

Моделирование соревновательной деятельности как основа индивидуализации построения многолетней подготовки в легкоатлетическом многоборье (женщины)

Наталья Добрынская, Елена Козлова

АННОТАЦИЯ

Цель. Анализ тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки в легкоатлетическом многоборье.

Методы. Анализ научно-методической литературы и информации мировой сети Internet, протоколов соревнований, методы математической статистики.

Результаты. Исследования показали, что спортсменки, достигшие выдающихся результатов в легкоатлетическом семиборье, могут быть разделены на несколько самостоятельных групп: 1) достигающие высоких спортивных результатов преимущественно в легкоатлетических метаниях; 2) достигающие высоких спортивных результатов преимущественно в беговых видах программы; 3) достигающие высоких спортивных результатов в легкоатлетическом семиборье преимущественно в прыжках и в барьерном беге.

Заключение. Обобщённые модели могут использоваться для оптимизации процесса разносторонней подготовки, обеспечения должного баланса между достижениями в различных видах соревнований, включённых в программу легкоатлетического семиборья. Групповые — для индивидуализации процесса подготовки, включая разработку индивидуальных моделей соревновательной деятельности, ориентации спортсменок на становление составляющих подготовленности, к которым имеется явная предрасположенность, оптимизации процесса специальной подготовки.

Ключевые слова: модель, семиборье, соревновательная деятельность, многолетняя подготовка.

ABSTRACT

Objective. An analysis of training process on the stage of multiyear preparation in multiathlon.

Methods. Analysis of scientific and methodological literature and information from Internet, and competition protocols. Methods of mathematical statistics.

Results. The studies showed that female athletes who have reached outstanding results in heptathlon can be divided into several distinct groups each including representatives with related structure of competitive activity: 1) athletes, reaching high sports results in heptathlon mainly in throwing events; 2) athletes, reaching high sports results mainly in running events of heptathlon; 3) athletes, reaching high sports results in heptathlon mainly in jumping events and hurdles.

Conclusion. Generalized models can be used to optimize the process of comprehensive training and to ensure proper balance between achievements in various events included in heptathlon. Group ones are for the individualization of the training process including development of individual models of competitive activity, directing female athletes on development of clearly preferable components of the preparedness, streamlining of the process of special training.

Key words: model, heptathlon, competitive activity, multi-year training.

Постановка проблемы. Подготовка спортсменов высокого класса в современном спорте органически связана с моделированием — процессом разработки и использования различных типов моделей: отражающие структуру соревновательной деятельности спортсменов, различные стороны их подготовленности; морфофункциональные, отражающие строение тела спортсменов и возможности различных функциональных систем; относящиеся к различным элементам структуры тренировочного процесса — этапам многолетней подготовки, макро-, мезо- и микроциклам, тренировочным занятиям и их частям и др. [6].

Важнейшим элементом моделирования в современном спорте является моделирование соревновательной деятельности, ее количественная и качественная характеристика, обеспечивающая достижение заданных результатов. Ориентация на такие модели предопределяет содержание тренировочного процесса на различных этапах подготовки спортсмена.

При формировании моделей соревновательной деятельности ориентируются на значимые для достижений в конкретном виде соревнований характеристики, носящие относительно независимый характер. Например, в видах соревнований циклических видов спорта (плавание, гребля, беговые виды легкой атлетики) учитываются эффективность старта, стартового разгона, скорость преодоления различных участков дистанции, эффективность финиша, темп движений, в скоростно-силовых видах легкой атлетики — эффективность отталкивания, характеризующаяся скоростью вылета, углом вылета.

Иная ситуация в многоборьях, где моделирование соревновательной деятельности приобретает двухуровневый характер. На первом уровне — модели, отражающие результативность выступлений в различных видах соревнований, входящих в многоборье, на втором — модели соревновательной деятельности в каждом из видов.

Формирование объективных моделей, их использование в практике представляет большую сложность в связи с высоким влиянием на уровень достижений в современном спорте индивидуальности спортсменов, их природных задатков и способностей, сформированных в течение спортивной подготовки [6]. Атлеты, достигающие результатов мирового уровня, существенно отличаются друг от друга по антропометрическим показателям, структуре мышечной ткани, возможностям систем энергообеспечения, динамическим и кинематическим характеристикам спортивной техники. Это приводит к необходимости использования моделей различных типов — обобщённых, групповых и индивидуальных.

Обобщённые модели характеризуют соревновательную деятельность большой группы спортсменов и имеют усредненный характер. Их можно использовать в качестве основы для разносторонней специальной подготовки. Групповые модели отражают предрасположенность спортсменов к достижению высоких результатов за счёт преимущественного развития навыков и качеств, определяющих уровень проявления тех или иных сторон соревновательной деятельности. Они являются основой для формирования индивидуальных моделей соревновательной деятельности, по возможности в полной мере отражающих индивидуальность спортсмена и в то же время не выходящих за рамки требований и закономерностей конкретного вида спорта и вида соревнований [6].

