



Фискалов В. Д., Черкашин В. П., 2016

«Издательство «Спорт», 2016

Предисловие

Спорт в настоящее время представляет собой сложное многофункциональное и многообразное явление социальной жизни общества, занимающее незаурядное место в его физической и духовной культуре. Он стал частью глобальной экономической системы, элементом большой политики, воплощением научно-технических достижений.

Успехи в спорте в значительной степени зависят от того, насколько правильно специалисты оценивают общее состояние спорта, тенденции и проблемы его дальнейшего развития, используют рациональную систему отбора спортсменов, учитывают закономерности построения тренировочной и соревновательной деятельности, могут использовать дополнительные факторы, способствующие росту спортивных результатов.

Для обеспечения качественного уровня подготовки специалистов в области спорта целесообразно собрать в единый взаимосвязанный комплекс результаты научных исследований специалистов по разным направлениям спортивной деятельности, рассматривая систематизированные выборки сквозь призму соответствия имеющимся условиям для их внедрения.

В представленном учебном материале предпринята попытка обобщить концептуальные подходы известных теоретиков спорта, определивших лицо отечественной научно-методической школы: В. К. Бальсевича, Ю. В. Верхошанского, А. Н. Воробьева, М. А. Годика, В. М. Дьячкова, В. М. Зациорского, В. Б. Иссурина, В. В. Кузнецова, Ю. Ф. Курамшина, Л. И. Лубышевой, Л. П. Матвеева, М. Я. Набатниковой, Н. Г. Озолина, В. Н. Платонова, И. П. Ратова, В. И. Столярова, В. П. Филина и других, с целью их систематизации и адаптации применительно к чтению теоретического курса дисциплин профессионального цикла основной образовательной программы подготовки магистров по профилю «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов». Предлагаемое содержание теоретического курса разработано в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.04.03 – Спорт.

Цель курса: Сформировать у студентов-магистрантов понимание главных концептуальных положений, составляющих принципиальное содержание современных теоретико-методических основ спортивной подготовки, увязав их в единую систему.

Задачи курса:

- закрепить и углубить знания, ранее полученные при освоении программ бакалавриата по дисциплинам профессионального цикла;
- осмыслить основные теоретико-методические положения развития спорта и системы спортивной подготовки;
- обосновать систему основных факторов, способствующих развитию спорта и повышению спортивного мастерства занимающихся;
- сформировать профессиональное понимание нерешенных проблем в спорте и спортивной подготовке;
- уяснить научно-исследовательские подходы изучения основных проблем спортивной подготовки;
- раскрыть основные аспекты технологии труда в сфере спорта.

В тексте учебного пособия выделены две части, раскрывающие социологические и теоретико-методические составляющие организации спортивной подготовки:

1. *Социальные аспекты практики спорта* – обсуждены основные понятия, социальные ценности, функции и направления развития современного спорта; раскрыты содержание, функции и особенности соревновательной деятельности; рассмотрены ценностные характеристики и тенденции развития спортивных достижений; показаны основные направления совершенствования и проблемы развития современного спорта высших достижений и массового спорта.

2. *Теория и технология спортивной подготовки* – рассмотрены основные теоретико-методические положения организации многолетнего тренировочного процесса: концептуальное осмысление его специфических принципов построения

и формирования составных структурных элементов (физической, технической, тактической подготовок), принципиальных положений выявления индивидуальной спортивной предрасположенности и организации отбора, технологии планирования тренировочных макро-, мезо- и микроциклов с учетом основ системы управления спортивным совершенствованием и проектирования технологий индивидуально ориентированного построения тренировочного процесса, использования естественных и искусственно управляемых внешних условий.

В учебном пособии изложены не только устоявшиеся положения, но и материалы, отражающие определенные противоречия в трактовке того или иного вопроса, активно дискутируемого специалистами разных научных направлений. Считаем, что эти сведения необходимы молодым специалистам, вступающим на самостоятельный профессиональный путь.

Учебное пособие предназначено прежде всего для магистрантов, осваивающих курс профессиональных дисциплин по направлению подготовки 49.04.03 – Спорт, по профилю «Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов». Вместе с тем оно может быть использовано в процессе подготовки студентов по другим направлениям, а также аспирантов, слушателей курсов повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов в области физической культуры и спорта, представит определенный интерес для опытных тренеров и других специалистов, работающих в области спорта, поскольку охватывает основные теоретико-методические положения отечественной системы спортивной подготовки именно в интегративном, обобщающе-синтезирующем аспекте.

Глава 3. Соревновательная деятельность как функциональное ядро спорта

3.1. Сущность соревновательной деятельности и особенности ее реализации в сфере спорта

Спортивное соревнование представляет собой центральное, узловое образование в системе спорта. Именно в нем и проявляется наиболее концентрированно социальная сущность спорта – организуется регламентированное, гуманистическое соперничество, побуждающее активность его участников для самосовершенствования. Организация соревновательной деятельности способствует созданию социальных институтов, обеспечивающих деятельность в сфере спорта, а также формированию специфических общественных отношений в этой сфере.

С. В. Брянкин (1983) считает: «Соревнование предопределяет специфику спорта как особой сферы деятельности... Сфера спорта – «специализированная

социально-организованная система, которая образовалась вокруг соревнования (соревновательных проявлений)».

При этом Н. Н. Визитей (1973) отмечает: «Соревнование – это универсальное общественное отношение, проявляющееся в процессе межличностного взаимодействия». По его мнению, «соревновательность – неотъемлемый элемент бытия человеческой сущности, обязательный аспект любых человеческих взаимоотношений» и «любое человеческое качество существует реально только в некотором сопоставлении (сравнительном, соревновательном контексте), в пространстве: я – другой».

Соревнования возникают, когда у человека появляется, как минимум, установка «сделать что-то лучше, чем кто-то» и превзойти других в каком-то отношении. При этом наиболее оптимален вариант соревновательных действий, когда все участники имеют установку на выигрыш друг у друга. Особый статус имеет «рекордный» вариант, когда участник состязания имеет установку «сделать что-то лучше всех» в прошлом, настоящем и будущем. Исходя из этого, можно заключить, что соревнование свойственно не только спорту, но может быть элементом производственной, экономической, военной и других видов деятельности.

Однако следует учитывать, что в этих сферах деятельности человека устранение соревновательной ситуации всегда оставляет полноценную социальную деятельность (производственный труд, исполнительское творчество и т. п.), которая вполне может существовать и часто существует без каких-либо официально организуемых соревнований, поскольку они не являются их специфической основой.

Спортивная же деятельность полностью утрачивает свой смысл и специфику без главного составного элемента – соревнования. Оно является важнейшей и неотъемлемой частью спортивной деятельности, основным системообразующим и интегрирующим фактором, наиболее существенно влияющим на все остальные элементы спортивной деятельности. Обучение и тренировка в спорте не имеют значения сами по себе, они являются лишь подготовительной работой, цель которой обеспечить успешный исход спортивного состязания. Соревновательная деятельность обеспечивает проверку качества учебно-тренировочной работы, способствует повышению спортивного мастерства и в то же время выступает в качестве средства учебно-воспитательной работы, оказывая значительное влияние на совершенствование моральных и волевых качеств личности спортсмена, его характера.

Будучи исходной формой спортивных отношений, всякое состязание для человека представляет собой соперничество, требующее предельного напряжения всех сил и способностей. При этом поиск предела человеческих возможностей неизменно направляет спортсмена по пути постоянного развития и прогресса физических и духовных сил.

В социуме спортивные соревнования несут определенные социокультурные функции. По мнению Л. И. Лубышевой (1997, 2013), при их рассмотрении следует выделять первичные и вторичные функции. Первичные (специфические) функции соревнований – *ранговая оценка всех соперников, нахождение победителей и призеров, фиксация спортивных достижений и рекордов* – относятся в первую очередь к классу социальных оценок.

Вторичные (неспецифические) функции соревнований весьма разнообразны. К ним относятся: *нормативная, селекционная, стимулирующая, самоутверждающая (престижная), подготовительная, управления, моделирования, контроля, зрелищная, информационная, познавательная, воспитательная, экономическая, коммуникативная, агитационно-пропагандистская, культурного обмена, осуществления международных связей* и многие другие.

Систему спортивных соревнований можно рассматривать как социальный институт, позволяющий освоить комплекс формальных и неформальных правил, принципов, норм, установок, регулирующих деятельность людей и организующих их в систему ролей и статусов, а также стимулирующих стремление к самосовершенствованию.

Главными специфическими особенностями спортивных соревнований являются:

- унификация состава действий, условий их выполнения и способов оценки достижений (закрепляется правилами соревнований);
- регламентация поведения соревнующихся, обслуживающего персонала и других лиц, имеющая гуманитарную основу (регламентируется нормами спортивной этики);
- равенство условий и сравнимость результатов каждого участника с помощью определенного стандарта;
- наличие процесса борьбы, противоборства, неантагонистического соперничества, конкуренции;
- высокая общественная и личностная значимость и самого процесса борьбы, и достигнутого спортивного результата (последний получает общественную оценку, влияет на статус спортсмена в обществе);
- активизация факторов, побуждающих и усиливающих состязательно-достиженческие установки личности (системное воспроизведение соревнований с последовательным возрастанием уровня конкуренции и требований к результатам; система прогрессирующих поощрений за спортивные достижения в них);
- наличие определенных норм и требований, выполнение которых позволяет оценить уровень мастерства соревнующихся («спортсмен-разрядник», «мастер спорта», «мастер спорта международного класса», «Заслуженный мастер спорта»).

