



### ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В УСЛОВИЯХ ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИИ

*Елена Козлова*

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

#### **Анотація**

Виділено характерні особливості системи змагань, змагальної діяльності легкоатлетів високої кваліфікації, системи підготовки, що зумовлюють її вдосконалення. Установлено, що сучасна система змагань з легкої атлетики знаходиться у безперервному розвитку і характеризується глобалізацією та розширенням спортивних календарів, появою нових форматів і категорій змагань для отримання прибутків від їх проведення, формуванням ієрархічних рівнів змагань за персональними запрошеннями з орієнтацією на включення у програму легкоатлетичних дисциплін, котрі можуть принести прибутки при розподілі їх на категорії “Вищий клас” (Premium), “Класичні” (Classic), “Популяризовані” (Promotional). Представлено основні тенденції у системі тренування, чинники, що підвищують ефективність тренувальної і змагальної діяльності. Перспективи підготовки спортсменів високої кваліфікації в легкій атлетиці слід пов’язувати з комплексним її вдосконаленням на основі урахування визначених особливостей.

#### **Annotation**

Peculiar features of the system of competitions, competitive activity of elite track and field athletes predetermining preparation system improvement have been outlined. It has been established that the modern system of track and field competitions is being in constant development and is characterized by globalization and expansion of sports calendars, appearance of new competition formats and categories which provide gaining income, formation of hierarchical levels of personal invitation competitions with inclusion in the program those track and field disciplines which could bring income during their division into premium, classic and promotional categories. Major trends in the system of training, factors enhancing the efficiency of training and competitive activity have been presented. Prospects of elite track and field athletes' preparation should be related to its complex improvement on the basis of accounting for outlined peculiarities.

**Постановка проблеми.** Проблема підготовки спортсменів високої кваліфікації на протязі всіх історических етапів формування системи знань в спорті завжди була ключовою. На основі синтеза і всестороннього осмислення многообразного опыта спортивной практики и достижений смежных дисциплин, прежде всего медико-биологического цикла была сформирована общая теория подготовки спортсменов, состоящая из многоуровневых конструкций, отраженная в содержании фундаментальных работ выдающихся специалистов в сфере спорта [5, 9–11, 13, 14, 22], которая находится в непрерывном совершенствовании.

Более столетия легкая атлетика развивалась как олимпийский вид спорта, в котором в непрерывном совершенствовании находились все составляющие системы подготовки спортсменов высокой квалификации. В легкой атлетике было проведено огромное количество локальных исследований, посвященных различным аспектам подготовки спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в различных дисциплинах, отраженных в многочисленных научных публикациях отечественных [1, 2, 8, 15, 18, 20]



и зарубежных специалистов [1, 21, 23, 25, 26].

Серьезные социально-политические и экономические изменения, произошедшие в мире в 1980 – 2000-х годах, способствовали профессионализации легкоатлетического спорта [4, 6, 12]. Ее закономерности были обусловлены рядом объективных причин. Принципы любительского спорта в его традиционном понимании, заложенные в основу Устава Международной любительской федерации легкой атлетики (ИААФ) при ее образовании, на которых основывалось функционирование мировой легкой атлетики, пришли в противоречие с реалиями ее современных форм развития. На Конгрессе ИААФ в 2001 г. было принято решение о переименовании Международной любительской федерации легкой атлетики (ИААФ) в Международную ассоциацию легкоатлетических федераций.

В новых социально-экономических условиях стало очевидным наличие проблем и противоречий, не наблюдавшихся еще в 1960 – 1970 гг. Под воздействием стремительных процессов профессионализации и коммерциализации существенно преобразованию подверглась система соревнований, сложившаяся в легкой атлетике. Значительно расширился спортивный календарь (почти 500 соревнований разного уровня в год) за счет соревнований по персональным приглашениям, престижных турниров, в которых призовые фонды составляют миллионы долларов [6, 7]. Подготовка спортсменов высокой квалификации в современных условиях приобрела хаотичный характер и полностью стала подчиняться календарю соревнований, который, в свою очередь, в паузах между соревнованиями в значительной мере заполняется на усмотрение

тренера и спортсмена, не имея под собой серьезной научной основы. Поэтому очевидна необходимость совершенствования подготовки спортсменов высокой квалификации в легкой атлетике на основе комплексного теоретического анализа, частных методологических и традиционных подходов с позиций системности с учетом профессионализации за последние десятилетия в этом виде спорта.