Моделированию соревновательной деятельности в различных видах лёгкой атлетики в специальной литературе уделено достаточно большое внимание [3, 5, 12, 13, 15]. Однако явно недостаточными и отрывочными являются сведения, относящиеся к моделированию соревновательной деятельности в комплексных видах соревнований — десятиборье, семиборье и пятиборье, которые отличаются чрезвычайным разнообразием и сложностью требований к проявлению спортсменами специальной физической,

технической, тактической и психологической подготовленности [2, 8]. Спортсменам необходимо овладеть не только совершенной техникой бега, прыжков и метаний, но и достичь такого уровня физической подготовленности, который позволит в течение двух соревновательных дней (легкоатлетическое семиборье, десятиборье) показать высокие результаты в различных по кинематической и динамической структуре легкоатлетических упражнениях [10]. Они должны обладать целым комплексом казалось бы несовместимых двигательных качеств, характерных для спортсменов, специализирующихся в беге на короткие и средние дистанции, в легкоатлетических прыжках и метаниях [4]. Взаимное влияние видов, входящих в семиборье, их определенная соревновательная последовательность делают его уникальным видом легкой атлетики [9, 11], требующим особого подхода к построению тренировочного процесса на этапах многолетнего совершенствования [1, 14, 16]. В современных условиях специфика вида спорта резко снизила круг лиц, способных достичь высоких результатов, поэтому возникла острая проблема: как для этого ограниченного количества особо одаренных людей рационально строить тренировочный процесс, способствуя планомерному восхождению к вершинам спортивного мастерства и реализации их индивидуальных возможностей в соревновательной деятельности. К сожалению, сегодня этот процесс во многом является стихийным и часто основывается на интуиции тренера и самого спортсмена.

Цель исследования – совершенствование тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки в легкоатлетическом многоборье на основе моделирования соревновательной деятельности сильнейших спортсменов мира.

Исследование выполнено согласно Сводному плану научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг. по теме «Периодизация годичной и многолетней подготовки спортсменов» и «Теоретико-методические основы подготовки спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации (на материале легкой атлетики)».

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы и информации мировой сети Internet, календарей, протоколов соревнований, моделирование, методы математической статистики.

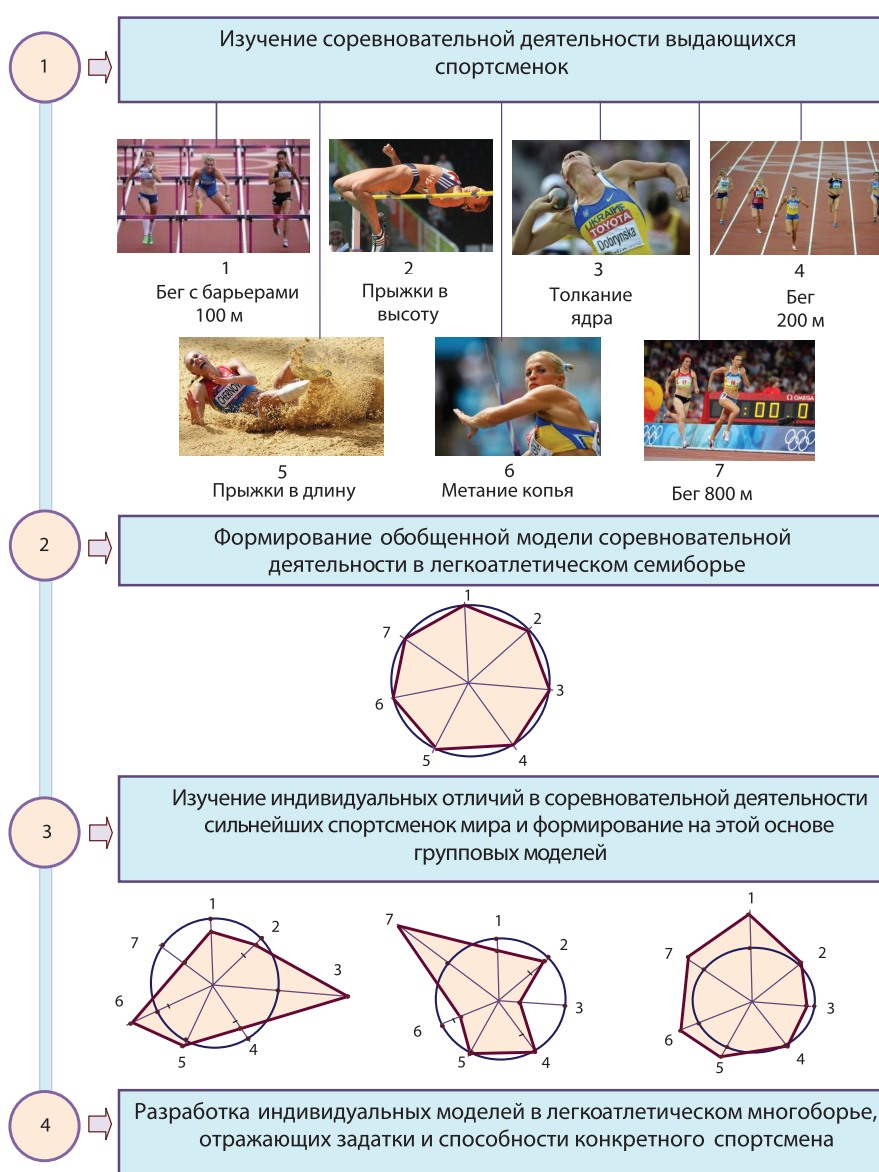


Рисунок 1 – Алгоритм проведения исследования соревновательной деятельности призеров Игр Олимпиад в легкоатлетическом семиборье

Результаты исследования и их обсуждение. В работе проанализирована соревновательная деятельность выдающихся спортсменов мира ($n=21$), специализирующихся в легкоатлетическом семиборье – обладателей золотых, серебрянных и бронзовых медалей Игр Олимпиад 1988–2012 гг. По причине несовершенства системы подсчета очков анализ соревновательной деятельности призеров Игр Олимпиад проводили по спортивным результатам в отдельных видах легкоатлетического семиборья.