Таким образом, в самом обобщенном виде о соревнованиях можно говорить как о достаточно сложном и многогранном социальном явлении, включающем в себя целый ряд компонентов. Л. П. Матвеев (1997) определяет *соревновательную деятельность* как специфическую сферу деятельности спортсмена, в рамках которой в соответствии с присущими для разных видов спорта правилами, содержанием двигательных действий, способами ведения соревновательной борьбы осуществляется объективное сравнение спортивно-достиженческих возможностей спортсменов (команд), обеспечивается их максимальное проявление и максимально специализированными средствами повышается уровень подготовленности занимающихся.

Вместе с тем Л. П. Матвеев (1999) считает целесообразным при характеристике соревновательной деятельности различать понятия «*спортивное соревнование*» и «*спортивное состязание*». С одной стороны, оба они характеризуют процесс конкурентного сопоставления спортивно-достиженческих возможностей спортсменов (команд), организованный в форме регламентированного соперничества, упорядоченной борьбы за первенство либо за иной доступный спортивный результат. С другой стороны, в них закладывается несколько отличный смысл.

Термин «*спортивное состязание*» полностью соответствует представленному выше определению. А вот термин «*спортивное соревнование*» связывается с более широким понятием, которое охватывает:

- спортивное состязание спортсменов;
- «соучастие» (косвенное – не прямое участие) в состязании заинтересованных лиц (спортивных арбитров, тренеров, зрителей и т. д.);
- формы организации, регламентирующие взаимоотношения участников и «соучастников», придающих соревнованию упорядоченность как целостному событию в социальной жизни спортивного сообщества.

Все это свидетельствует, что смысловое содержание анализируемого понятия охватывает не только собственно соревновательную деятельность (состязания спортсменов), но и многое другое, сопряженное с ней.

Организация и проведение соревнований требуют формирования определенной инфраструктуры (спортивных сооружений, инвентаря, обслуживающего персонала и т. п.). Необходимость обеспечения равенства ведения спортивной борьбы, регламентации деятельности участников и «соучастников» вынуждает к созданию соответствующих служб: системы спортивного арбитража, технических комиссий, антидопинговых служб и т. п., требует наличия тщательно разработанных правил и положений о соревнованиях, объективных методик и технических средств для выявления победителей и определения занятых мест его участниками. Спортивные соревнования часто собирают огромные массы болельщиков. Обеспечение безопасности и порядка при большом количестве людей, захваченных эмоциями спортивной борьбы, вынуждает создавать специальные

подразделения для контроля за действиями болельщиков и управления ими. Необходимо формирование и ряда других структурных подразделений и служб, обеспечивающих проведение соревнований.

В своей сущности соревновательная деятельность должна быть нацелена прежде всего на предельную реализацию спортсменом своих возможностей для достижения максимально высокого спортивного результата, незаурядной спортивной победы, личного или иного рекорда. Это опирается на устойчивые мотивы самовыражения, самоутверждения и самосовершенствования личности, наряду с опорой на коренные социально значимые ориентации, нравственные принципы и чувства (чувства чести, патриотизма, общественной ответственности и т. д.).

Вместе с тем конкретная цель, преследуемая спортсменом в том или ином отдельном соревновании, далеко не всегда предусматривает демонстрацию предельного результата. Это обусловлено необходимостью удовлетворять различные потребности личности и общества в системе соревнований, а также соображениями, вытекающими из закономерностей оптимальной подготовки спортсмена к наиболее ответственному старту, успешное выступление в котором способствует максимальному повышению рейтинга самого спортсмена или организации, которую он представляет.

В таких случаях вольно или невольно нивелируется основная сущность спортивного соревнования. Принципиальные отличия тут могут состоять в определяющих чертах деятельности спортсмена, в том числе исходной мотивации, характере конкуренции, эмоциональной атмосфере, создаваемой взаимодействиями участников и зрителей, обусловленной всем этим степени мобилизации достигнутых возможностей спортсмена.

Мотив и цель выступают в роли системообразующих факторов, формирующих направленность, а также величину усилий, развиваемых субъектом при выполнении деятельности в процессе состязания. Исходной предпосылкой для принятия конкретной целевой установки спортсмена выступают потребности, интересы и осмысление существующей ситуации как мотива соревновательного поведения.

Среди личностных мотивов, влияющих на целевые установки, по мнению Л. П. Матвеева (2010), есть относительно устойчивые (прочно сформированные в течение жизни под воздействием воспитания и общих жизненных условий) и сравнительно подвижные (оперативно меняющиеся в зависимости от актуальных ситуаций). Кроме того, состязательные установки спортсмена связаны также с общими нравственными устоями его поведения, характером, темпераментом, индивидуальными особенностями волевых проявлений. Все это в комплексе, так или иначе, индивидуально обуславливает, в личностном отношении, конкретную

состязательную нацеленность и поведение спортсмена в том или ином соревновании.

При этом, кроме личностно-индивидуальных факторов и мотивов, на состязательную нацеленность влияют и различные внешне обуславливающие факторы: официально установленный ранг соревнования, его престижность, уровень конкуренции, «установочные» воздействия (инструкции, убеждения, разъяснения) тренера, спортивных руководителей, других заинтересованных лиц, степень морального и материального поощрения за результат выступления в соревновании, влияние других внешних условий, к которым следует отнести:

– особенности места проведения (географическое положение, климатические условия) – с этим связана необходимость адаптации к новому часовому поясу, непривычным температуре и влажности воздуха, атмосферному давлению;

– режим соревнования;

– состояние и оборудование спортивных баз – этим часто бывает обусловлена необходимость существенной коррекции отработанных моделей технико-тактических действий, изменения характера предсоревновательной разминки и отдыха между отдельными выступлениями и т. п.;

– характер судейства, который приобретает особое значение в спортивных играх, единоборствах, сложно-координационных видах спорта;

– особенности поведения соперников, болельщиков;

– эффективность действий служб обеспечения соревнований, представителей команд и других лиц во время подготовки и проведения соревнований.

Отсюда понятно, что конкретная соревновательная нацеленность и характер поведения спортсмена на соревновании не всегда будут совпадать с его долговременно перспективной или даже этапной целью.

В соответствии с этим в общем разнообразии конкретных целевых намерений, реализуемых спортсменом в различных состязаниях, можно выделить, как минимум, несколько достаточно распространенных вариантов.

Нацеленность на победу или завоевание возможно более высокого места с превышением прежнего индивидуально-максимального достижения, то есть на то, чтобы непременно, несмотря на все трудности противоборства, добиться спортивного превосходства над соперниками (если и не над всеми участниками соревнования, то над теми, которых можно победить с предельной мобилизацией своих возможностей) – в этих случаях проецируется этапная цель победы или завоевания возможно высокого зачетного места или (и) установления рекорда (личного, и не только личного, в тех, разумеется, видах спорта, в которых фиксируются рекорды); такой вариант целевой установки типичен главным образом тогда, когда спортсмены основательно мотивированы на достижения в ответственных, наиболее престижных, собственно спортивных соревнованиях.

Нацеленность на демонстрацию как можно более высокого результата в условиях, либо объективно ограничивающих его, либо облегчающих, – этот вариант постановки цели нередко практикуется на этапе подготовки к главным соревнованиям. При этом выступление в серии подготовительных или подводящих соревнований часто проводится либо «на фоне» повышенных тренировочных нагрузок, затрудняющих возможности полной реализации имеющегося потенциала, либо в условиях, облегчающих реализацию соревновательной деятельности (упрощение регламента или отдельных правил осуществления соревновательной деятельности). Данный подход обеспечивает эффективное совершенствование определенных характеристик специальной подготовленности спортсменов, а также увеличивает их соревновательный опыт.

Нацеленность на демонстрацию преднамеренно строго лимитированного результата. Такая целевая установка может реализоваться в серии системно-подготовительных или в длительной серии ординарных соревнований, позволяя, несмотря на увеличение числа состязаний, избежать излишней напряженности соревновательной нагрузки. Она же может быть взята на вооружение, когда по тактическим соображениям спортсмен не желает преждевременно раскрывать свои достиженческие возможности.

«Условно-состязательная» нацеленность, не сосредоточенная на спортивно-техническом результате, – реализуется, например, в спортивно-показательных выступлениях или в оздоровительно-рекреативных соревнованиях. Данной мотивации могут придерживаться и спортсмены, не претендующие ни на превосходство над другими участниками, ни на заметный спортивный результат (целевой установкой для них может быть девиз: «Главное – не победа, а участие»).

Л. П. Матвеев (2010) считает, что предпочтение того или иного варианта целевой установки и ее реализации субъективно во многом зависит от так называемого уровня притязаний спортсмена (меры свойственных ему устремлений к самоутверждению и вообще к удовлетворению личных запросов, производной от самооценки личных возможностей, характера, темперамента и других свойств личности).

Однако в практике спорта нередко возникают противоречия между теми, кто непосредственно вырабатывает и реализует индивидуализированные спортивно-соревновательные цели (тренеры, спортсмены), и теми, кто влияет на их постановку с иных позиций (спортивные функционеры, менеджеры, организаторы, спонсоры). Конечно, спортсмены и тренеры не могут не считаться с интересами команды, за которую они выступают, а также интересами общественных организаций и государственных структур, однако решающая роль в конкретизации индивидуализированных состязательных целей должна принадлежать тренеру и спортсмену. Вероятные расхождения между конкретными индивидуальными и общими целями пусть нелегко, но при разумном подходе преодолимы.

