

## Особливості олімпійської підготовки спортсменів у зарубіжних країнах

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Аналіз практики олімпійського спорту останніх десятиліть свідчить про високий вплив ефективної системи олімпійської підготовки національних команд із різних країн до головних змагань. Використання комплексного підходу до формування якісної системи підготовки, яка містить різнобічні складові частини, дає можливість за декілька років (4–8) у більш ніж 2–3 рази підвищити результативність виступу національної збірної команди щодо кількості медалей та балів у неофіційному командному заліку. Основним моментом тут є універсальність і складність застосування всіх складових частин олімпійської підготовки, відмовлення від неефективних розрізнених послуг, які не дають змогу отримати інформацію про індивідуальні можливості спортсмена та не зв'язані зі специфікою виду спорту й підготовки [4].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми.** Відмінною рисою політики у сфері олімпійського спорту, що реалізується в різних країнах, які претендують на високі спортивні досягнення на міжнародній арені, є вдосконалення системи державного регулювання розвитком спорту на всіх його рівнях, пошук оптимальних моделей управління, що сприяють об'єднанню діяльності державних і громадських організацій, концентрація їхньої уваги на досягненні кінцевого результату – успіху на міжнародній арені. При реалізації такої політики більшість країн орієнтується на максимально можливе використання світового досвіду в поєднанні з національними можливостями [1; 2].

Зростання значущості успішних виступів команд різних країн на Олімпійських іграх як чинника національного престижу стимулює державні й недержавні структури до формування ефективних систем спорту вищих досягнень і олімпійської підготовки спортсменів, що дають змогу досягати успіху на світовій спортивній арені. Місце тієї чи іншої країни в підсумковій таблиці ігор літніх Олімпіад та зимових Олімпійських ігор визначається багатьма чинниками внутрішнього життя кожної країни. Однак при інших рівних умовах ефективність виступу національних команд на Олімпійських іграх обумовлюється здатністю фахівців у галузі спорту сформулювати й реалізувати ефективну систему олімпійської підготовки [3]. Фахівці ведуть пошук щодо створення оптимальної моделі олімпійської підготовки, яка б урахувала особливості функціонування державних і недержавних структур, національні традиції, особливості підготовки спортсменів у процесі багаторічного вдосконалення [2].

**Зв'язок із науковими програмами або практичними завданнями.** Роботу виконано в рамках науково-дослідної теми 2.12. “Формування системи багаторічного відбору та орієнтації спортсменів” відповідно до Зведеного плану НДР у галузі фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. та затвердженого тематичного плану Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України.

**Завдання** дослідження – розглянути особливості організації олімпійської підготовки на прикладі провідних спортивних держав.

**Методи** дослідження. У роботі використано такі методи: аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури, опитування, аналіз даних Інтернету, багаторічні педагогічні спостереження за тренувальним і змагальним процесом спортсменів різної кваліфікації, методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Аналіз сучасних ефективних систем олімпійської підготовки дає підставу відзначити їх комплексність та однакову роль різних складових частин у забезпеченні кінцевого результату. Без використання на сучасному рівні можливостей усіх наведених складників не можна розраховувати на успіх (рис. 1). Одними з важливих складових частин системи спортивної підготовки є теоретико-методологічні й організаційні засади. При їх раціональному урахуванні можна розраховувати на ефект використання можливостей інших складників.



Рис.1. Складові частини олімпійської підготовки спортсменів різних країн

Як показує здійснений аналіз, у країнах використовуються різні форми, методи й підходи до олімпійської підготовки, які можна об'єднати за трьома напрямками.

Один із них передбачає підготовку в межах системи конкретного виду спорту з подальшим об'єднанням найсильніших спортсменів у національну олімпійську команду для участі в Олімпійських іграх. Ефективність такого напрямку зумовлюється загальним ставленням до спорту в країні, організаційними, економічними й матеріально-технічними можливостями, станом спорту в системі середньої та вищої освіти, організаційними й фінансовими можливостями національних спортивних федерацій, їхньою здатністю до якісної підготовки спортсменів до Олімпійських ігор. Такий напрям використовують США, Німеччина та, частково, Італія.

Наступний напрям орієнтує на формування цілісної системи олімпійської підготовки, де підготовка збірної національної олімпійської команди розглядається як команда, що здатна досягти найвищого спортивного результату на Олімпійських іграх. Це можливо в тих країнах, де держава формує жорстку організаційну й методичну систему олімпійської підготовки. Така система використовується в сучасному Китаї та на Кубі, й протягом багатьох років існувала в СРСР, НДР.