На рисунке 1 представлен алгоритм проведения исследования соревновательной деятельности призеров Игр Олимпиад в легкоатлетическом семиборье.

Обобщенная модель соревновательной деятельности. Анализ соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации позволил сформировать обобщенную модель соревновательной деятельности в легкоатлетическом семиборье (рис. 2). Виды в модели распределены в зависимости от последовательности включения их в программу соревнований по дням:

1-й день – бег с барьерами 100 м, прыжки в высоту, толкание ядра, бег 200 м;

2-й день – прыжки в длину, метание копья, бег 800 м.

Установлено, что выход на уровень 6716 очков при реализации обобщенной модели обеспечивается следующими результатами:

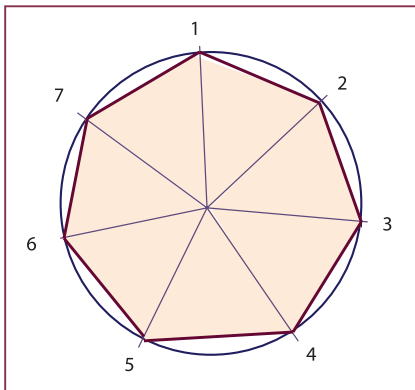


Рисунок 2 – Обобщенная модель соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации в легкоатлетическом семиборье

бег с барьерами 100 м – 13,28 с; прыжки в высоту – 1,84 м; толкание ядра – 14,64 м; бег 200 м – 23,80 с; прыжки в длину – 6,58 м; метание копья – 46,98 м; бег 800 м – 2:11,74 с. Усредненные результаты находятся в диапазоне от норматива мастера спорта до первого разряда. Обобщенная модель носит ориентирующий характер и отражает наиболее общие закономерности соревновательной деятельности в легкоатлетическом семиборье, однако не учитывает индивидуальных особенностей спортсменов, их предрасположенности к достижениям в различных видах соревнований, составляющих программу семиборья.

Индивидуальные отличия в соревновательной деятельности сильнейших спортсменов мира. Сопоставление индивидуальных данных выдающихся спортсменов с обобщенной моделью демонстрирует исключительно широкий диапазон колебаний (рис. 3). В отдельных видах соревнований те или иные спортсменки нередко показывают результаты, равные достижениям сильнейших атлетов мира, специализирующихся исключительно в одном из видов. Например, выдающаяся американская спортсменка Джеки Джойнер-Керси, выступая на Играх XXIV Олимпиады в Сеуле (1988), показала результат в прыжках в длину 7,27 м, что превысило усредненные показатели чемпионки Игр Олимпиад 1992–2012 гг. в прыжках в длину на 18 см и с обобщенной моделью в семиборье – на 69 см (рис. 4). В других видах (в беге на 800 м и метании копья) этой спортсменкой продемонстрированы результаты, соответствующие нормативу кандидата в мастера спорта, согласно классификационным нормам Украины. На этих

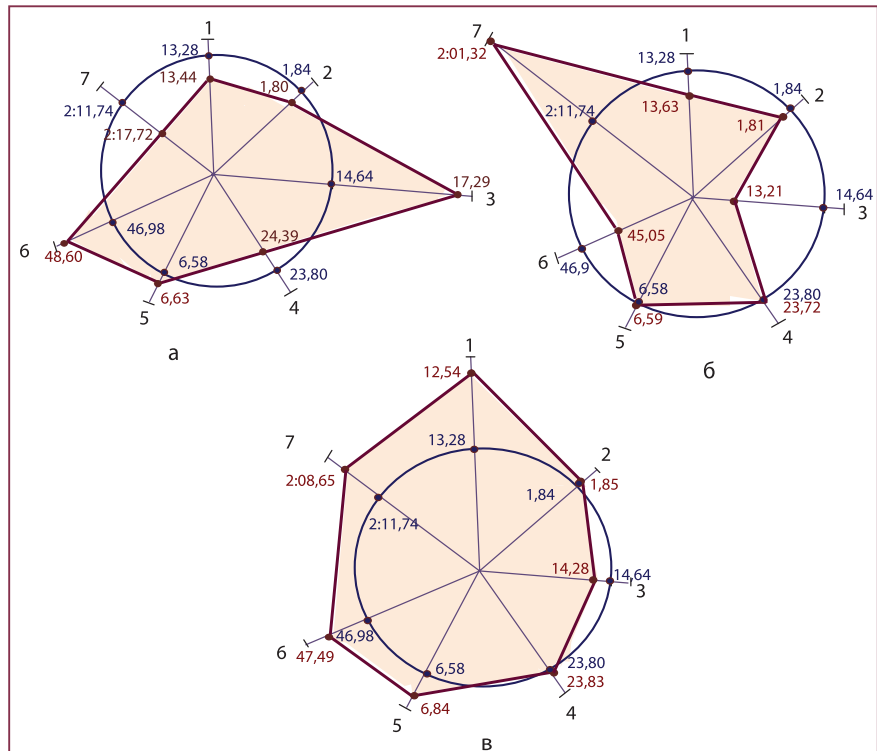


Рисунок 3 – Модельные и индивидуальные характеристики соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации: а – Н. Добрынская (Украина); б – Е. Прохорова (Россия); в – Д. Эннис (Великобритания)