3.2. Современные подходы к классификации соревновательной деятельности

В рамках соревновательной деятельности объединяются в определенную систему разнообразные соревнования, отличающиеся частными функциями (конкретной ролью в удовлетворении тех или иных потребностей участников спортивного сообщества) и своими формами (способами организации, построения, ведения).

Система спортивных соревнований включает последовательно развернутый ряд соревнований различных рангов, конкретных назначений, организуемых в соответствии с закономерностями функционирования спорта. В специальной литературе часто предпринимаются попытки тем или иным образом сгруппировать соревнования в форме классификации. В основе подобных классификаций лежат различные признаки: *по типу «зачета»* (личные, командные, лично-командные); *по иерархии спортивного мастерства участников* (высшая лига, первая, вторая лига и т. д.); *по типу их организации* (по отдельным видам спорта или комплексные); *по типу розыгрыша первенства* (круговая система, отборочно-круговая, смешанная, прямого выбывания), и т. п. Классификационные признаки могут быть связаны также с *составом участников* (юношеские, юниорские, молодежные, для ветеранов и т. п.), *продолжительностью соревнований* (блицтурниры, многодневные или этапные соревнования). Однако построить всеобъемлющую и вполне удовлетворительную во всех отношениях такую классификацию пока не удалось из-за многообразия форм и способов организации соревновательной деятельности.

Наиболее близко подошел к решению этой проблемы Л. П. Матвеев (1997, 1999), предложивший разграничить соревнования по комплексу признаков, выражающих, с одной стороны, суть спорта (*собственно спортивные и субспортивные*), а с другой стороны, – по их роли и месту в тренировочно-соревновательной деятельности (*основные и подготовительные*) (рис. 3.1).

Собственно спортивные соревнования представляют собой соревнования с активной состязательно-достиженческой установкой соревнующихся, полным комплексом присущих им черт и официальным статусом проведения. Состав соревновательной деятельности, условия ее осуществления и оценка достижений основаны на принципе неантагонистической конкуренции.

Субспортивные соревнования не имеют ряда существенных признаков собственно спортивных соревнований (например, ярко выраженной функции соревновательного ранжирования и, следовательно, функции выявления предельного спортивного результата). Это не значит, что они вообще не играют существенной роли в спортивной жизни – роль их бывает по-своему существенной. В частности, для них может быть характерна подготовительная (по отношению к собственно спортивным соревнованиям) функция, либо условно-показательная, либо рекреативная.

В ряду ***основных соревнований*** правомерно выделить *главные* и *ординарные*. Иногда к их числу можно отнести и так называемые *отборочные* соревнования, если

спортсмен предыдущими стартами не завоевал право включения в состав сборной команды. Хотя отборочные соревнования можно отнести и к группе подготовительных, и к группе *собственно спортивных*.

Главные соревнования. В годичном цикле подготовки у спортсмена их может быть от 1 до 3. Они позволяют максимально поднять рейтинг. Целью участия в этих соревнованиях является достижение победы или завоевание возможно более высокого места, достижение максимально высоких результатов. В них спортсмен стремится продемонстрировать полную мобилизацию и реализацию своих физических, технических, тактических и психических возможностей. Главные соревнования венчают отдельные этапы подготовки, становясь узловыми пунктами всей системы.

Ординарные соревнования. Регулярно проходящие по спортивному календарю соревнования, в которых спортсмену приходится выступать как участнику команды. В них он планирует достижение определенных, достаточно высоких результатов, добиваясь побед или завоеывая определенные места, приносит команде зачетные очки.

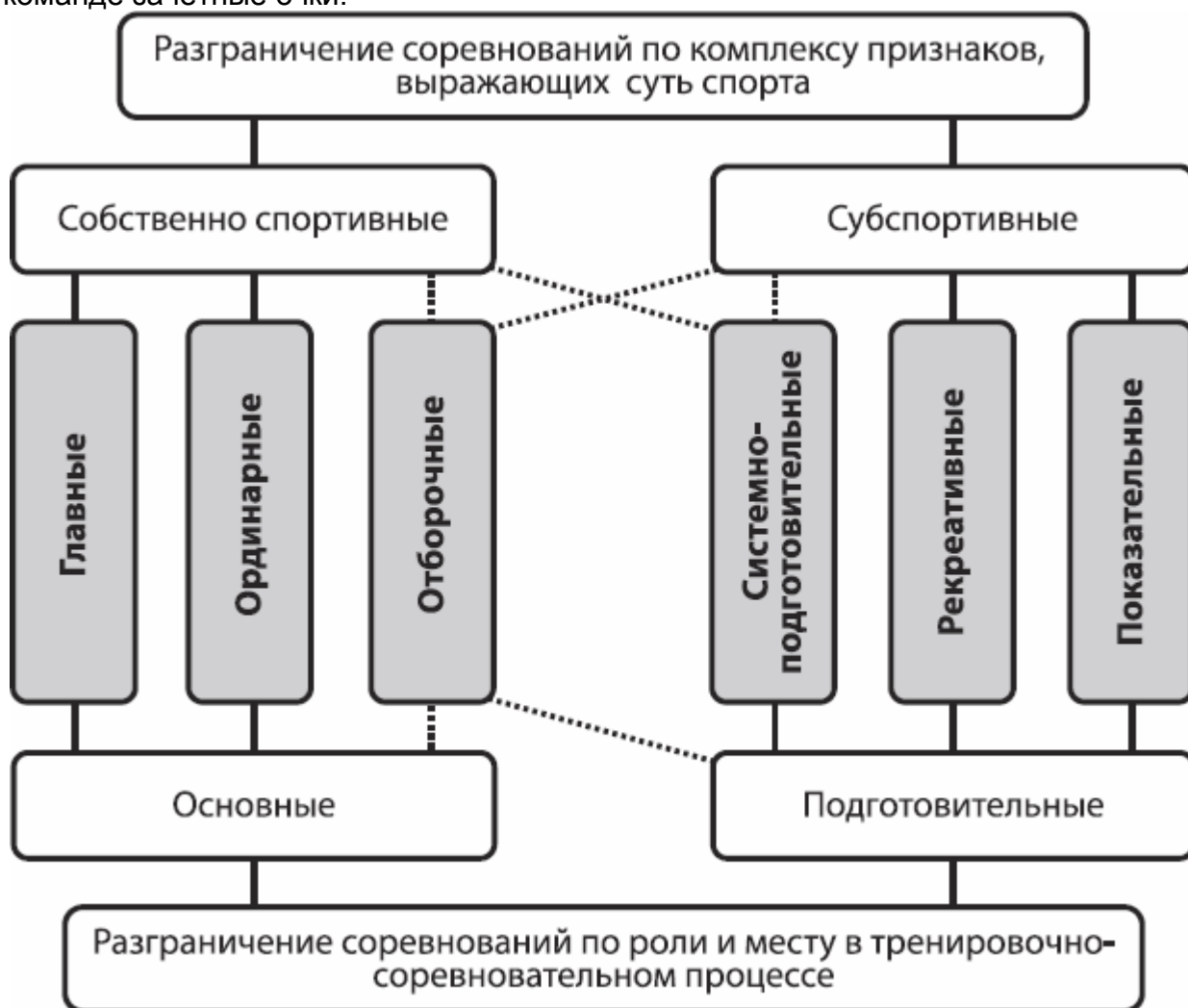


Рис. 3.1. Типологическая классификация соревнований по комплексу признаков (Л. П. Матвеев, 1999)

Отборочные соревнования. По результатам этих соревнований комплектуют команды, отбирают участников главных соревнований. В зависимости от принципа, положенного в основу комплектования состава участников главных соревнований, перед спортсменом ставится задача завоевать определенное место, выполнить контрольный норматив, позволяющий попасть в состав команды и надеяться на успешное выступление в главных соревнованиях. Их статус может меняться в зависимости от условий организации соревнований (официальные или неофициальные) и задач, стоящих перед спортсменом (выиграть, занять определенное место, показать определенный результат или решать какие-то задачи подготовки или имиджа, поскольку требования отбора уже были выполнены ранее).

Комплекс *подготовительных соревнований* складывается из числа официальных и неофициальных соревнований, которым придается преимущественно подготовительная, контрольная и реабилитационная направленность. Такие соревнования можно назвать *системно-подготовительными* (подготовительно-тренировочными, подготовительно-адаптирующими, контрольно-подготовительными, подводными).

Основной целью *системно-подготовительных соревнований* является адаптация спортсменов к условиям соревновательной борьбы, отработка рациональных технико-тактических решений в разнообразных ситуациях соревновательной деятельности и развитие способностей к их реализации в условиях острого соперничества, приобретение соревновательного опыта, совершенствование специфических психических качеств. Особую роль играют подготовительные соревнования как эффективное средство интегральной подготовки спортсмена.

Подводящие соревнования планируются в основном во второй половине подготовительного и в начале соревновательного периодов. В подводящих соревнованиях отрабатывается модель соревновательной деятельности, которую спортсмен предполагает реализовать в главных соревнованиях. Необходимость отработки различных вариантов соревновательной борьбы (например, в единоборствах и спортивных играх) предусматривает подбор соперников, с которыми можно в наилучшей мере подготовить тот или иной технико-тактический вариант. Подводящие соревнования следует проводить в условиях, максимально приближенных к условиям главных соревнований. Подводящими могут быть как специально организованные, так и официальные соревнования.