Третій напрям займає проміжне місце між інтересами різних державних і громадських структур, де передбачається планомірна підготовка до Олімпійських ігор із раціональною та широкою змагальною практикою, яка охоплює 8–10-місячний період протягом року. Така підготовка показала свою ефективність в Австралії, Великій Британії, Норвегії, Японії, Франції.

Особливе місце в системі олімпійської підготовки низки країн займає науково-методична складова частина. Практика провідних спортивних країн світу Великобританії, Австралії, Норвегії, Німеччини, Канади дала змогу виділити основні напрями науково-методичного забезпечення олімпійської підготовки:

- наукові основи спортивного відбору та орієнтації;
- теоретико-методичні основи спортивного тренування;
- контроль та супроводження процесу зміни функціональної підготовки спортсменів;
- прикладні програми спортивного харчування й відновлення фізичного потенціалу;
- теоретичні основи й практичне застосування психологічних засобів і методів у спортивній підготовці; профілактика спортивного травматизму та професійних захворювань;
- прикладні програми вивчення й використання антидопінгових методів; спортивно-інформаційне забезпечення;
- пошук нових технологій, які б дали змогу спортсменам отримати перевагу за рахунок використання нових ідей і методів у тренувальному процесі, спортивній техніці, екіпіровці, інвентарю;
- усебічний менеджмент стратегії підготовки й досліджень.

Так, наприклад, особливістю системи олімпійської підготовки в Китаї є органічний взаємозв'язок тренувального процесу з науковими дослідженнями, оперативне впровадження наукових рекомендацій у практику підготовки спортсменів і постійне вдосконалення на цій основі систем підготовки спортсменів вищого класу в різних видах спорту. Спільна діяльність китайських

учених і тренерів концентрується в трьох напрямках: тестування й керування процесом удосконалення різних сторін підготовленості; профілактика травматизму та захворювань; відновлення й реабілітація.

Науковому забезпеченню спортивної галузі сприяє робота Спільноти спортивної науки Китаю, яка об'єднує понад 10 тисяч науковців і технологів. Основною особливістю системи наукової та медичної підтримки національних олімпійських команд Китаю є прагнення охопити всі, без винятку, складові системи підготовки спортсменів [5].

Для американських тренерів характерний науковий пошук й експериментування, прагнення до впровадження досягнень науки у практику, щоденне використання різних тестів, що включають фізіологічні, біохімічні та біомеханічні показники. Це дає змогу розвивати різні тренерські школи зі своєю методикою спортивної підготовки.

Зі свого боку, ефективність олімпійської підготовки в Норвегії була обумовлена переоснащенням спорту вищих досягнень найсучаснішим інвентарем й обладнанням із використанням новітніх технологій і діяльністю елітного центру спортивної підготовки, який став полігоном для проведення наукових досліджень та впровадження передових досягнень науки в практику підготовки найсильніших спортсменів і прикладом для створення низки регіональних центрів підготовки перспективних спортсменів.

Проблематику спорту вищих досягнень у Німеччині нині розробляють більш ніж 60 наукових установ – інститути й лабораторії, які розміщені в різних регіонах країни: Німецький спортивний університет у Кельні, Інститут прикладної науки тренування в Лейпцигу й Інститут досліджень і розвитку спортивного спорядження в Берліні. Ці інститути намагаються відновити підходи й продовжувати роботу в тих напрямках, які були характерні для Німецької Демократичної Республіки. Наприклад, Інститут досліджень і розвитку спортивного спорядження проводить спільну роботу в тісному взаємозв'язку з 15 національними спортивними федераціями з питань спорядження, досліджує нові матеріали й перевіряє нові зразки в процесі тренувальної та змагальної діяльності з участю спортсменів високого класу [6].

У Великій Британії складовою частиною спортивної підготовки є всебічна наукова та медична підтримка спортсменів. Цю роботу покладено на Англійський інститут спорту, який являє собою мережу наукових установ. Складниками цієї мережі є 10 центрів в Англії, центри в Північній Ірландії, Шотландії та Уельсі. Кожний центр має свою спеціалізацію за видами спорту, а також з основної тематики наукових досліджень. Безпосередню роботу з національними командами здійснюють групи фахівців різних напрямів забезпечення. Діяльність цих груп має прикладний характер і будується згідно з програмами наукового забезпечення підготовки в конкретному виді спорту, а також відповідно до заявок тренерів та спортсменів. Найважливішим напрямом наукового забезпечення олімпійської підготовки є пошук нових технологій, які б дали змогу спортсменам отримати перевагу за рахунок використання нових ідей і методів у тренувальному процесі, спортивної техніки, екіпіровки, інвентарю й обладнання.

