

МЕЖВУЗОВСКИЙ центр подготовки

Спортсменов Высокого Уровня

Раевский Р.Т., Петелкаки В.Ф.

Одесский национальный
политехнический университет,
г. Одесса, Украина

Аннотация

Раевский Р.Т., Петелкаки В.Ф. Межвузовский центр подготовки спортсменов высокого уровня.

Приведена действенная модель Центра подготовки спортсменов международного класса.

В исследовании использован опыт создания таких Центров на базе крупных технических вузов Украины.

Установлено, что функционирование Центра эффективно способствует высоким спортивным достижениям на международной арене.

Ключевые слова

университет, центр, студенты, спорт, подготовка, инновации, достижения.

Анотація.

Раєвський Р.Т., Петелкакі В.Ф. Міжвузівський центр підготовки спортсменів високого рівня.

Наведена дієва модель Центру підготовки спортсменів високого рівня.

У дослідженні використано досвід створення таких Центрів на базі великих технічних ВНЗ України.

Встановлено, що функціонування Центру ефективно сприяє високим спортивним досягненням на міжнародній арені.

Ключові слова

університет, центр, студенти, спорт, підготовка, інновації, досягнення.

Annotation

rayevsky r.t., petelkaki v.f. university center for preparation of high level sportsmen.

effective model of the center for preparation of international level sportsmen/

the experience of organizing the same centers on the basis of large technical institutions of ukraine is used in the research.

it is determined that the operation of the center effectively encourages high sport achievements on the international arena.

Key words:

University, Center, students, sport, preparation, innovations, achievements.

Введение. Современный этап развития спорта, ориентированного на высокие достижения, требует внедрения эффективных инновационных форм организации спортивной подготовки.

К числу таких форм, как показывает опыт олимпийского движения Америки, России, Украины, Белоруссии, Эстонии и других стран, могут относиться университетские Центры подготовки спортсменов высокого уровня (УЦП СВУ).

Вместе с тем, опыт создания таких Центров не получил должного анализа, обобщения и освещения в спортивной литературе и в силу этого не нашел широкого применения в мировой практике и странах СНГ.

Цель нашей работы - и править этот недостаток и представить один из вариантов проекта (модели) УЦП СВК, который может послужить эталоном инновационной формы обеспечения

высоких спортивных достижений, востребованных с временным олимпийским спортом.

Один из первых успешных опытных образцов УЦП СВК был создан в Украине в 80-ые годы прошлого столетия по инициативе Министерства образования на базе политического института г. Одессы, одного из крупнейших востров страны, имеющего хорошую спортивную базу (спортивный стадион, закрытый плавательный бассейн, семь спортивных залов, медицинскую и научно-методическую лабораторию). Перед Центром ставились задачи - отбирать талантливых спортсменов из числа студентов вузов региона и создать им необходимые условия для достижения высоких спортивных результатов.

2 спортивные отделения: легкой атлетики, плавания, волейбола, ручного мяча, бокса, куда были отобраны для совершенствования своего спортивного мастерства немногим более 100 студентов-спортсменов старших спортивных разрядов из 10-ти вузов г. Одессы.

Иногородние студенты-спортсмены были поселены в отдельном блоке студенческого общежития в комнатах гостиничного типа по 2 человека.

К работе в Центре привлечена целая группа квалифицированных тренеров, которым была предоставлена возможность заниматься только учебно-тренировочным процессом.

Создание хороших условий для спортивной подготовки позволило резко интенсифицировать этот процесс, что уже через 2-3 года дало хорошие результаты.

Аналогичную организационную функциональную структуру имели Центры, параллельно созданные в городах Киеве, Донецке, Харькове.

Первые же годы функционирования Центров показали их эффективность.

Их воспитанники стали успешно выступать на спортивных аренах страны и мира.

Опыт работы университетских Центров подготовки спортсменов высокого уровня на Украине позволяет представить следующую обобщенную модель УЦП СВУ (рис. 1).

Центр организуется под патронатом Министерства образования по проекту и на базе крупного университета, имеющего современную спортивную базу, и выполняет две основные задачи:

1) отбора и привлечения талантливой в спортивном отношении молодежи к занятиям спортом высших достижений на современном уровне;

2) создание самых благоприятных условий, направленных на то, чтобы показать высокие спортивные результаты без отрыва от учебы и приобретения профессии.