Контрольные соревнования проводятся с целью контроля за уровнем подготовленности спортсмена. В них проверяется эффективность прошедшего этапа подготовки, оценивается уровень развития физических качеств, технического и тактического совершенства, интеллектуальных и психических возможностей спортсмена, выявляются сильные и слабые стороны в структуре соревновательной деятельности. С учетом результатов контрольных соревнований разрабатывается программа последующей подготовки, предусматривающая устранение выявленных недостатков для успешного

выступления в отборочных и главных соревнованиях. Контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования различного уровня, так и специально организованные контрольные соревнования. Программа их может существенно отличаться от программы отборочных и главных соревнований и быть составлена с учетом необходимости контроля за уровнем развития отдельных сторон подготовленности.

Наряду с системно-подготовительными, к группе *субспортивных* (не несущих преимущественно спортивно-достиженческих функций) следует также отнести показательные и рекреативные соревнования.

Рекреативные соревнования имеют характер эмоционально насыщенного отдыха – развлечения. При этом, как правило, происходит переключение с основной соревновательной деятельности на какую-либо другую, чаще игровую. Основными целями этих соревнований являются оздоровительная и восстановительная.

Показательные соревнования организуются и проводятся на манер театрализованного представления, не имеющего функции соревновательного ранжирования.

Характерной особенностью современного спорта является проведение комплексных соревнований, в программу которых включаются несколько видов спорта. Наиболее масштабными комплексными соревнованиями является спартакиады и олимпиады, различные региональные игры. В последние годы стали регулярно проводиться паралимпийские соревнования инвалидов и другие комплексные соревнования, включающие в свою программу неолимпийские, например национальные, виды спорта.

Главные отличия различных групп соревнований не всегда четко выражены, поскольку в практике отдельные черты комбинируются в своеобразных вариантах. Однако выделение их имеет смысл, поскольку для управления совершенствованием спортивного мастерства имеют существенное значение особенности соревновательных установок и условий их реализации, сила связанных с ними стимулов мобилизации достиженческих возможностей, объективно предъявляемых различными соревнованиями к спортсмену.

3.3. Календарный план спортивных мероприятий и индивидуализация системы соревнований

В целях обеспечения эффективного функционирования и планомерного развития отрасли физической культуры и спорта, а также физического воспитания населения и развития спорта ежегодно планируется система различных спортивных мероприятий, складывающаяся в виде календарного плана. *Календарный план спортивных мероприятий* – это систематизированный перечень планируемых и официально утвержденных спортивными организациями соревнований, которые представлены в нем в календарной последовательности, с указанием дат и мест проведения.

Официальный характер спортивное мероприятие приобретает только тогда, когда оно включается в официальный календарный план, то есть утверждается заблаговременно в принятом соответствующими органами управления перечне соревнований и других спортивных мероприятий; организуется по официальному «Положению о соревновании» – четко оформленному нормативному документу, в котором определяются:

- задачи соревнования;
- состав участников (суммарное количество, возрастные, половые, квалификационные и другие особенности);
- условия допуска к участию (предусмотрены ли отборочные старты, необходимо ли заранее показать определенный спортивный результат и т. д.);
- регламент и критерии определения победителей, порядок их награждения;
- условия места проведения, материально-технического и арбитражного обеспечения;
- другие существенные с организационной стороны позиции.

Судейство официальных соревнований осуществляется по действующим в виде спорта «Правилам соревнований» и обеспечивается квалифицированным спортивным арбитром (арбитрами).

Календарные планы спортивных мероприятий бывают *сводно-комбинированными* (сводящими календарные планы соревнований по разным видам спорта), *спортивно-видовыми* (охватывающие все контингенты спортсменов одного вида спорта), *избирательно-поконтингентными* (предназначенными для определенных контингентов спортсменов: по возрасту, квалификации, полу, другим признакам). Календарные планы создаются для спортивных мероприятий разного масштаба: местных, региональных, национальных, континентальных, всемирных.

Основные требования к составлению календарных планов спортивных мероприятий:

- регулярность включения соревнований различного типа и ранга;
- охват широкого контингента спортсменов разной квалификации, возраста и пола;
- рациональная последовательность в распределении соревнований менее высокого и более высокого рангов;
- принципиальная соразмерность между сроками проведения особо престижных общезначимых соревнований и усредненными величинами времени, необходимого для приобретения или сохранения «спортивной формы» наиболее вероятными участниками этих соревнований;
- стабильность календарного плана.

Было бы неразумным требовать от спортсменов успешных выступлений во всех без исключений соревнованиях, предусмотренных календарным планом. Передовой опыт организации спортивной деятельности отличается согласованным выделением некоторого минимума обязательных для определенного контингента основных стартов (в том числе и самого ответственного – главного) и предоставлением занимающимся возможности широко варьировать индивидуальные планы остальных выступлений. При этом надо иметь в виду, что ради достижения главной цели бывает целесообразным отказаться от участия даже в весьма престижных состязаниях, если выступление в них вынуждает отклониться от оптимальных вариантов построения подготовки к главному старту. В соответствии с этим спортсмены и их тренеры, учитывая специфические особенности развития спортивной формы и сроки главных соревнований, составляют *индивидуальные планы участия в соревнованиях*.

Индивидуальная система соревнований строится с учетом ряда факторов: уровня подготовленности спортсмена, его целевых установок, возможности реализации их, избранного варианта системы построения тренировки, индивидуальных особенностей адаптации к тренировочной и соревновательной деятельности. На основе этого определяется главное соревнование сезона, позволяющее максимально поднять рейтинг спортсмена, и система подводных соревнований. Выбранный порядок выступлений спортсмена нужно соотнести по времени с избранными пунктами календарного плана спортивных мероприятий, зафиксировав сроки тех соревнований, в которых намеревается выступать спортсмен, что является временными ориентирами в построении индивидуальной системы подготовки.

Проблема «состыковки» индивидуализированного плана соревновательных выступлений с общим календарным планом спортивных мероприятий в различных видах спорта решается не вполне одинаково. В индивидуальных видах спорта это сделать значительно проще: нередко даже у спортсменов, претендующих на включение в одну и ту же сборную команду, фактически складывается различная индивидуальная система подводных и отборочных соревнований.

В командных видах спорта эта проблема осложняется постоянной включенностью спортсменов в единую команду, продолжительным и частым выступлением в ее составе по единому календарному плану. Индивидуализация системы соревнований в этом случае достигается, хотя и не без труда, путем индивидуального и микрогруппового (по игровым звеньям) варьирования состава команды в тех или иных соревнованиях, периодической или эпизодической заменой игроков. Возможно варьирование системы соревнований путем введения в нее состязаний, не предусмотренных официальным календарным планом спортивных мероприятий: подготовительно-тренировочного, адаптационного и контрольного характера. Кроме того, возможно выступление за команды более высокого уровня (например, сборную команду страны).

Вопросы для самоконтроля

1. Что представляет собой соревновательная деятельность?
2. Чем отличается спортивное соревнование от соревнований в производственной, экономической и других сферах деятельности?
3. В чем заключаются основные специфические особенности спортивных соревнований?
4. Какие смысловые значения заложены в понятия «спортивное состязание» и «спортивное соревнование»?
5. Какие основные целевые установки используются в соревновательной деятельности, и какие факторы их обуславливают?
6. Чем обуславливается эффективность содержания соревновательной деятельности?
7. Какие виды классификации спортивных соревнований вы знаете?
8. Какие группы соревнований можно выделить по комплексу признаков, выражающих суть спорта?
9. Какие группы соревнований можно выделить по их месту в тренировочно-соревновательной деятельности?
10. Какие соревнования называют главными?
11. Что представляют собой ординарные соревнования?
12. Какие соревнования называют отборочными?
13. Что представляют собой системно-подготовительные соревнования?
14. Какие соревнования называют рекреативными?
15. Какие соревнования называют показательными?
16. Что собой представляют календарные планы спортивных мероприятий, и в каких формах они разрабатываются?
17. Назовите основные требования, которые реализуются при разработке календарных планов спортивных мероприятий?
18. Как формируются индивидуальные планы участия в соревнованиях?

Глава 4. Спортивные достижения – их социальная значимость и тенденции развития

4.1. Спортивные достижения и спортивные результаты, критерии их оценки

Специфику спорта, как уже отмечалось, характеризует развернутая система спортивных соревнований со строгой регламентацией соревновательных действий и унификацией способов оценки достижений в ней. Для характеристики оценки конечного исхода спортивного соревнования используются такие показатели, как «спортивный результат», «спортивное достижение», «спортивный рекорд» и т. п.