же Играх она стала чемпионкой в прыжках в длину с феноменальным результатом – 7,40 м, опередив легендарную Хайке Дрекслер (ГДР) и рекордсменку мира Галину Чистякову (СССР) – 7,22 и 7,11 м соответственно. Тиа Хелебаут (Бельгия), специализирующаяся в легкоатлетическом многоборье, стала чемпионкой Игр XXIX Олимпиады в Пекине 2008 г. в прыжках в высоту.

Выдающиеся спортсменки практически идентичных результатов в соревнованиях достигают как за счет относительно равномерного уровня основных характеристик соревновательной деятельности, так и при резко выраженной диспропорции в развитии отдельных ее составляющих. Последнее является доминирующим для спортсменок такого уровня. Данные, приведенные на рисунке 3, наглядно демонстрируют диспропорцию и ярко выраженные индивидуальные пути достижения идентичных результатов: а) преимущественное индивидуальное достижение высоких спортивных результатов в легкоатлетических метаниях, особенно в толкании ядра, что на 15,3 % превышает обобщенные модельные данные, полученные при изучении соревновательной деятельности призеров Игр Олимпиад. В этом примере наблюдаем достаточно заурядные

возможности спортсменки по отношению к проявлению специальной выносливости, о чем свидетельствуют результаты в беге на 800 м; б) четко выражена противоположная ситуация по отношению к первому примеру – высокие результаты в беге на 800 м (2:01,32 с), при этом результаты в толкании ядра на 9,71 % ниже обобщенных показателей; в) индивидуальные пути достижения результатов за счет максимальных показателей в барьерном беге на 100 м, высоких – в прыжках в длину, метании копья – при приближенных характеристиках к усредненным в беге на 200 м и в прыжках в высоту.

На рисунке 4 приведена сравнительная характеристика индивидуальных показателей соревновательной деятельности рекордсменки мира, чемпионки Игр Олимпиады в Сеуле (1988 г.) Д. Джойнер-Керси (7291 очко – рекорд мира) с усредненными данными призеров Игр Олимпиад в легкоатлетическом семиборье. Видно, что во всех видах семиборья результаты превышают обобщенные показатели в диапазоне 1,09–10,49 %, исключение составляет метание копья, отклонение в сторону уменьшения – 2,81 %.

Таким образом, при сопоставлении индивидуальных показателей соревновательной

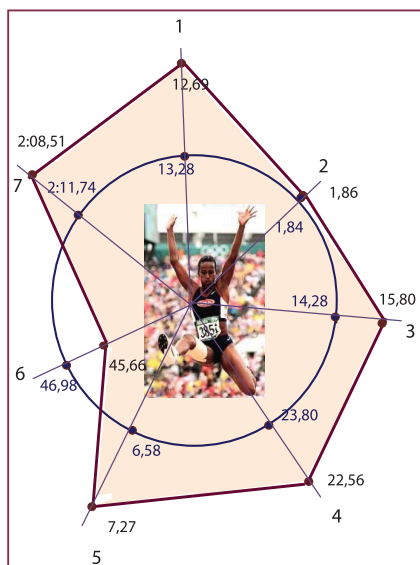


Рисунок 4 – Индивидуальные характеристики соревновательной деятельности Д. Джойнер-Керси в сравнении с обобщенными модельными данными

деятельности выдающихся спортсменов с обобщенными модельными данными сталкиваемся с положением, когда спортсменки в отдельных видах семиборья обладают возможностями, значительно превышающими усредненные показатели, а в отдельных видах – весьма далеки от средних величин. Однако кажущиеся недостатки в подготовленности многих известных спортсменов – закономерное продолжение их сильных сторон, и не будь их, не проявились бы способности, обеспечивающие достижение выдающихся результатов, на что неоднократно обращали внимание ведущие специалисты, опираясь на многочисленные примеры из спортивной практики [7].

Выдающиеся результаты в легкоатлетическом семиборье доступны спортсменкам с ярко выраженной индивидуальностью и очевидной одаренностью, что четко проявляется в структуре соревновательной деятельности. В таблице 1 приведены максимальные и минимальные результаты сильнейших спортсменов мира в видах легкоатлетического семиборья.

Самая большая разница между усредненными данными, максимальными и минимальными величинами в легкоатлетических метаниях – более 20%. В прыжках в длину и в беге на 800 м отклонение от средних величин – свыше 10 %. Более 5 % разрыв в беге на 200 м и в прыжках в высоту.

