

УДК 797.212.4

Факторы, влияющие на выбор организационно-методического обеспечения высококвалифицированных пловчих-стайеров

Карпова Светлана Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент
Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения

Аннотация. В плавании спортивная деятельность подчинена основным законам спортивной подготовки. От грамотного подхода к их реализации зависит успешность выступлений занимающихся. Для результативной соревновательной деятельности необходимо соблюдать также факторы, которые оказывают влияние на тренировочный и соревновательный процессы спортсменов, специализирующихся в определенной дисциплине выбранного вида спорта. В ходе работы была выявлена ранговая структура факторов, влияющих на выбор организационно-методического обеспечения высококвалифицированных пловчих-стайеров.

Ключевые слова: плавание, пловчихи-стайеры, организационно-методическое обеспечение, ранговая структура, тренировочный процесс.

Factors influencing the choice of organizational and methodological support for highly qualified stayer swimmers

Karpova Svetlana Nikolaevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation

Abstract. In swimming, sports activities are subject to the basic laws of sports training. The success of the performances of the students depends on a competent approach to their implementation. For effective competitive activity, it is also necessary to observe the factors that influence the training and competitive processes of athletes specializing in a certain discipline of the chosen sport. In the course of the work, the rank structure of the factors influencing the choice of organizational and methodological support for highly qualified stayer swimmers was revealed.

Keywords: swimming, stayer swimmers, organizational and methodological support, rank structure, training process.

ВЕДЕНИЕ. В плавании спортивная деятельность подчинена основным законам спортивной подготовки, условно разделяясь на три взаимосвязанные составляющие – построение процесса, его реализация и контроль над ходом подготовки. Содержание данных составляющих должно отражать структуру компонентов тренировочного процесса, их взаимосвязь и подчиненность целям и задачам периодов – подготовительного, соревновательного и переходного, а также основным принципам, отражающим специфику конкретной специализации [1].

Поскольку в плавании начальный этап подготовки идет с 6-7-летнего возраста, высокой квалификации девочки достигают уже в 12-13 лет. К этому же времени выявляется и очевидная предрасположенность спортсменки к длительности дистанций. Период, когда пловчихи-стайеры выступают на соревнованиях самого высокого уровня – чемпионатах мира, Олимпийских играх, наступает в 16-25 лет [2, 3]. Для специалистов является необходимым подбор методов, средств, организационных приемов, соответствующих многочисленным факторам деятельности в конкретной плавательной дисциплине, от которых зависит весь процесс подготовки.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. Основными методами исследования явились теоретический анализ психолого-педагогической литературы для определения основных направлений тренировочного процесса высококвалифицированных пловчих-стайеров; анализ их индивидуальных программ по специальной подготовленности; обобщение эффективного педагогического опыта подготовки спортсменов сборных команд университетов города Москвы, Санкт-Петербурга, Волгограда, а также детских, юношеских и взрослых команд по плаванию; праксиметрические методы (анкетирование, наблюдение), методы математической статистики [4, 5].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. На основании анализа факторов, влияющих на содержание тренировочного процесса (методика проведения занятий; выбор средств – основных, вспомогательных, дополнительных, тренировочной базы, рекреационно-восстановительных мероприятий), была выявлена ранговая структура факторов, влияющих на выбор организационно-методического обеспечения высококвалифицированных пловчих-стайеров. Результаты приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Ранговая структура факторов, влияющих на выбор организационно-методического обеспечения высококвалифицированных пловчих-стайеров

Ранг	Факторы	Ранговый показатель (%)
1	уровень квалификации	24
2	возраст	22
3	график соревнований	15
4	научно-педагогический персонал	14
5	материальная база	12
6	врачебный контроль	9
7	климат (регион проживания)	4

Уровень квалификации спортсменки и ее возраст можно определить как два самых главных фактора. Они являются ведущими в подборе упражнений, режимов, восстановительных мероприятий, поскольку отражают уровень функциональной, физической и психофизиологической подготовленности девочек, девушек. График соревнований занимает третье место, хотя при опросе тренерского состава было выявлено, что он имеет такое высокое значение только у спортсменок квалификации мастер спорта и выше, так как им необходимо учитывать ряд отборочных заплывов для участия в соревнованиях высокого ранга. У младших категорий занимающихся соревновательный график имеет более размеренный режим, хотя при желании можно принимать участие в большом количестве стартов, число которых за последнее время значительно увеличилось. Такой подход может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние, и тренеру необходимо проводить постоянный анализ состояния спортсменки.