Каждое спортивное соревнование завершается тем или иным спортивным результатом. По определению Л. П. Матвеева (1999), *спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивно-достиженческих возможностей спортсмена или команды, оцениваемый по установленным в спорте критериям и являющийся количественным выражением итогов соревновательной деятельности.*

Под *спортивно-достиженческими возможностями* здесь понимается *совокупность способностей, навыков, умений и знаний, которые в комплексе позволяют осуществлять принятые в избранном виде спорта соревновательные действия и добиваться реально доступного для конкретного спортсмена (команды) исхода состязаний.*

Спортивные результаты измеряются и оцениваются спортивными арбитрами по некоторым внешним признакам – критериям, позволяющим получить количественную оценку итогов соревновательной борьбы. Принятые в различных видах спорта критерии оценки результатов имеют, естественно, свои отличия. В целом их можно условно подразделить на: *объективные, субъективные и смешанные.* Условность такого разграничения в том, что момент объективности и субъективности есть почти во всей совокупности практических критериев оценки спортивных результатов, но в разных соотношениях.

Объективные критерии – сопряжены с замером некоторых физических параметров: длины или высоты прыжка; дальности полета снарядов; времени преодоления дистанции – в беге, плавании, лыжных гонках; веса поднимаемого спортивного снаряда – в тяжелой атлетике; и т. п. При их измерениях используется относительно точный инструментарий. При этом результат можно получить независимо от оценивающих его лиц.

Субъективными критериями оценки спортивного результата называются такие способы, которые в значительной мере зависят от впечатлений, складывающихся у арбитров о качестве выполнения соревновательных действий, и сопоставления их с некоторыми «образцами» на основе собственного опыта и требований принятых спортивно-технических руководств и правил соревнований. При сопоставлении соответствий и отклонений выставляются оценки, имеющие условные градации, баллы и т. п.

Смешанные критерии – те, в которых приблизительно в одинаковой мере сочетаются объективные и субъективные слагаемые оценки. В спортивных играх и единоборствах результаты оцениваются по точности выполнения определенных действий: попадание мячом, шайбой и т. п. в целевую мишень (корзину, ворота и

др.), выполнением определенного приема, точного и сильного удара и т. п. Вместе с тем исход эпизодов и всего состязания оценивается арбитрами в немалой зависимости от субъективных особенностей их восприятия и оценочных суждений качества исполнения действий.

Следует отметить, что эволюция критериев в целом шла и идет по пути их объективизации и увеличения степени точности оценочных процедур. Этому в настоящее время способствуют разработка определенных количественных методов оценки результатов, внедрение новых технических средств объективного контроля, скомпонованных с компьютерами, телевизионной и иной аппаратурой.

Основной составляющей соревновательной деятельности является стремление к максимальной реализации потенциала спортсмена для демонстрации возможно более высоких результатов. Однако в силу определенных причин и обстоятельств (в первую очередь – изменчивости состояния «спортивной формы») спортсменам далеко не в каждом состязании удается полностью реализовать свои спортивно-достиженческие возможности. Поэтому не каждый результат, демонстрируемый спортсменом (командой) в процессе выступлений в состязаниях можно назвать достижением.

***Спортивным достижением** отдельного спортсмена или команды можно назвать те результаты, которые превосходят предыдущие и характеризуются занятием более высоких мест в состязании, выполнением определенного норматива спортивной классификации, завоеванием почетного звания и т. п.*

С ростом популярности спорта спортивные достижения получают все более широкую общественную оценку. Их значимость повышается в связи с тем, что их уровень в определенной мере отождествляется с уровнем развития культуры общества, государства и его социальной системы. Вполне очевидно, что спортивные достижения в массовом спорте обеспечивают оценку динамики общей подготовленности занимающихся на уровне массовых разрядов. Спорт высших достижений ориентирован на абсолютный максимум достижений. Поэтому спортивный результат как количественная характеристика спортивного достижения имеет самостоятельную ценность для человека. Спортивное достижение оценивается как спортсменом, так и обществом в соотношении с масштабом и рангом соревнований, квалификацией соперников, условиями проведения соревнований и, особенно, в его сопоставлении с рекордом.

***Рекорды** – это спортивные результаты, превышающие все ранее достигнутые на официальных соревнованиях определенного ранга.*

Рекорды регистрируются только в тех видах спорта, в которых спортивный результат может быть определен в стандартных условиях и количественных единицах измерения: веса, расстояния, времени, количества попаданий и т. п. В других случаях результаты, превышающие ранее достигнутые, определяются как *высшие достижения*. Различают рекорды и высшие достижения – мировые, олимпийские, континентальные и т. п. Отдельно фиксируются рекорды для

мужчин и женщин, а также в различных возрастных группах (юноши, юниоры, взрослые, ветераны).

Спортивные результаты и достижения неотделимы от субъекта деятельности (спортсмена), свидетельствуют об уровне развития прогрессивных сил индивида, его способностей в избранной сфере. При этом высшие достижения и рекорды служат интегральными критериями спортивной культуры, наглядным примером качества системы подготовки в конкретном виде спорта, сложившейся в той или иной стране, и в какой-то мере характеризуют уровень культуры общества.

4.2. Ценностный потенциал спортивных достижений

Специалисты отмечают, что уровень спортивных достижений в той или иной стране, особенно – общие тенденции их изменения, зависит не только от привлечения в спорт предрасположенных к этой деятельности талантливых людей и обеспечения им должной спортивной подготовки, но и от базовых условий материальной жизни в обществе, от его благосостояния, а также от социальных институтов, влияющих на развитие спортивного движения. Поэтому спортивные достижения, обусловленные социокультурными, социально-экономическими и связанными с ними факторами, могут выступать в качестве объективных критериев оценки качества социального развития общества и обладают целым рядом ценностных характеристик.

По мнению В. Н. Платонова (1997, 2004, 2013), спортивный результат как продукт соревновательной деятельности имеет самостоятельные ценности для спортсмена, тренера, зрителя, спортивной организации, страны и т. п. Вместе с тем следует учитывать, что спортивные достижения обладают, помимо чисто спортивных, и другими ценностями, стимулирующими социальное и духовное развитие общества, содействующими самоутверждению и разностороннему совершенствованию личности, воспитывающими через спорт активных деятелей общественного процесса.

Изучение ценности спортивных достижений, по мнению Ю. Ф. Курамшина (1996, 2013), определение наиболее существенных признаков, позволяющих выявить эти ценности, систематизировать и сгруппировать их в зависимости от значимости для личности и общества, имеет высокое значение как для сферы спорта, так и социального развития общества в целом.

Поскольку ценность как социальная категория всегда связана с удовлетворением каких-то человеческих потребностей, в качестве основы классификации ценностей спортивных достижений Ю. Ф. Курамшиным (1996, 2013) было предложено использовать такой признак, как потребность в успехе, в достижении высокого результата. Наряду с учетом чисто спортивных потребностей для выявления ценностного потенциала спортивных достижений он предложил выделить еще три больших класса потребностей: социальные, идеальные,

культурные. В соответствии с ними определены разновидности ценностей спортивных достижений (рис. 4.1).

К чисто *спортивным ценностям* следует отнести то, что высшие спортивные достижения и рекорды являются своеобразными *эталоном* человеческих возможностей, реализуемых в спорте на данный момент его развития. Они приобретают широкое признание и служат своеобразными индикаторами индивидуальных и общечеловеческих возможностей, а также ориентиром на пути к дальнейшему раскрытию и совершенствованию потенциальных резервов человеческого организма. Их ценность прежде всего заключается в том, что новые спортивные достижения и рекорды общечеловеческого масштаба связаны с потребностями в самоопределении и самоутверждении личности через гуманные формы честного соперничества. Спортивные достижения мирового класса являются одним из главных стимулов роста спортивного мастерства и, тем самым, прогресса спорта вообще. Ориентируясь на них, каждый может соотнести свои личные спортивные успехи, оценить их и наметить доступную меру увеличения.

Они являются и своеобразными ориентирами, на основе которых разрабатываются *оценочные* критерии, разрядные нормы и требования к конкретным видам спорта. Выполнение этих норм дает право на присвоение определенного разряда, звания. Эти оценочные отображения спортивных достижений существенны для функционирования и популяризации спорта в обществе. Они позволяют оценить уровень подготовленности людей, занимающихся конкретным видом спорта, а также уровень развития разных видов спорта и спортивных дисциплин в отдельном регионе, стране, мире. Ценность разработки таких критериев для развития спорта вполне очевидна, поскольку их отсутствие затрудняет мотивацию, стимулирующую к прогрессу в спорте, особенно для тех, для кого рекорды являются весьма отдаленной, а порой и недостижимой перспективой.



Рис. 4.1. Виды ценностей спортивных достижений (Ю. Ф. Курамын, 2013)

Разработка и научное обоснование оценочных критериев (разрядных норм) имеет существенное значение для развития спорта, поскольку использование заниженных норм приводит к увеличению числа разрядников, не достойных этого звания, и снижает мотивацию к активным занятиям. Завышенные же нормы становятся для многих недостижимыми и вынуждают людей прекращать занятия спортом.

Весьма важным при разработке оценочных критериев является эквивалентность (равнозначность) одних и тех же разрядных норм в разных видах спорта. Здесь имеется в виду, что разрядные нормы должны стимулировать гармоничное развитие всех спортивных дисциплин.

Являясь показателями достиженческих возможностей, реализуемых в спорте, спортивные результаты, динамично изменяясь, свидетельствует о перспективе

потенциальных возможностей человека в конкретной спортивной дисциплине. Их динамика служит критерием для оценки и *прогнозирования* потенциальных способностей индивида или группы спортсменов (В. С. Родиченко, 1978; Л. П. Матвеев, 1999, 2010; Ю. Ф. Курамшин, 1986, 2007; М. А. Годик, 1988).