Групповые модели соревновательной деятельности. Исследования

Таблица 1 – Результаты соревновательной деятельности сильнейших спортсменов мира в видах легкоатлетического семиборья

Вид	Результаты				
	Максимальные		Средние 100 %	Минимальные	
	с, мин, м	% среднего		с, мин, м	% среднего
Бег с барьерами 100 м, с	12,54	5,57	13,28	14,03	-5,65
Прыжки в высоту, м	1,94	5,43	1,84	1,75	-4,89
Толкание ядра, м	17,29	15,3	14,64	12,88	-13,7
Бег 200 м, с	22,56	5,21	23,80	24,82	-4,29
Прыжки в длину, м	7,27	10,49	6,58	6,02	-8,51
Метание копья, м	55,70	18,56	46,98	37,19	-20,84
Бег 800 м, мин, с	2:01,32	10,42	2:11,74	2:17,92	-6,18

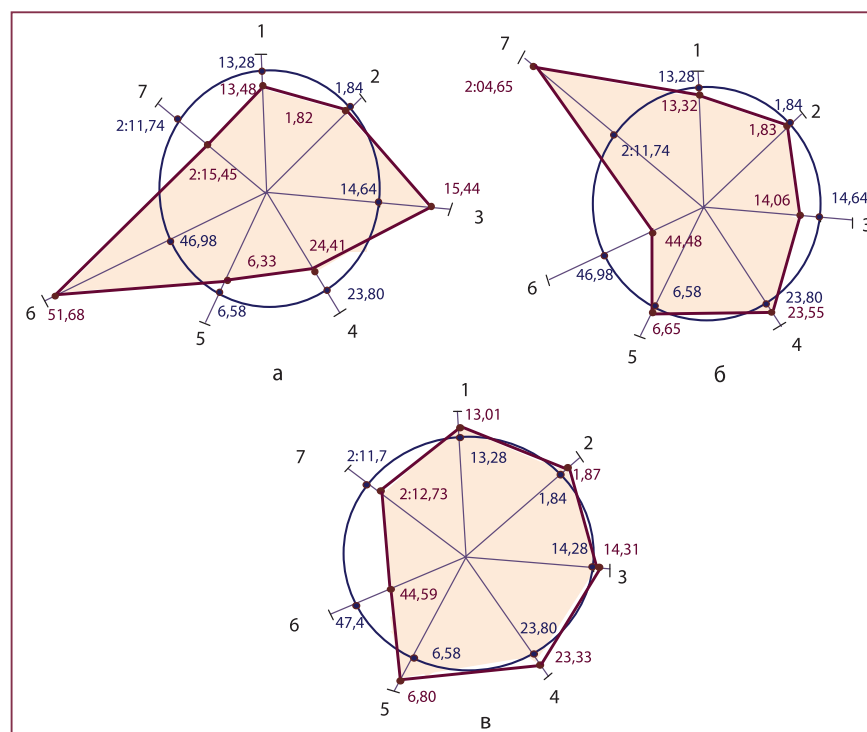


Рисунок 5 – Групповые характеристики соревновательной деятельности спортсменок высокой квалификации в легкоатлетическом семиборье в сравнении с обобщенными модельными данными:

- а – группа спортсменок, достигающих высоких спортивных результатов преимущественно в легкоатлетических метаниях;
- б – группа спортсменок, достигающих высоких спортивных результатов преимущественно в беговых видах программы;
- в – группа спортсменок, достигающих высоких спортивных результатов преимущественно в легкоатлетических прыжках и в беге с барьерами.

показали, что спортсменки, достигшие выдающихся результатов в легкоатлетическом семиборье, могут быть разделены на несколько самостоятельных групп, в каждую из которых входят представительницы с родственной структурой соревновательной деятельности (рис. 5).

Первая группа – спортсменки, способные достигать высоких результатов преимущественно в легкоатлетических метаниях. В эту группу входят 33 % спортсменок (n=21) – победителей и призеров Игр Олимпиад. Характерной особенностью структуры их соревновательной деятельности являются

высокие результаты в метании копья и толкании ядра, разница между обобщенными и групповыми модельными характеристиками составляет 4,70 м и 80 см соответственно (см. рис. 5, а). У этой группы спортсменок по сравнению с другими наименьшие результаты в беге на 800 и 200 м (см. рис. 5).

Вторая группа – спортсменки, достигающие высоких результатов в беговых видах (см. рис. 5, б). В большей степени данное положение относится к результатам в беге на 800 м. В группу входят 29 % выдающихся атлетов. Наивысшие результаты они демонстрируют в беге на 800 м – 2:04,65 с, что значительно превышает показатели представительниц первой группы – 2:15,45 с и естественно обобщенные модельные характеристики соревновательной деятельности – 2:11,74 с. Обратная взаимосвязь наблюдается с результатами в метаниях. Так, разница в метании копья составляет более 7 м в сравнении с представительницами первой группы и 2,5 м – с обобщенными модельными данными.

Третья группа – спортсменки, отличающиеся достижением высоких результатов в легкоатлетических прыжках и в беге с барьерами на 100 м. В группе объединены 33 % спортсменок с родственной структурой соревновательной деятельности (см. рис. 5, в).