При рассмотрении штата научно-педагогических работников имеет значение как его численность, так и уровень образования тренерского и вспомогательного составов. По мнению многих опрашиваемых тренеров, имеется недостаток спортивных психологов, научно-технического персонала, а также сотрудников, имеющих высшее медицинское образование, что необходимо для улучшения врачебного контроля. Материальная база, несомненно, оказывает значимое влияние,

поскольку должна охватывать все виды подготовки – как общую, так и узкоспециализированные, касающиеся подготовки в воде и на суше. Климатические характеристики региона проживания также необходимо учитывать. Поскольку значительная часть тренировочной деятельности пловчих проходит в бассейнах, среда которых имеет негативную специфическую составляющую, отрицательно сказывающуюся, в первую очередь, на органах дыхания занимающихся, то особое внимание необходимо уделять возможности проведения тренировок и восстановительных мероприятий со спортсменками на открытом воздухе и в регионах, относящихся к курортным. Такой подход позволяет в значительно более короткие сроки улучшить функциональное состояние пловчих.

ВЫВОДЫ. Таким образом, можно сделать вывод, что в зависимости от конкретных условий, которыми обладает та или иная спортивная школа или сборная команда по плаванию, специалистам, главным образом, тренерскому составу, необходимо подходить к системе тренировки и выбору организационно-методического обеспечения в смешанном режиме: учитывать взаимосвязь и взаимовлияние выбираемых средств и методов, при этом рассматривать влияние каждого фактора дифференцированно в зависимости от конкретных целей и задач периода подготовки и имеющихся возможностей.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Карпова С. Н. Принципы индивидуализации тренировочного процесса в современной системе подготовки квалифицированных пловчих-стайеров // Культура физическая и здоровье. 2023. № 3 (87). С. 170–172.
2. Карпова С. Н. Ретроспективный анализ выступлений квалифицированных пловчих-стайеров на чемпионатах мира // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2022. Т. 17, № 3. С. 5–9.
3. Карпова С. Н., Башкин В. М. Анализ выступлений пловчих-стайеров на олимпийских играх // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. № 7 (209). С. 185–190.
4. Болотин А. Э., Ван Цвиетен К. Я., Понимасов О. Е. Оценка уровня тренированности спортсменок в плавании на основе анализа показателей вариабельности сердечного ритма // Теория и практика физической культуры. 2020. № 7. С. 10–12.
5. Чистяков В. А. Анализ методов ранжирования в психолого-педагогических исследованиях // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2016. № 2 (132). С. 197–201.

REFERENCES

1. Karpova S. N. (2023), «Principles of individualization of the training process in the modern system of training qualified swimmers» *Culture and health*, Vol. 87, no 3, pp. 170–172.
2. Karpova S. N. (2022), «Retrospective analysis of the performances of qualified stayer swimmers at the World Championships», *Pedagogical-psychological and medico-biological problems of physical culture and sports*, Vol. 17, no 3, pp. 5–9.
3. Karpova S. N. and Bashkin V M. (2022), «Analysis of the performances of stayer swimmers at the Olympic Games», *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*, Vol. 209, no 7, pp. 185–190.
4. Bolotin A. E., Van Sviten K. Ya., Ponomasov O. E., Timchenko N. M. and Aganov S. S. (2020), «Assessment of the level of fitness of athletes in swimming based on the analysis of heart rate variability indicators», *Theory and practice of physical culture*, no 7, pp. 10–12.
5. Chistyakov V. A. (2016), «Analysis of ranking methods in psychological and pedagogical research», *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*, Vol. 132, no 2, pp. 197–201.

Информация об авторе:

С. Н. Карпова, доцент кафедры физической культуры и спорта, karpova090878@mail.ru, ORCID: 0000-0002-6874-2217

Поступила в редакцию 12.01.2024.

Принята к публикации 12.02.2024