

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

ПЕКИН-2008: КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ ПОДГОТОВКИ СБОРНЫХ КОМАНД РОССИИ

Л.Б. КОФМАН, С.Н. ПОРТУГАЛОВ, Б.Н. ШУСТИН, ВНИИФК

Аннотация

В статье рассмотрена история разработки концепций подготовки советских и российских спортсменов к Олимпийским играм. Выявлены недостатки, присущие концепциям последних лет, и намечены пути их устранения.

Abstract

In this paper, development history of Soviet and Russian Olympic teams is considered. The limitations of last time concepts and methods for their elimination are discussed.

Ключевые слова: Олимпийские игры, сборные команды, подготовка, концепция.

Концепция подготовки сборных команд России, Сводный план подготовки и другие плановые документы методической и организационной направленности к Олимпийским играм справедливо рассматриваются как базовый элемент всей системы методических, экономических, идеологических и организационных мероприятий, которые завершались участием российских спортсменов в Играх очередных Олимпиад. В течение ряда олимпийских циклов, начиная с 80-х годов прошлого столетия, разработка подобных документов осуществлялась при активном участии специалистов ВНИИФК.

К сожалению, в последние годы в научной литературе отсутствуют методологический анализ структуры и содержания указанных документов, оценка эффективности их реализации и стратегия совершенствования как основа подхода к организации всей системы олимпийской подготовки сборных команд страны. С нашей точки зрения, это можно объяснить отсутствием принципиальных изменений в них за последние двадцать лет. Вместе с тем организация управления развитием спорта в стране в последние годы существенно изменилась, что определяет необходимость коррекции и, прежде всего, детализации планирующих документов подготовки сборных команд страны.

Используемые подходы к созданию подобных документов в целом отражают общие цели и задачи подготовки сборных команд к Играм Олимпиад. Вместе с тем реализация Концепции подготовки к очередным Играм Олимпиады в таком виде не позволит обеспечить достижение конечной цели, а именно *завоевание определенного количества медалей (в том числе золотых) и завоевание достойного общекомандного места*. Обоснованность этого заключения определяется сущностью концептуального подхода к решению данной проблемы.

При проведении анализа с этой позиции выявлены следующие очевидные недостатки последних редакций концепций подготовки к Играм Олимпиад:

1. При наличии конечной цели – определенное общекомандное место, – в них не сформулированы среднесрочные и краткосрочные задачи, решение которых должно обеспечить реализацию главной цели Концепции.

Прежде всего, анализ соотношения сил ведущих спортивных держав в летних циклических видах спорта за период трех олимпийских циклов (Атланта – Сидней – Афины), проведенный учеными ВНИИФК, показывает отрицательную динамику итогов выступления российских спортсменов в циклических видах спорта. Данная закономерность подтверждается и результатами наших атлетов в зимних видах спорта. Вместе с тем успешное

выступление в циклических видах спорта по существу определяет завоевание первого общекомандного места. Таким образом, одной из основных среднесрочных концептуальных задач российского олимпийского спорта должно являться существенное повышение эффективности подготовки в циклических видах спорта.

Кроме того как важную среднесрочную задачу следует рассматривать отбор инновационных технологий спортивной подготовки, которые в дальнейшем будут внедрены и использованы в ходе подготовки на заключительном этапе и непосредственно на Играх очередной Олимпиады. В этих условиях критерием успешности решения среднесрочных задач становится последовательный анализ соотношения сил на этапах олимпийского цикла.

Важнейшим фактором эффективной подготовки спортсменов высокой квалификации в современных условиях является также модернизация системы научно-методического и медицинского обеспечения этого процесса с использованием адекватных аппаратурных измерительных комплексов.

Краткосрочные задачи формулируются на основе среднесрочных задач. Так, например, чтобы отобрать перспективные инновационные технологии, необходимо в краткие сроки составить их перечень, провести их экономическое обоснование, создать коллективы сотрудников и спортсменов для их апробации и т.п.