Следует отметить, что при анализе соревновательной деятельности была выделена одна спортсменка, отличающаяся равномерной подготовленностью, то есть результаты во всех видах семиборья находились в диапазоне 0,55–3,3 % по сравнению с обобщенными модельными данными. Она два раза становилась бронзовым призером Игр Олимпиад и во втором случае значительно приблизилась к модельным характеристикам представительниц второй группы. Незначительное представительство спортсменок с равномерной структурой соревновательной деятельности не позволяет объединить их в отдельную группу. Здесь скорее речь идет о каких-либо случайных факторах, оказавших воздействие на выступление в том или ином виде легкоатлетического семиборья.

Структура соревновательной деятельности выдающихся спортсменов является отражением уровня развития у них физических качеств, возможностей систем энергообеспечения, нейро-регуляторных способностей, совершенства динамической и кинематической структуры движений, пси-

хических способностей, способности к перенесению больших нагрузок, эффективному восстановлению. Для каждой из моделей может быть представлен характерный уровень подготовленности спортсмена, опирающийся на обширный массив современного научного знания.

Спортсменов, соревновательная деятельность которых отвечает требованиям первой модели, отличает исключительно высокий уровень скоростно-силовых и силовых возможностей мышц верхнего плечевого пояса. В меньшей мере у них развиты способности к проявлению общей и специальной выносливости. Что касается потенциала аэробной системы энергообеспечения, то он находится на уровне, характерном для спортсменов невысокой квалификации.

Спортсмены, соревновательная деятельность которых соответствует второй модели, значительно уступают представителям первой группы в отношении силовых возможностей, но они значительно превосходят их в проявлении специальной выносливости.

Третья модель характерна для многоборцев, отличающихся исключительно высоким уровнем возможностей алактатной и лактатной системы энергообеспечения, способностью нервно-мышечной системы к мобилизации функционального потенциала для достижения силы в максимально короткое время. Однако они существенно уступают спортсменам, соревновательная деятельность которых проходит в пределах первой и второй групповых моделей.

Тренировка в многоборьях требует как разностороннего совершенствования, направленного на повышение уровня подготовленности во всех видах, так и преимущественного совершенствования в видах, к которым у спортсмена имеется высокая предрасположенность. Ориентиром для разностороннего совершенствования могут служить обобщенные модели, а для преимущественного – групповые и индивидуальные.

В процессе многолетнего совершенствования на разностороннюю подготовку должно быть обращено особое внимание на этапах предварительной и специализированной базовой подготовки. На этапе предварительной базовой подготовки происходит разностороннее развитие физических возможностей организма, укрепление здоровья юных спортсменов, устранение недостатков в уровне их физического развития и физической подготовленности, создание

двигательного потенциала, предполагающего освоение разнообразных двигательных навыков (в том числе соответствующих будущей специализации) [6]. На этом этапе техническое совершенствование строится на материале вида спорта, избранного для специализации. В легкоатлетических метаниях наиболее эффективной является следующая последовательность освоения различных двигательных навыков:

- обучение специальным и вспомогательным упражнениям для бега с барьерами, прыжков в высоту и метания копья;
- обучение специальным и вспомогательным упражнениям прыгунов в высоту и в длину, толкателей ядра, освоение техники прыжка в высоту с разбега, совершенствование техники бега с барьерами и метания копья;
- обучение технике толкания ядра и прыжков в длину, совершенствование техники бега с барьерами, метания копья и прыжков в высоту.

На этапе специализированной базовой подготовки широко используются средства, позволяющие повысить функциональный потенциал спортсмена без применения большого объема работы, максимально приближенной по характеру к соревновательной деятельности [7]. Особое внимание должно быть обращено на систематическую работу над спортивной техникой.

На этапах подготовки к высшим достижениям и максимальной реализации основное внимание должно быть сконцентрировано на повышении результативности в видах, к которым у спортсмена имеется выраженная предрасположенность. Применительно к остальным видам тренировка носит в основном поддерживающий характер. На этих этапах ориентиром преимущественного совершенствования являются групповые и индивидуальные модели. В основе формирования индивидуальных моделей лежит возможный диапазон результатов в различных видах семиборья (табл. 2).

В отдельных видах легкоатлетического семиборья колебание результатов может иметь широкий диапазон, согласно единой спортивной классификации Украины, – от норматива мастера спорта международного класса до норматива кандидата в мастера спорта (прыжки в высоту, прыжки в длину, бег с барьерами 100 м и бег 200 м), от норматива мастера спорта до I разряда (толкание ядра, метание копья, бег на 800 м).

Таблица 2 – Возможный диапазон результатов, лежащий в основе формирования индивидуальных моделей

Вид семиборья	Результат		Диапазон колебаний
	минимальный	максимальный	
Бег с барьерами 100 м, с	13,80	12,67	1,13
Прыжки в высоту, м	1,76	1,93	0,17
Толкание ядра, м	13,13	16,55	3,45
Бег 200 м, с	24,68	22,96	1,71
Прыжки в длину, м	6,19	7,07	0,88
Метание копья, м	40,34	54,08	13,74
Бег 800 м, мин:с	2:17,68	2:06,16	11,52

Примечание. Минимальный и максимальный результаты определялись по средним значениям трех наилучших и наихудших показателей сильнейших спортсменок в видах семиборья на протяжении 1988–2012 гг.

Индивидуализация подготовки должна осуществляться в рамках этого диапазона и не выходить за нижнюю границу.