Спортивные достижения, демонстрируемые отдельными спортсменами, имеют *селекционную ценность* при формировании команд разного уровня. Особое значение она приобретает при отборе спортсменов в национальные команды для выступлений в мировых и континентальных чемпионатах, на Олимпийских играх, а также для прогнозирования успешных выступлений, на которых сопоставляются личные достижения спортсменов с высшими мировыми достижениями, рекордами или квалификационными показателями, выдвигаемыми международными или национальными спортивными федерациями.

Наряду с этим специалисты отмечают, что через спортивные достижения реализуются и более существенные в социальном плане, глубинные ценности, которые в гуманном обществе должны состоять в том, чтобы стимулировать духовное и физическое развитие личности, содействовать ее самоутверждению и разностороннему совершенствованию, воспитывать через спорт активных деятелей общественного прогресса.

Современный спорт, являясь значимым социальным явлением, обладает как на национальном, так и международном уровнях высоким статусом в системе общественных отношений. Спортивные достижения той или иной страны вызывают интерес и симпатии к ней, повышают и укрепляют ее *социальный престиж* в мире. Необходимо указать, что престижны все уровни спортивных соревнований и спортивные достижения его участников – от первенства коллектива физической культуры до чемпионата мира и Олимпийских игр. Престижными показателями являются не только достижения высшего мастерства, но и детского, юношеского, массового спорта, которые составляют основу для спорта высших достижений.

В современном спорте престиж приобретает социально-государственное значение, а спортсмены приравниваются к своеобразным посланцам данной страны (Н. И. Пономарев, 1984, 1987). Каждый спортсмен в качестве представителя своей нации, народа, страны, добившись успеха на соревнованиях, устанавливая рекорд, испытывает гордость не только за себя, но и за тех, кого он представляет (В. И. Столяров, 1988). Зрители, болельщики часто *идентифицируют* себя с отдельными спортсменами или командой. Достижения последних вызывают у них чувство восхищения, гордости, улучшают настроение, самочувствие, порождают радость, веселье, чувство патриотизма, сплочения, являются импульсом общественного самосознания, способствуют социальной интеграции, политической солидарности. Вместе с тем поражение атлета или команды ухудшает настроение, вызывает чувство разочарования, а порой и негодования, агрессию по отношению к победившему и их болельщикам. Поражение на крупных международных турнирах воспринимается как национальная трагедия.

Реактивные изменения в психике болельщиков сохраняются значительное время и выступают как фактор, влияющий на групповое поведение.

Спортивные достижения находят свое выражение в *ориентационно-стимулирующих ценностях*, поскольку спорт периодически рождает «звезд», которые являются предметом интереса, симпатии, волнения, а в некоторых случаях и преклонения миллионов. В глазах молодых людей эти «герои спорта» нередко поднимаются до ранга личностных образцов, которым они желают подражать не только на стадионе, в бассейне или спортивном зале, но и в повседневной жизни. Ценностями в данном случае служат жизненные идеалы и образцы для подражания. При этом высшие спортивные достижения и рекорды являются ориентирами для спортивных устремлений тысяч начинающих спортсменов – детей и подростков, которые благодаря этому вовлекаются в спорт.

Поскольку спорт является признанной органической составляющей культуры общества и личности, то высшие спортивные достижения и рекорды оцениваются во всем мире как ценности самой культуры общества, выражающие способности определенных лиц, народов, стран к культурным достижениям. В каждом спортивном достижении имеется что-то от ценностей культуры общества, из которой он вырос. Поэтому спортивные достижения имеют *социокультурную ценность*, являются как бы обобщенными показателями развития спортивной культуры и общества, наглядными критериями качества школы спорта, сложившейся в той или иной стране, а в какой-то мере – и одним из показателей прогресса культуры в целом.

Социальная значимость спортивных достижений во многом обуславливает направленность и активность личности атлетов в сфере спорта высших достижений. Важнейшим стимулом, порождающим стремление к победе, желание добиться успеха, достигнуть наилучших результатов, служит *общественная оценка* спортивных достижений. Формы ее разнообразны. Это – награждение за высокие достижения правительственными орденами и медалями, присвоение спортивных званий, привлечение зрителей на стадионы и оглашение результатов спортивных достижений, публикация их в печати, в сообщениях по телевидению и радио, в специальной литературе (Г. Г. Наталов, 1974; Н. И. Пономарев, 1996; Ю. Ф. Курамшин, 1996, 2013).

Помимо общественных и государственных наград, существуют *материальные поощрения* за победу, за занятое призовое место на крупнейших соревнованиях, за достижение рекордного результата и другое, и с каждым годом их размеры возрастают. Материальные блага, которые получают спортсмены за свой труд, – это тот минимум, который позволяет им пользоваться другими благами – социальными и духовными. Причем с повышением спортивной квалификации возрастает значимость материального и денежного вознаграждения, славы и социального признания как стимулов специализированной спортивной деятельности.

Познавательные ценности, создаваемые в сфере спорта высших достижений, имеют большое *общекультурное* и специфическое *научное* значение. Спортивные рекорды, процесс подготовки к ним и их установление играют важную роль в познании законов функционирования и развития человеческого организма (Л. П. Матвеев, 1977, 1997, 2010; В. В. Кузнецов, 1979, 1982; Н. И. Пономарев, 1987; В. И. Столяров, 1988). К настоящему времени в результате научных исследований выявлен ряд интересных данных о различных функциях, свойствах и качествах человеческого организма, которые в обыденной жизни как бы дремлют и проявляются только в так называемых экстремальных состояниях. Во многом это объясняется тем, что законы функционирования человеческого организма наиболее отчетливо и полно проявляются именно в условиях максимального, предельного напряжения человеческих сил и способностей. Знания, полученные на экспериментальном «полигоне» спорта высших достижений, обогащают наши сведения о человеке и его психофизическом совершенствовании.

Однако спорт высших достижений и спортивные рекорды – это не только мощный инструмент познания закономерностей функционирования человеческого организма, а также и важный инструмент познания закономерностей управления человеческим организмом для его совершенствования в том или ином направлении. Они позволяют выяснить, чего можно достичь, используя определенные средства для совершенствования тех или иных качеств и способностей, необходимых в спортивных соревнованиях.

Спортсмены, тренеры, ученые постоянно ищут более эффективные способы и приемы техники, тактики, пути совершенствования конструкций спортивных снарядов, оборудования и др. Н. Г. Озолин и Л. С. Хоменков (1989) отмечают, что «это – естественное стремление, обусловленное желанием добиться спортивной победы, превзойти спортивное достижение, установить рекорд, вдохновляло спортсменов и тренеров на творческие поиски, а ученых – на разработку и обоснование новых путей спортивного совершенствования».

Креативная ценность спортивных достижений заключается в стимулировании к творчеству, способности создать новое, ранее недоступное. Творческая (креативная) ценность достижений состоит в том, что они являются своеобразным аккумулятором информации и генератором новых идей в теории и практике подготовки в избранном виде спорта, служащим в итоге повышению и более полному раскрытию возможностей человека. Важнейшим критерием творческой ценности спортивного достижения является то, насколько оно обогащает новым содержанием, новой информацией совокупность уже ранее созданных ценностей.

Спортивный рекорд, являясь результатом максимальных физических нагрузок и высочайших психических напряжений, выражает единство физической и умственной активности спортсмена. Вместе с тем подготовка и установление высших достижений, рекордов в спорте предоставляет широкие возможности для

воспитания волевых, эмоциональных, нравственных, интеллектуальных и эстетических качеств личности.

В силу этого спорт высших достижений и его рекорды имеют большое *воспитательное* значение. Естественно, воспитательные возможности достижений не реализуются сами собой. Более того, воспитательная ценность спортивных результатов может изменяться: в одних случаях они могут содействовать формированию положительных черт личности (патриотизма, гуманности, трудолюбия, скромности), а в других – отрицательных (индивидуализма, зазнайства, нечестности, агрессивности, неорганизованности и т. п.).

Конкретное воспитательное значение достижений спортсмена или команды зависит от ряда условий: чем они мотивируются, какие вызывают переживания у людей, какие межчеловеческие отношения (межколлективные, межнациональные, международные) складываются в сфере спортивной деятельности и в связи с ней, убеждениями и мировоззрением спортсменов, их представлением о себе, их отношением к обществу, какова социальная направленность спортивного движения в том или ином обществе и др. (В. Б. Кучевский, 1972; В. В. Белорусова, 1975; Л. П. Матвеев, 1977; В. К. Бальсевич, 1996; Н. И. Пономарев, 1996; В. И. Столяров, 1996, 2014).

Результаты спортивных состязаний и условия их проведения оказывают воспитательное, социализирующее воздействие не только на самих спортсменов, но и на других людей, причем даже тогда, когда последние сами непосредственно спортом не занимаются. Любое событие во время соревнований находит живой отклик среди болельщиков, которые размышляют над ним, тщательно анализируют его, обсуждают. Какой спортивно-технический результат показал спортсмен; что явилось причиной, успешного или неудачного выступления; какова была атмосфера спортивного поединка; почему судьи сочли возможным отстранить кого-то от участия в соревновании – все это длительное время после каждого спортивного мероприятия остается в центре внимания болельщиков. Результатом таких обсуждений является выработка определенных оценок и ориентиров, которые для личности болельщика начинают служить мерилем его собственного поведения. В каждом спортивном соревновании болельщики хотят видеть не только достижения высоких результатов человека, но и высшие образцы истинно гуманных, высоконравственных отношений между людьми.