2. В предыдущих концепциях слабо обоснован механизм реализации как главной цели, так и решения указанных выше среднесрочных и краткосрочных задач. Например, как сказано выше, достижение главной цели Концепции возможно лишь при условии внедрения в практику подготовки потенциальных медалистов инновационных технологий спортивной подготовки (в отношении как методического, так и медико-биологического и информационного обеспечения).

Одним из инструментов отбора и внедрения эффективных инновационных технологий, с нашей точки зрения, могут стать экспериментальные группы (команды), о чем неоднократно говорили специалисты отечественного спорта.

При этом:

- отбор контингента в экспериментальную команду не должен быть основан на включении в ее состав лучших, наиболее перспективных спортсменов в данном виде спорта;

- организация научно-методического обеспечения подготовки в экспериментальных командах должна осуществляться на основе тех же принципов, что и в основных командах по данному виду спорта;

- главная задача создания экспериментальных команд – реализация новых творческих подходов к построению и содержанию тренировочного процесса, использованию современных внутренировочных факторов;

- данный экспериментальный полигон должен быть использован для апробации инновационных технологий,

в первую очередь, в циклических видах спорта.

Хорошей основой для экспериментальных команд могли бы стать молодежные сборные команды страны.

Создаются предпосылки для успешного решения среднесрочных задач, о которых ничего не говорится в предыдущих редакциях концептуальных документов подготовки сборных команд к Олимпийским играм.

3. В указанных документах фактически не говорилось о том, какие конкретные технологии должны стать механизмом реализации для достижения конечной цели.

Анализ имеющихся документов не позволяет ответить на вопрос: «Какие инновационные технологии спортивной подготовки были использованы в предыдущие циклы олимпийской подготовки сборных команд России?». Можно предположить, что отмеченное выше отставание российских олимпийцев в циклических видах спорта во многом связано с отсутствием прогресса как в научно-методическом, так и в медицинском обеспечении их подготовки.

Многие данные свидетельствуют о разработке, а в некоторых направлениях – и внедрении ряда инновационных технологий в практику спортивной подготовки наших основных конкурентов на спортивной арене. Здесь речь идет о применении таких методов, как нормобарическая гипоксия и гипербарическая оксигенация, использование стволовых клеток, генетические исследования, хромофорные покрытия для одежды, накожные формы таких покрытий и некоторые другие.

Передовые спортивные державы располагают и используют новейшие технологические подходы ускорения восстановления и повышения работоспособности спортсменов (в том числе Австралия, Япония, КНР и некоторые другие).

Важно и то обстоятельство, что за счет внедрения эффективных инновационных технологий в практику спортивной подготовки возможно существенно снизить риск употребления допингов.

Таким образом, цель внедрения инновационных технологий – обеспечить равные или преимущественные (опережающие) условия подготовки российским спортсменам по сравнению с основными соперниками. В этой связи наиболее актуальными в текущем олимпийском цикле представляется разработка следующих направлений:

- ускорение восстановления организма спортсменов в тренировочном и соревновательном периодах;

- повышение общей (функциональной) и специальной работоспособности спортсменов с помощью специальных недопинговых методов подготовки:

- недопинговых фармакологических средств и биологически активных добавок (в том числе из арсенала традиционной китайской медицины);

- стволовых и эмбриональных клеток;

- баротерапии (нормобарическая гипоксия и гипербарическая оксигенация);

- обеспечение оптимальной адаптации к климато-

географическим и социальным условиям места проведения будущих Олимпийских игр.

В рамках Концепции подготовки российских спортсменов к Олимпийским играм в Пекине (2008 г.) существенное место должен занимать механизм отбора, апробации и внедрения инновационных методов восстановления, недопинговой спортивной фармакологии и специальных методов подготовки.