Аналогичный подход реализуется и при построении годичной подготовки спортсменов высокой квалификации, а также при формировании содержания тренировочного процесса в отдельных макроциклах.

В структурных образованиях, в которых преимущественно решаются задачи базовой подготовки, большое внимание концентрируется на разносторонней подготовке, ориентированной на обобщенные модели. В структурных образованиях специальной направленности на фоне поддержания уровня разносторонней подготовленности основной объем средств связан с подготовкой в видах, к которым у спортсмена имеется явная предрасположенность, и становлением интегративной подготовленности, отвечающей требованиям избранной групповой и индивидуальной моделей.

Выводы

1. Эффективное управление тренировочным процессом в значительной мере обусловлено наличием эффективных моделей соревновательной деятельности, сформированных на основе изучения выступлений выдающихся спортсменов – победителей и призеров Игр Олимпиад и чемпионатов мира.

2. Изучение опыта соревновательной деятельности сильнейших спортсменок мира 1988–2012 гг., специализирующихся в легкоатлетическом семиборье, позволило выделить обобщенные и групповые модели соревновательной деятельности.

3. Обобщенные модели могут использоваться для оптимизации процесса разносторонней подготовки, обеспечения должного баланса между достижениями в различных видах соревнований, включенных в программу легкоатлетического семиборья.

4. Выделены три типа групповых моделей соревновательной деятельности в легкоатлетическом семиборье.

Первый – характерен для группы спортсменов, способных преимущественно достигать высоких результатов в легкоатлетических метаниях, отличающихся исключительно высоким уровнем силовых и скоростно-силовых возможностей, в меньшей мере у них развиты способности к проявлению выносливости.

Второй – объединяет спортсменов, достигающих высоких результатов в беговых видах программы легкоатлетического семиборья. Спортсмены, соревновательная деятельность которых соответствует второму типу, значительно уступают представителям первого в отношении скоростно-силового потенциала, но они значительно превосходят их в проявлении выносливости.

Третий – характерен для группы многоборцев, отличающихся достижением высоких результатов в легкоатлетических прыжках и в беге с барьерами на 100 м, обладающих исключительно высоким уровнем возможностей алактатной и лактатной системы энергообеспечения, высоким уровнем скоростно-силовых качеств, однако существенно уступающих спортсменам, соревновательная деятельность которых проходит в пределах первой и второй групповых моделей.

5. Групповые модели могут использоваться для индивидуализации процесса подготовки, включая разработку индивидуальных моделей соревновательной деятельности, ориентации спортсменок на преимущественное становление составляющих подготовленности, к которым имеется явная предрасположенность, оптимизации процесса специальной подготовки.

Литература

1. Врублевский Е. П. Индивидуализация подготовки женщин в скоростно-силовых видах легкой атлетики : автореф. дис. на соискание учен. степени доктора пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / Е. П. Врублевский. – Волгоград: ВГАФК, 2008. – 56 с.
2. Жилкин А. И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высших учеб. заведений / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. – [4-е изд., стер.]. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 464 с.
3. Кузнецов В. В. Модельные характеристики легкоатлетов / В. В. Кузнецов, В. В. Петровский, Б. Н. Шустин. – К.: Здоров'я, 1979. – 88 с.
4. Купчинов Р. И. Управление многолетней подготовкой спортсменов-многоборцев: дис. ... доктора. пед. наук: 13.00.04 / Р. И. Купчинов. – Минск, 1998. – 386 с.
5. Новиков А. А. Тенденции исследования соревновательной деятельности в спорте высших достижений / А. А. Новиков, Б. Н. Шустин // Современный олимпийский спорт. – К., 1993. – С. 167–170.

References

1. Vrublevskii E. P. Individualization of preparation of women in speed and strength track and field events: autoreferat of the diss. Dr. of Sci. in pedagogy: speciality 13.00.04 "Theory and methods of physical training, sports training and improving physical training" / E. P. Vrublevskii. – Volgograd: Volgograd State Academy of Physical Culture, 2008. – 56 p.
2. Zhilkin A. I. Track and field athletics: study guide for students of higher educational establishments / A. I. Zhilkin, V. S. Kuzmin, E. V. Sidorchuk. – [4th ed., stereotype]. – Moscow: Publishing Centre «Academy», 2007. – 464 p.
3. Kuznetsov V. V. The model characteristics of athletes / V. V. Kuznetsov, V. V. Petrovskii, B. N. Shustin. – Kiev: Zdorovia, 1979. – 88 p.
4. Kupchinov R. I. Management of multi-year training of athletes-multiathlons: dis. ... Dr. of Sci. in pedagogy: 13.00.04 / R. I. Kupchinov. – Minsk, 1998. – 386 p.
5. Novikov A. A. Trends of studies on competitive activity in sports of high achievements / A. A. Novikov, B. N. Shustin // Modern Olympic sport. – Kiev, 1993. – P. 167–170.
6. Platonov V. N. System of preparation of athletes in Olympic sports. The general theory and its practical application / V. N. Platonov. – Kiev: Olympic literature, 2004. – 808 p.

