Е.П. Врублевский [и др.]; М-во образования Республики Беларусь, Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. – 223 с.

Учебное издание

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА
ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ
1-88 02 01 СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
(ПО НАПРАВЛЕНИЯМ)**

Учебно-методический комплекс по учебной дисциплине

Составитель

ТИШУТИН Николай Алексеевич

Технический редактор

Г.В. Разбоева

Компьютерный дизайн

Л.В. Рудницкая

Подписано в печать 25.03.2025. Формат 60x84 ¹/₁₆. Бумага офсетная.

Усл. печ. л. 5,12. Уч.-изд. л. 6,88. Тираж 35 экз. Заказ 30.

Издатель и полиграфическое исполнение – учреждение образования
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

Свидетельство о государственной регистрации в качестве издателя,
изготовителя, распространителя печатных изданий

№ 1/255 от 31.03.2014.

Отпечатано на ризографе учреждения образования
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

210038, г. Витебск, Московский проспект, 33.