Личностными ценностями спортсмена, являющимися источниками его активности, может быть стремление к самоутверждению, самовыражению, самореализации, самоактуализации. Такое стремление к совершенствованию мастерства, рекордным результатам обусловлено проявлением *глорических* (*glory* (англ.) – слава, то есть потребность в самоутверждении, в славе) *ценностей* достижений.

Выдающиеся рекорды или победы в крупных соревнованиях, требующие наивысшего напряжения физических, психических, интеллектуальных,

эмоциональных и др. качеств, вызывают чувства наслаждения, удовлетворения достигнутым уровнем результатов. Разнообразные проявления этих чувств, как самих спортсменов, так и зрителей, тренеров и других лиц отражают *гедонические* (*hedone* (греч.) – наслаждение) *ценности* спортивных достижений.

Следует отметить еще один ценностный аспект спортивных достижений, имеющий социоэмоциональное происхождение и относящийся к группе *идеальных* (душевных) ценностей, – *катарсический* (греч. – очищение, то есть душевная разрядка, испытываемая зрителем в процессе соперничества). Это испытание соперниками, зрителями, тренерами душевной разрядки, облегчения в случае успеха, победы, завоевания определенного места конкретным спортсменом или командой (Н. И. Пономарев, 1987). Катарсические воздействия спортивных достижений на людей помогают сохранять или восстанавливать их психическое равновесие, изменять психическое состояние, отвлекать от неприятных ситуаций.

Спортивный результат как конечный продукт соревновательной деятельности обладает *эстетической значимостью*. Он вызывает либо у участника состязаний, либо у зрителей определенные эстетические чувства, эмоции, переживания, удовольствие, оценивается ими с особой эстетической точки зрения (М. Я. Сараф, 1978; М. М. Лобженидзе, 1980; Г. А. Праздников, 1981; Н. Н. Визитей, 1982; Б. Лоу, 1984). С эстетической точки зрения, ценность спортивного достижения состоит в красоте выступления спортсмена или команды. Красота рекордного забега, заплыва, попытки является эталоном эстетической ценности соревновательной деятельности. При этом она может иметь различные формы проявления, характеристики. Поэтому эстетическая оценка спортивных достижений существенным образом зависит от развитости у человека эстетических потребностей, вкусов, представлений, идеалов, взглядов и эстетической культуры личности в целом (М. Я. Сараф, В. И. Столбов, 1984).

Эмоционально-зрелищная ценность спортивных достижений состоит прежде всего в высокой напряженности и эмоциональности борьбы, разворачивающейся на спортивной арене, а также в том, что в спортивном состязании заранее трудно предсказать результат и точный исход. Более того, с каждым годом в спорте высших достижений возрастает конкуренция, продолжается рост спортивных рекордов во многих видах спорта, повышается ценность победы. Естественно, это усиливает интерес зрителей к спортивным состязаниям, и особенно к таким, в ходе которых достигаются уникальные результаты, рекорды. Спорт благодаря телевидению и другим средствам массовой информации превращается в популярнейшее зрелище, которое по силе духовного воздействия на человека выдвигается на одно из центральных мест в культурной жизни общества.

Морально-этические ценности спортивных достижений заключаются в том, что победы в спорте и спортивное соперничество связывают с проявлением таких общечеловеческих моральных ценностей, как честность, справедливость, благородство. Считается, что спортсмены обязаны быть образцом поведения,

вести себя этично, бороться за достижение мастерства, не используя запрещенные методы и стимулирующие препараты. Спортивные достижения, являющиеся следствием честного соперничества во имя гуманистических ценностей, реализуемые в рамках законов, единых для всех и принципиально несовместимых с любыми манипуляциями, ставящими соревнующихся в неравные условия, способствуют выявлению лучших качеств людей, помогают взаимопониманию и взаимопознанию, совместному движению к вершинам человеческих свершений.

4.3. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений

Уровень спортивных достижений определяется многими факторами. К основным из них можно отнести следующие: индивидуальные способности спортсмена, качество системы подготовки, размах спортивного движения, а также социальные и экономические условия его развития в обществе.

Индивидуальные способности спортсмена. Занятия любым видом спорта требуют от человека проявления определенных *способностей*, которые выражаются индивидуальными особенностями личности, проявляющимися в быстроте, глубине и прочности овладения способами и приемами определенной деятельности. На уровень проявления индивидуальных способностей влияют: возраст, пол, спортивный стаж, морфологическая конституция, уровень спортивной работоспособности, адаптивные возможности организма. Обеспечить более успешное освоение необходимых способностей могут врожденные задатки и одаренность к этой деятельности в сочетании с эффективной системой тренировки.

Врожденно-обусловленным компонентом способностей является *одаренность*. *Одаренность* – это сочетание ряда способностей, обеспечивающее успешность выполнения определенной деятельности (Е. П. Ильин, 2001). По отношению к спорту можно говорить о более высоких темпах естественного развития физических и психических качеств и свойств личности или более высокой степени их изменения под воздействием тренировочных нагрузок для обеспечения успешности осуществления определенной соревновательной деятельности.

В основе одаренности спортсмена лежат и определенные генетические *задатки*, под которыми понимаются врожденные анатомо-физиологические и психические особенности организма. Именно задатки являются природными предпосылками более активного развития определенных способностей. Однако сами по себе задатки человека в сочетании с одаренностью не могут решить всех проблем в спортивном совершенствовании. Высший уровень различных способностей человека всегда является результатом его развития в процессе рационально построенной деятельности, а в спорте – системы подготовки. Даже очень одаренный спортсмен оказывается на современном этапе развития спорта неконкурентоспособным, если он не прилагает значительных усилий и времени

для самосовершенствования. Задатки и одаренность могут только внести определенный вклад, содействовать повышению темпов развития способностей.

Эффективность системы подготовки спортсменов. Направленно воздействуя на природные задатки, тренер добивается необходимого развития способностей спортсмена, обеспечивающих прогресс в определенном виде спорта. При этом огромное значение для достижения высоких результатов в избранной спортивной дисциплине является целеустремленная тренировка с использованием при самосовершенствовании нагрузок, близких к предельным.

Важная роль в повышении эффективности системы подготовки спортсменов отводится, наряду с воспитанием физических качеств, совершенствованию тактической и технической подготовленности. Во многих видах спорта они являются доминирующими сторонами мастерства, определяющими успех всей системы спортивной подготовки. От своевременного освоения новых элементов и комбинаций, тактических приемов здесь, в конечном счете, зависит уровень спортивных достижений.

В настоящее время тренировочные нагрузки и общие затраты времени в процессе подготовки спортсменов достигли значительных величин. В этих условиях первостепенное значение имеет качественное совершенствование основ системы спортивной подготовки. Только опираясь на современные научные данные, переработанные в методические разработки и нашедшие свое место в структуре спортивной тренировки, можно обеспечить повышение эффективности подготовки спортсмена.

В большей степени эффективность системы подготовки спортсмена зависит от выбора условий, в которых осуществляется тренировочная и соревновательная деятельность. Значительную роль в росте спортивных результатов играют средства и методы восстановления после высоких тренировочных и соревновательных нагрузок, а также приемы повышения спортивной работоспособности. Немаловажное значение имеют социальные условия жизни, режим питания, медико-биологические и климато-географические условия. Наряду с этим необходим поиск новых образцов спортивного снаряжения, совершенствование его качества, условий эксплуатации, использование качественного и добротного инвентаря, различных конструкций тренажеров (механических, электромеханических, электронных), которые помогают решать в спортивной тренировке как общие, так и частные задачи. Важным моментом в вопросах внедрения современной системы спортивной подготовки является информационное обеспечение всех участников этого процесса: спортсменов, тренеров, врачей и др. Поэтому, и не без основания, считается, что спортивные достижения, их общий уровень и динамика являются как бы концентрированным выражением состояния спортивной и сопряженных с ней отраслей культуры, а также научной и социально-экономической отраслей.

Размах спортивного движения, социальные и экономические условия его развития. Эффективность функционирования спорта в любой стране зависит от такого фактора, как размах спортивного движения. К его элементам, влияющим на уровень спортивных достижений, относят: престиж спорта и спортивных высших достижений в общественном мнении; систему спортивных организаций, обеспечивающих подготовку спортсменов на всех этапах спортивного совершенствования; возможности материально-технической базы; популярность и массовость различных видов спорта; развернутость системы соревнований, заинтересованность СМИ в освещении спортивных мероприятий; способы морального и материального вознаграждения за спортивные достижения и т. п.

Не вызывает сомнений, что спорт как общественное явление, так или иначе, включен в развернутую систему социальных отношений и обусловлен в своем развитии социально-экономическими и связанными с ними факторами. Социологические исследования показывают, что на совокупный уровень спортивных достижений определенное влияние оказывает уровень социального развития общества в целом. Уровень достижений во многих видах спорта, культивируемых в различных странах, по данным А. М. Максименко (1969), коррелирует с показателями материального благосостояния народа, а также с показателями средней продолжительности жизни, общей численности и грамотности населения. Однако действие этих факторов на рост спортивных результатов зачастую проявляется не прямо, а опосредованно, не гарантируя высокоразвитым странам автоматического превосходства в спорте.