6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. — К.: Олимп. лит., 2004. — 808 с.
7. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. — К.: Олимп. лит., 2013. — 624 с.
8. Полищук В. Д. Легкоатлетическое десятиборье / В. Д. Полищук. — К.: Наук. світ, 2001. — 252 с.
9. Ушаков А. А. Легкоатлетические многоборья / А. А. Ушаков // Учебник тренера по легкой атлетике. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — С. 454–478.
10. Ушакова Н. А. Планирование и организация процесса подготовки спортсменов высшей квалификации на примере легкоатлетического семиборья: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Н. А. Ушакова — М.: РГАОФ. — 1996. — 26 с.
11. Черкашин В. П. Теоретические и методические основы проектирования технологии индивидуализации тренировочного процесса юных спортсменов в скоростно-силовых видах легкой атлетики : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / В. П. Черкашин. — Волгоград, 2001. — 352 с.
12. Шестаков М. П. Моделирование управления движениями человека / М. П. Шестаков, А. Н. Аверкин. — М.: СпортАкадемПресс, 2003. — 360 с.
13. Шустин Б. Н. Моделирование в спорте : автореф. дис. на соискание учен. степени доктора пед. наук : спец. 13.00.04 / Б. Н. Шустин. — М.: ВНИИФК, 1995. — 48 с.
14. Colman Susan K. Heptathlon Training [Электронный ресурс] / Susan K. Colman // Track & Field. — № 6. — 2010. — Режим доступа: <http://susan-coltman.blogspot.com/2010/02/heptathlon-training.html>
15. Heptathlon [Электронный ресурс]: по данным Brian Mac Sport coach. — Режим доступа: <http://www.brianmac.co.uk/hepth/>
16. Socha T. Female Sports (New Knowledge — New Methods of Training) / Teresa Socha. — Moscow: Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kul'tury, 2002. — 203 p.
7. Platonov V. N. Periodization of sports training. The general theory and its practical application / V. N. Platonov. — Kiev: Olympic literature, 2013. — 624 p.
8. Polishchuk V. D. Decathlon / V. D. Polishchuk. — Kyiv: Naukovyi svit, 2001. — 252 p.
9. Ushakov A. A. Multiathlon / A. A. Ushakov // Textbook of the coach in track and field athletics. — Moscow: Fizkultura i sport, 1982. — P. 454–478.
10. Ushakova N. A. Planning and organization of training process for highly qualified athletes as exemplified by heptathlon: autoreferat of the diss. ... Cand. of Sci. in pedagogy: speciality 13.00.04 / N. A. Ushakova. — Moscow: Russian State Academy of Physical Culture. — 1996. — 26 p.
11. Cherkashin V. P. Theoretical and methodological principles of design of technology of training process individualization for young athletes in speed and strength events of track and fields athletics: dis. ... Dr. of Sci. in pedagogy: 13.00.04 / V. P. Cherkashin — Volgograd, 2001. — 352 p.
12. Shestakov M. P. Modelling of management of human movements // M. P. Shestakov, A. N. Averkin. — Moscow: SportAcademPress, 2003. — 360 p.
13. Shustin B. N. Modelling in sports : autoreferat of the diss. ... Dr. of Sci. in pedagogy: speciality 13.00.04 / B. N. Shustin — Moscow: All-Russian Scientific Research Institute of Physical Culture and Sports, 1995. — 48 p.
14. Colman S. K. Heptathlon Training [Electronic resource] / Susan K. Colman // Track & Field. — № 6. — 2010. — Access mode: <http://susan-coltman.blogspot.com/2010/02/heptathlon-training.html>
15. Heptathlon [Electronic resource] / According to the Brian Mac Sports coach. — Access mode: <http://www.brianmac.co.uk/hepth/>
16. Socha T. Female Sports (New Knowledge — New Methods of Training) / Teresa Socha. — Moscow: Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kul'tury, 2002. — 203 p.

Національний університет фізического виховання і спорту України, Київ
elena-nayka@yandex.ua

Поступила 14.06.2013

ИНФОРМАЦИЯ

Международная научно-практическая конференция «Олимпийский спорт: история и современность»

24–25 мая 2013 г. в рамках празднования 100-летия олимпийского Киева в стенах Национального университета физического воспитания и спорта Украины состоялась Международная научно-практическая конференция «Олимпийский спорт: история и современность».

В конференции приняли участие свыше 300 человек, среди которых члены Международной ассоциации университетов физического воспитания и спорта, ректоры и преподаватели высших учебных заведений спортивного профиля, молодые ученые, представляющие 40 учебных заведений из 31 страны мира.

Гостями научного форума были члены Международного олимпийского комитета, Европейских олимпийских комитетов, Ассоциации национальных олимпийских комитетов, а также представители национальных олимпийских комитетов, руководители министерств и ведомств Украины.

К участникам конференции с приветственным словом обратился президент Национального олимпийского комитета Украины Сергей Бубка.

С содержательными докладами выступили известные специалисты по истории

олимпийского движения Мария Булатова и Владимир Платонов (Украина), Карл Ленарц (Германия), Ая Эрта (Латвия), Наталья Мельникова (Россия), Штефан Калиновски и Хенрик Созански (Польша).

Во время проведения “круглого стола” с участием ведущих лекторов развернулась

оживленная дискуссия. Особую активность проявили молодые ученые, тем самым подтвердив актуальность и своевременность мероприятий, посвященных знаменательной дате в истории олимпийского движения — столетию проведения в Киеве Первой Российской Олимпиады 1913.