Одним из механизмов реализации может стать научно-технический экспертный совет Росспорта, в функции которого войдут:

- экспертная оценка инновационной технологии;
- разработка программы апробации;
- отбор фармакологических препаратов и биологически активных добавок для их закупки и фармообеспечения подготовки сборных команд страны.

4. На практике внедрение инновационных технологий целесообразно осуществлять на базе научно-исследовательских стендов для проведения этапных комплексных обследований в структуре научно-методического обеспечения сборных команд. Анализ информации, полученной в ходе таких обследований, послужит основой для разработки методических рекомендаций по оптимизации структуры подготовки российских спортсменов на заключительном этапе перед Играми Олимпиады в Пекине.

Не меньшее значение имеет и совершенствование арсенала современных методов восстановления (в том числе и инновационных технологий), которые адекватно и оперативно назначаются и осуществляются на основе информации, полученной в ходе этапных комплексных обследований спортсменов на указанных научно-исследовательских стендах.

Подход к объединению в единую циклическую структуру (так называемые спортивно-восстановительные центры модульного типа) научно-исследовательских стендов и современного комплекса восстановительных средств разработан совместно специалистами ВНИИФК и ЦСП.

В целом предложенный подход направлен на совершенствование научно-методического обеспечения сборных команд, которое Росспорт рассматривает как одну из приоритетных задач совершенствования системы подготовки.

5. Нужно учитывать и необходимость сохранения резерва сборных команд, который возможно и не в полной степени будет использован в условиях Игр Олимпиады в Пекине, но станет основой для последующей Олимпиады. По этой причине в систему научно-методического обеспечения сборных команд необходимо включить молодежный и юниорский составы.

6. В новых проектах Концепции и Сводного плана подготовки к Олимпийским играм необходимо отразить вопрос решения частной, но сложной задачи ускорения и оптимизации процессов адаптации организма спортсменов к климато-географическим и социальным условиям Пекина.

В работах ученых отечественной школы предложен общий подход к организации и осуществлению мероприятий по ускорению процессов климато-поясной акклиматизации организма человека (А.Н. Разумов и др., 2000–2004). Установлено, что тяжелее эти процессы протекают в направлении «запад–восток». Действительно, еще в 1988 г. удалось эффективно решить данный вопрос при подготовке советских спортсменов к Олимпийским играм в Сеуле. Сейчас проблема заключается в том, возможно ли воспроизведение в настоящих условиях использованной тогда структуры подготовки с учетом ускорения процессов акклиматизации к конкретным условиям Пекина. Тем более, что данная проблема не была полностью решена при подготовке российских олимпийцев к Сиднею в 2000 г.

Адекватному анализу должно подвергнуться утверждение о необходимости проведения заключительного предолимпийского сбора в условиях Восточной Сибири и Дальнего Востока. Необходимо научно обосновать конкретные географические регионы, оптимальные как для полноценной реализации задач заключительного предсоревновательного этапа подготовки, так и для создания предпосылок для полноценной акклиматизации к Пекину.

Таким образом, в будущих концептуальных документах олимпийских команд необходимо отразить ряд основополагающих положений, которые обеспечат эффективность их реализации. Прежде всего – сформулировать краткосрочные и среднесрочные задачи всего периода подготовки. В предыдущих подобных документах имелись принципиальные противоречия в определении механизма их реализации (в частности, касательно выявления инновационных технологий, статуса экспериментальных команд, отбора соответствующих контингентов спортсменов и обслуживающего персонала: тренеров, врачей, научных сотрудников, порядка финансирования и т.п.).

Указанные недостатки не давали в прошлом возможности решить главный вопрос: адекватна ли используемая ранее методология поставленной цели подготовки сборных команд, потому что в такой редакции эффективность реализации Концепции можно было бы оценивать только после окончания Игр Олимпиады. Вместе с тем решение краткосрочных и среднесрочных задач позволит оценивать динамику выполнения в целом и своевременно вносить необходимые коррективы.