Следует понимать, что страны с невысоким экономическим потенциалом могут с успехом развивать два-три вида спорта, отражающие этнические и географические особенности населения и его традиции. Примером этого могут служить бегуны Ямайки, Эфиопии и Кении, боксеры Латинской Америки, футболисты африканских стран и др. Однако развитие многих популярных и массовых видов спорта в комплексе не под силу этим странам в связи с экономическими условиями жизни общества.

Существует мнение: чем больше людей включено в занятия спортом, тем большее количество спортсменов выходит в большой спорт; это, в свою очередь, повышает конкуренцию среди них и отражается на спортивных результатах. Однако увеличение массовости занятий спортом невозможно осуществить без подготовки необходимых специалистов: тренеров, инструкторов, преподавателей, врачей, работников спортивных сооружений и др. Квалификация этих специалистов во многом будет способствовать повышению спортивных достижений в общей массе занимающихся, а также и у выдающихся спортсменов.

Однако надо иметь в виду, что количественная сторона не всегда переходит в качественную. По мнению Л. П. Матвеева (2010), бывают и парадоксальные, на первый взгляд, ситуации, когда на фоне ускоренного возрастания числа

спортсменов уровень международных спортивных достижений страны не повышается, а подчас и падает. Вместе с тем, при увеличении количества занимающихся возрастает возможность выявления одаренных спортсменов, которые со временем, при соответствующих условиях, смогут выйти на уровень выдающихся достижений.

Таким образом, спортивные достижения обусловлены многими факторами, важнейшими из которых являются приведенные выше. В целом спортивные достижения отражают успехи человека в совершенствовании своих способностей и являются одним из показателей развития спорта, его инфраструктуры, а также социального развития и культуры общества в целом.

4.4. Тенденции развития спортивных достижений

Современный спорт характеризуется очень высоким уровнем и продолжающимся 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 скачками результатов, на других с временным плато, на третьих – с постепенным и непрерывным ростом.

Проблема прогнозирования спортивных достижений и соотношения сил на спортивных аренах принадлежит к одному из немногих научных направлений, выполняющему интегрирующую и организующую функцию в спортивной практике. Обусловлено это в первую очередь тем, что объектом прогнозирования являются спортивные достижения – специфическая наиболее емкая, интегрированная категория, являющаяся основополагающим элементом спортивной деятельности. Их уровень детерминирован целым рядом факторов, связанных не только с внедрением новых методов тренировки и совершенствованием системы соревнований, использованием новых приемов повышения работоспособности спортсмена (психологической и физиологической направленности), но и с рядом организационных моментов: идеологией, политикой, экономикой, материально-техническим обеспечением, т. е. социальной системой в целом.

Безусловно, эти процессы и явления стимулируют рост спортивных достижений и предъявляют все возрастающие требования к их реализации. Вместе с тем научные исследования свидетельствуют, что в общих чертах динамику роста спортивных достижений в любом виде спорта можно описать в виде логистической кривой (рис. 4.2). Эта кривая состоит из трех фаз, каждая из которых имеет свои особенности. В определенной мере эта кривая отражает динамику становления вида спорта, а также и индивидуальный рост мастерства спортсмена. Продолжительность отдельных 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, овладением азами техники, тактики, физической подготовленности. Существенное увеличение темпов прироста спортивных достижений на этом этапе может быть обусловлено прямо противоположными причинами: высокой одаренностью юных спортсменов или форсированной их подготовкой.

Уровень достижений

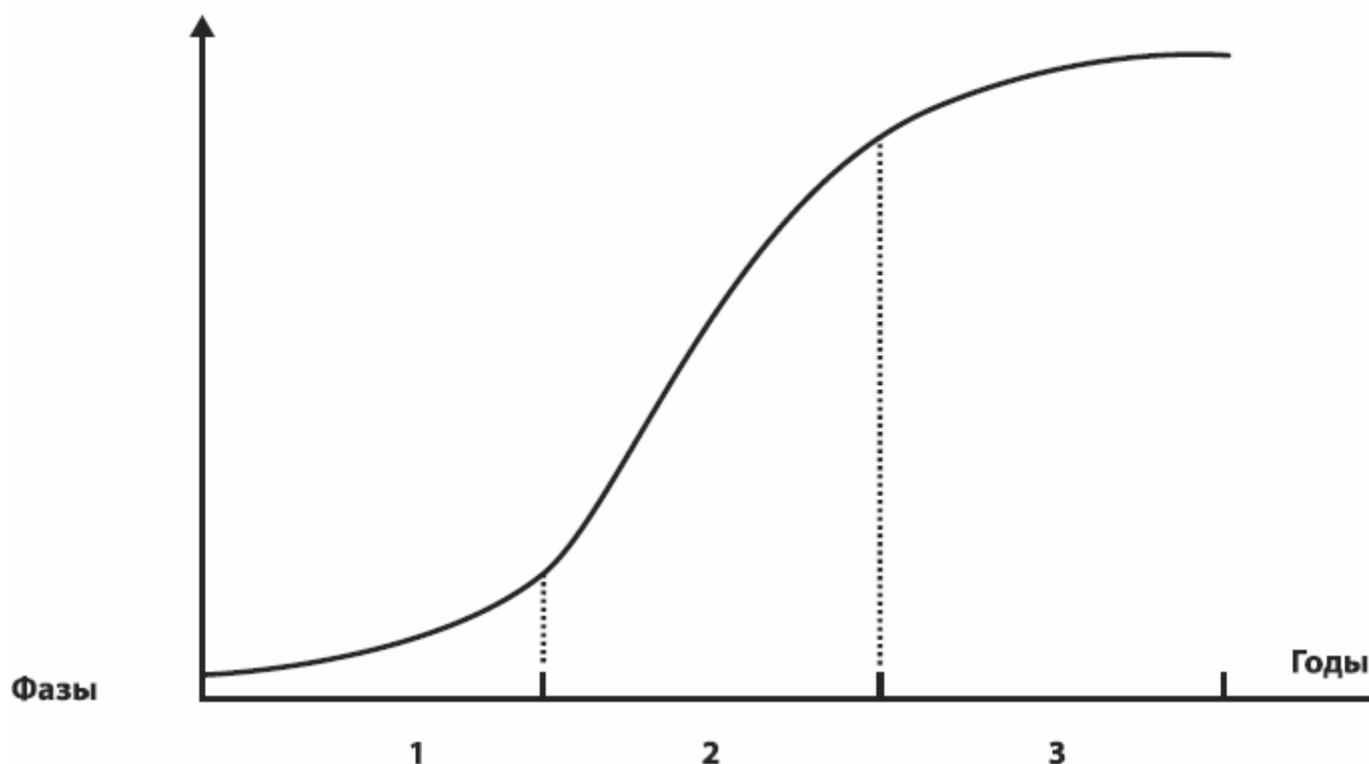


Рис. 4.2. Усредненная логистическая кривая развития спортивных достижений в историческом аспекте отдельного вида спорта и у отдельного индивидуума

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 более выражен рост спортивных достижений. В индивидуальном плане добавляется фактор биологического возраста,

долговременной адаптации организма, приобретения человеком спортивного и жизненного опыта.

Третья фаза логистической кривой связана с замедлением роста достижений как в целом в определенной спортивной дисциплине, так и в индивидуальном развитии при приближении к максимально возможным результатам. Медленный рост спортивных достижений наблюдается на фоне значительных усилий как самого спортсмена, так и всех участников, обеспечивающих его подготовку. Общество в лице спортивных федераций, клубов, спонсоров вкладывает большие средства в систему подготовки. 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 с возрастом спортсмена, достижением предельных величин функционирования систем организма и наступлением регресса в работе некоторых из них. Скачок результатов в этой фазе может быть обусловлен внедрением новых, более прогрессивных технологий или использованием запрещенных препаратов (допингов).

По мнению Л. П. Матвеева (2010), сравнительный анализ индивидуальных вариаций динамики спортивных достижений разных спортсменов дает определенные основания судить о продуктивности затрат их времени и сил на спортивную деятельность (одаренности спортсмена, а также о степени эффективности используемых средств и методов достижения результатов). Вся долговременная динамика высших спортивных достижений в обществе свидетельствует о качестве сложившейся в нем школы спорта, уровне развития спортивной культуры, а также в некоторой мере о степени прогресса смежных с ней разделов культуры в обществе.

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение спортивному результату.
2. Что понимается под спортивно-достиженческими возможностями?
3. Что является спортивным достижением?
4. Какое спортивное достижение называют рекордом?
5. Какие критерии положены в основу оценки результатов в разных видах спорта?
6. Что может быть положено в основу оценки ценностного потенциала спортивных достижений?

7. Какие ценности, составляющие основу спортивных достижений, можно отнести к чисто спортивным?
8. Какие общекультурные ценности реализуются в спортивных достижениях?
9. Какие социальные ценности реализуются в спортивных достижениях?
10. Какие идеальные ценности реализуются в спортивных достижениях?
11. Назовите факторы, влияющие на динамику спортивных результатов.
12. Какое значение имеет индивидуальная одаренность и задатки спортсмена для достижения высокого уровня спортивных достижений?
13. Какой вклад вносит система спортивной подготовки в уровень спортивных достижений и что характеризует ее эффективность?
14. Как размах спортивного движения, социальные и экономические условия сказываются на спортивных достижениях?
15. Что обуславливает динамику спортивных достижений на разных этапах (отдельных фазах их развития) спортивного совершенствования?