Рис. 1. Организационная структура университетского Центра подготовки спортсменов высокого уровня

Примечания: КНГ - комплексная научная группа,

МС - медицинская служба,

МБЛ - медико-биологическая лаборатория,

НМЛ - научно-методическая лаборатория,

РВЦ - реабилитационно-восстановительный центр.

Для руководства функционированием Центра создается попечительский совет, назначается его руковод-

итель из числа опытных спортивных менеджеров, хорошо разбирающихся в вопросах спортивной подготовки спортсменов высокого класса на уровне сборных команд страны, а при нем - тренерский совет, решающий вопросы постановки спортивной технологии.

Непосредственная подготовка спортсменов ведется в спортивных отделениях.

Спортивные отделения организуются в целях обеспечения высокой спортивной мотивации студентов по популярным среди студенческой молодежи видам спорта. В большинстве случаев сегодня - это легкая атлетика, плавание, спортивные игры (баскетбол, волейбол, ручной мяч), единоборства (борьба, бокс, фехтование).

Работу отделений обеспечивают: медицинская служба, реабилитационно-восстановительный центр, специализированные медико-биологическая и научно-методическая лаборатории, комплексная научная группа (КНГ), бытовая служба, отдел менеджмента (см. рис. 1), который занимается вопросами укомплек-

вания спортивных отделений, кадровым, материально-техническим, финансовым обеспечением работы Центра, организацией участия спортсменов в соревнованиях и обеспечением их быта, питания, сочетания тренировок с учебной работой в вузах.

Работа спортивных отделений начинается с их упорядочивания.

Оно должно проводиться на основе современных критериев спортивного отбора и с учетом специфики студенческого контингента, поступившего в университет не только тренироваться, но и получить профессию.

В связи с этим при отборе студентов-спортсменов в отделения Центра учитываются их :

- 1- состояние здоровья;
- 2- высокая спортивная мотивация;
- 3 - предварительная спортивно-техническая и специальная физическая подготовленность;
- 4- соответствие морфотипа требованиям избранного вида спорта;
- 5- спортивные способности;

6- функциональные и интеллектуальные возможности организма;

7- общая физическая работоспособность;

8- благоприятная динамика спортивных результатов;

9- психологическая надежность;

10- профессиональная мотивация.

Учебно-тренировочный процесс в спортивных отделениях основывается на современной концепции и интенсификации спортивной подготовки. В настоящее время этот процесс предусматривает в годичном цикле подготовки общеподготовительный, специально подготовительный, соревновательный и переходный период.

Главный этап в такой схеме - это период ответственных соревнований, в том числе за сборные команды страны. Он включает до 50 стартов, в процессе которых и происходит, на наш взгляд, становление спортсмена высокого класса.

Современная реализация спортивной подготовки в Центре, предусматривающая

для достижения высоких результатов большие, часто предельные тренировочные и соревновательные нагрузки, требует обязательного параллельного осуществления эффективной системы послерабочего восстановления.

Она включает комплекс педагогических, медико-биологических и психологических средств.

Тенденция современного спорта при его сверхнагрузках – увлечение медико-биологическими, особенно медикаментозными средствами, которое далеко не безопасно для растущего организма.

Наша концепция послерабочего восстановления спортивной работоспособности студентов-спортсменов предполагает широкое применение педагогических и психологических восстановительных средств и применение только отдельных элементов медико-биологических средств, безопасных для молодежи. Этой точки зрения придерживаются также, по данным опроса, до 60 % тренеров, работающих в студенческом спорте.

Наш многолетний опыт работы с высококвалифицированными студентами-спортсменами показывает, что хороший восстановительный эффект может приносить следующая система глобальных и локальных восстановительных мероприятий:

- 1-** рациональное планирование тренировки;
- 2-** оптимальное сочетание общих и специальных средств;
- 3-** оптимальное построение тренировочных и соревновательных микро-, мезо- и макроциклов;
- 4-** волнообразность и вариативность нагрузки;
- 5-** широкое использование переключений, неспецифических физических нагрузок;
- 6-** правильное сочетание работы и отдыха;
- 7-** введение специальных восстановительных циклов.

Эффективному восстановлению содействует также правильное построение отдельного тренировочного занятия с использованием восстановительных средств для

снятия утомления, а именно:

1- полноценная индивидуальная разминка и полноценная заключительная часть занятия;

2- правильный выбор места тренировки, отвечающего всем необходимым санитарно-гигиеническим требованиям;

3- введение специальных упражнений для активного отдыха и расслабления;

4- создание положительного эмоционального фона.