**Висновок й перспективи подальших досліджень.** Отже, можна констатувати, що ефективність системи олімпійської підготовки забезпечується комплексністю складників у забезпеченні кінцевого результату, таких як теоретико-методологічна, організаційна, науково-методична, медична, матеріально-технічна, фінансова, тренувальна й змагальна діяльність, підготовка спортивного резерву. Кожна зі складових частин потребує окремого дослідження та пошуку механізму найефективнішого використання в умовах підготовки українських атлетів.

#### *Список використаної літератури*

1. Платонов В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм / Платонов В. Н. – М. : Сов. спорт, 2010 – 244 с.
2. Платонов В. Н. Олимпийский спорт / Платонов В. Н. – Киев : Олимпийская лит., 2009. – Т. 2. – С. 320–385.
3. Платонов В. Н. Организация научно-методического обеспечения подготовки национальных команд к Олимпийским играм / В. Н. Платонов, О. А. Шинкарук, Ю. А. Павленко // Наука в олимпийском спорте. – Киев : Олимпийская лит., 2009. – № 1. – С. 65–71.
4. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / Шинкарук О. А. – Киев : Олимпийская лит., 2011. – 360 с.
5. Hong F. China / Fan Hong // Comparative Elite Sport Development: systems, structure and public policy / eds Barrie Houlihan, Mick Green. – Oxford, 2008. – P. 26–52.

6. Petry K. Germany / Karen Petry, Dirk Streinbach, Verena Burk // Comparative Elite Sport Development: systems, structure and public policy / eds Barrie Houlihan, Mick Green. – Oxford, 2008. – P. 115–146.

#### **Анотація**

Зростання значущості успішних виступів команд різних країн на Олімпійських іграх стимулює державні й недержавні структури до формування ефективних систем олімпійської підготовки спортсменів, що дають змогу досягати успіху на світовій спортивній арені. Результати досліджень, представлені в статті, дають змогу визначити три напрями, які використовують провідні спортивні країни світу. Ефективність першого обумовлена ставленням до спорту в країні, організаційними, економічними та матеріально-технічними можливостями; ефективність другого пов'язана з формуванням жорсткої організаційної та методичної системи олімпійської підготовки з боку держави; третій передбачає планомірну підготовку до Олімпійських ігор із раціональною та широкою змагальною практикою. Розглянуто особливості науково-методичного забезпечення в різних країнах світу, визначено перспективні напрями наукового забезпечення олімпійської підготовки.

**Ключові слова:** олімпійська підготовка, комплексність, підходи, науково-методичне забезпечення.

**Оксана Шинкарук. Особенности олимпийской подготовки спортсменов в зарубежных странах.** Рост значимости успешных выступлений команд разных стран на Олимпийских играх стимулирует государственные и негосударственные структуры к формированию эффективных систем олимпийской подготовки спортсменов, которые позволяют достигать успеха на мировой спортивной арене. Результаты исследований, представленные в статье, позволили определить три направления, которые используют ведущие спортивные страны мира. Эффективность первого обусловлена отношением к спорту в стране, организационными, экономическими и материально-техническими возможностями; эффективность второго связана с формированием жесткой организационной и методической системой олимпийской подготовки со стороны государства; третий предусматривает планомерную подготовку к Олимпийским играм с рациональной и широкой соревновательной практикой. Рассмотрены особенности научно-методического обеспечения в разных странах мира, определены перспективные направления научного обеспечения олимпийской подготовки.

**Ключевые слова:** олимпийская подготовка, комплексность, подходы, научно-методическое обеспечение.

**Oksana Shynkaruk. Peculiarities of Olympic Training of Athletes in Foreign Countries.** Raising of meaning of successful performances of teams of different countries during the Olympic games stimulates governmental and non-governmental organizations to formation of effective systems of Olympic training of athletes that help in achieving success on the world sports fields. Results of the research that are presented in the article let us define three directions that are used by the leading countries of the world. Effectiveness of the first one is caused by the attitude towards sport in a country, organizational, economical and material and technical resources; effectiveness of the second one is connected with the formation of tough organizational and methodological system of Olympic training by a country; the third one foresees systematic training for the Olympic games with rational and wide competing practice. The peculiarities of scientific and methodological support are examined and perspective spheres of scientific support of Olympic training are defined in the article.

**Key words:** Olympic training, complexity, approaches, scientific and methodological support.