Целесообразны также определенные медико-биологические мероприятия:

1) оперативная информация о текущем функциональном состоянии;

2) рациональное питание с использованием продуктов повышенной биологической активности;

3) бальнеологические процедуры (сауна, массажи и др.).

Наша практика подготовки студентов-спортсменов показывает большую ценность психологических средств во становления:

1) аутогенной тренировки и ее модификаций;

2) простейших приемов психорегуляции психических напряжений;

3) восстановление цветом, музыкой и т.п.

Исключительно важное значение для обеспечения успешной работы спортивных отделений Центра имеет квалификация и профессионализм преподавателей-тренеров и их личные качества.

Показательно, каким видят своего преподавателя-тренера студенты-спортсмены в процессе их личного опроса.

На первое место студенты ставят глубокие знания в области спорта; на второе - преданность своей работе; на третье - высокую требовательность к своим ученикам, высокие моральные и нравственные качества; на четвертое - постоянное стремление к самосовершенствованию, анализу, творческому росту, высокий общий интеллектуальный уровень; на пятое место - стремление вникать в ст -

денческие нужды, умение содействовать материал - ному обеспечению и учебе в вузе и на последнее место - высокие личные достиж - ния в спорте.

От себя добавим, что успех преподавателя-тренера в - сокого уровня зависит та - же от того, насколько он сосредоточен на тренир - вочном процессе своих п - допечных. Если он отвлек - ется на другие виды работ, вменяемые в обязанность преподавателям в вузе, то эффективность его работы в должности тренера пр - блематична.

Наш анализ показывает большую перспективность создания университетских центров подготовки спо - тсменов высокого уровня в рамках мирового олимпи - ского движения. Она осн - вывается на следующих а - гументах.

Крупные университеты сегодня имеют совреме - ную научную и спортивную базу, возможность прин - мать на учебу талантливых спортсменов, в том числе тех, кто желает не только добиться высоких спо -

тивных результатов, но и получить высшее обра - зование, содержать штат в - сококвалифицированных преподавателей-тренеров, поставить на современном уровне все аспекты спо - тивной подготовки.

Немаловажно и то, что в современных условиях р - ководство многих униве - ситетов заинтересованно относится к созданию таких Центров. Так как успешное выступление его воспита - ников на мировой арене служит эффективной р - кламой вузу и способствует привлечению для учебы в нем молодежи.

Эффективность пре - ставленной модели Центра подготовки спортсменов высокого уровня из числа студентов подтверждает - ся многолетней практикой функционирования его ан - лога на базе Одесского н - ционального политехнич - ского университета.

За 10 лет функционир - вания этого Центра его о - делениями (легкой атлет - ки, плавания, волейбола, ручного мяча, бокса) было подготовлено более 150 м -

стеров спорта междунаро - ного класса, чемпионов и призеров Всемирных ун - версиад, первенств Европы, мира, в том числе 10 чемп - онов и призеров Олимпи - ских игр.

Выводы и перспективы дальнейших исследований.

Проведенная нами раб - та позволяет сделать след - ющие выводы:

1) Современный этап п - становки спорта высших достижений нуждается в действенных формах спо - тивного совершенствования молодежи.

2) Университетские Це - тры подготовки спортсм - нов высокого уровня из числа студентов, как пок - зывает опыт Украины, я - ляются, безусловно, одной из таких форм.

3) Они позволяют ско - центрировать в них наиб - лее одаренных спортсменов из числа студентов и создать им все необходимые усл - вия для занятий спортом высших достижений с и - пользованием самых совр - менных технологий без о - рыва от учебы.

4) В перспективе следует всесторонне проанализир - вать эффективность созд - ния и функционирования предлагаемых университе - ских Центров с точки зрения влияния их на развитие ст - денческого спорта высших достижений, а также внедр - ния в них инновационных методов спортивной подг - товки. И на этой основе д - тально разработать типовую модель Центра, применимую для внедрения в странах с поставленным университе - ским образованием.

Авторская справка

Раевский Рэм Трофим - вич - доктор педагогических наук, профессор, руковод - тель проблемной лаборат - рии массовой физической культуры и спорта при Оде - ском национальном полите - ническом университете, р - дактор журнала «Актуальные проблемы профессионально - прикладной физической по - готовки».

Авторская справка

Петелкаки Владимир Ф - дорович - доцент, заведу - щий кафедрой физического воспитания и спорта Оде - ского национального пол - технического университета.