Особенно остро стоит проблема изучения и выявления особенностей современной системы соревнований и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации, выявления особенностей системы спортивной тренировки, углубленного анализа и обобщения факторов, обеспечивающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности в условиях профессионализации. Важно выявить изменения, которые произошли в легкой атлетике для дальнейшего совершенствования спортивной подготовки с учетом основной тенденции развития спорта – профессионализации.

**Связь исследования с научными планами, темами.** Исследование выполнено согласно Сводному плану научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта на 2011 – 2015 гг. по теме 2.2. «Теоретико-методические основы подготовки спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации (на примере легкой атлетики)».

**Цель исследования.** Совершенствование подготовки спортсменов высокой квалификации на основе выявления особенностей с учетом современной тенденции развития спорта – профессионализации.

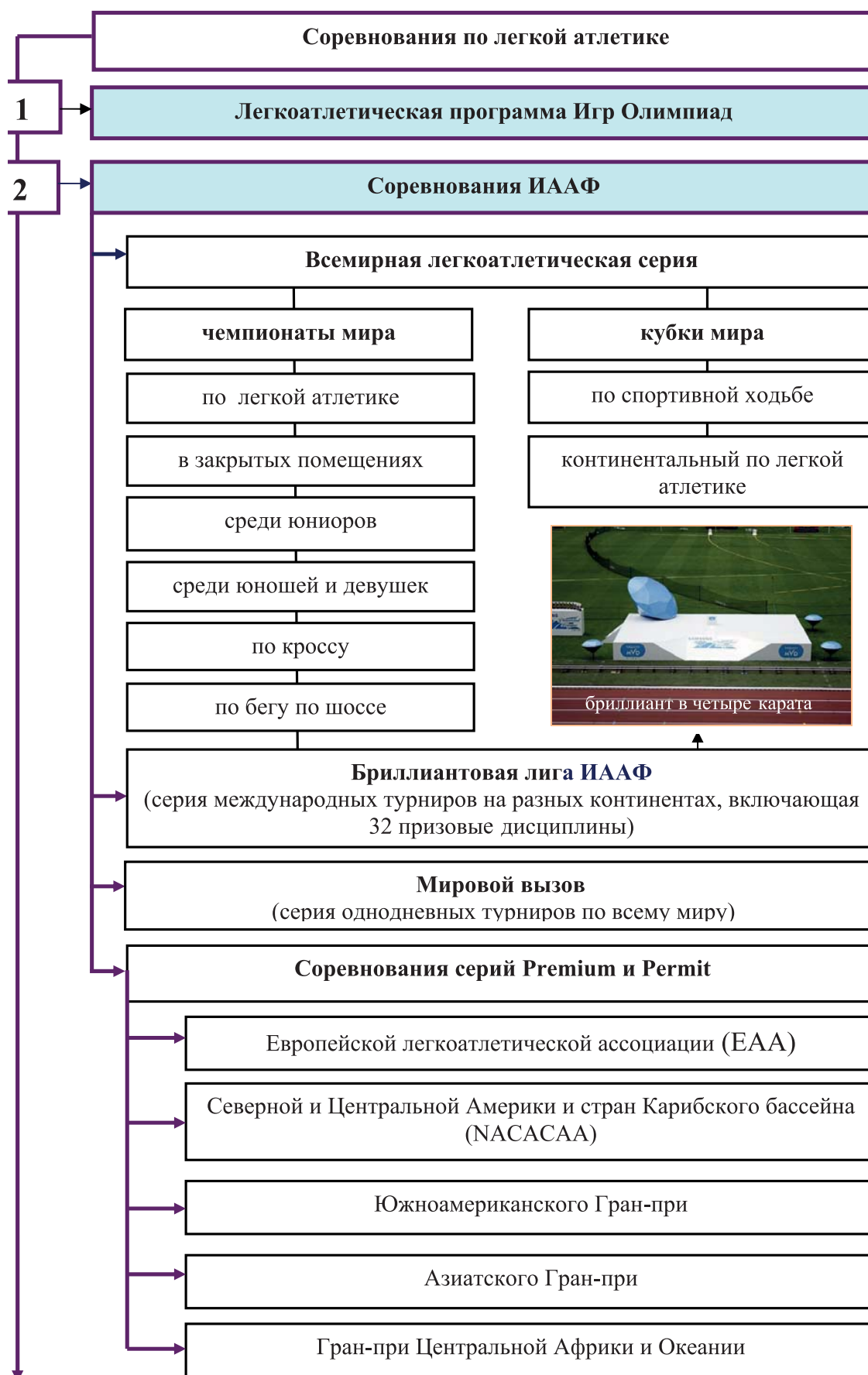
**Методы исследования:** теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы и информации мировой

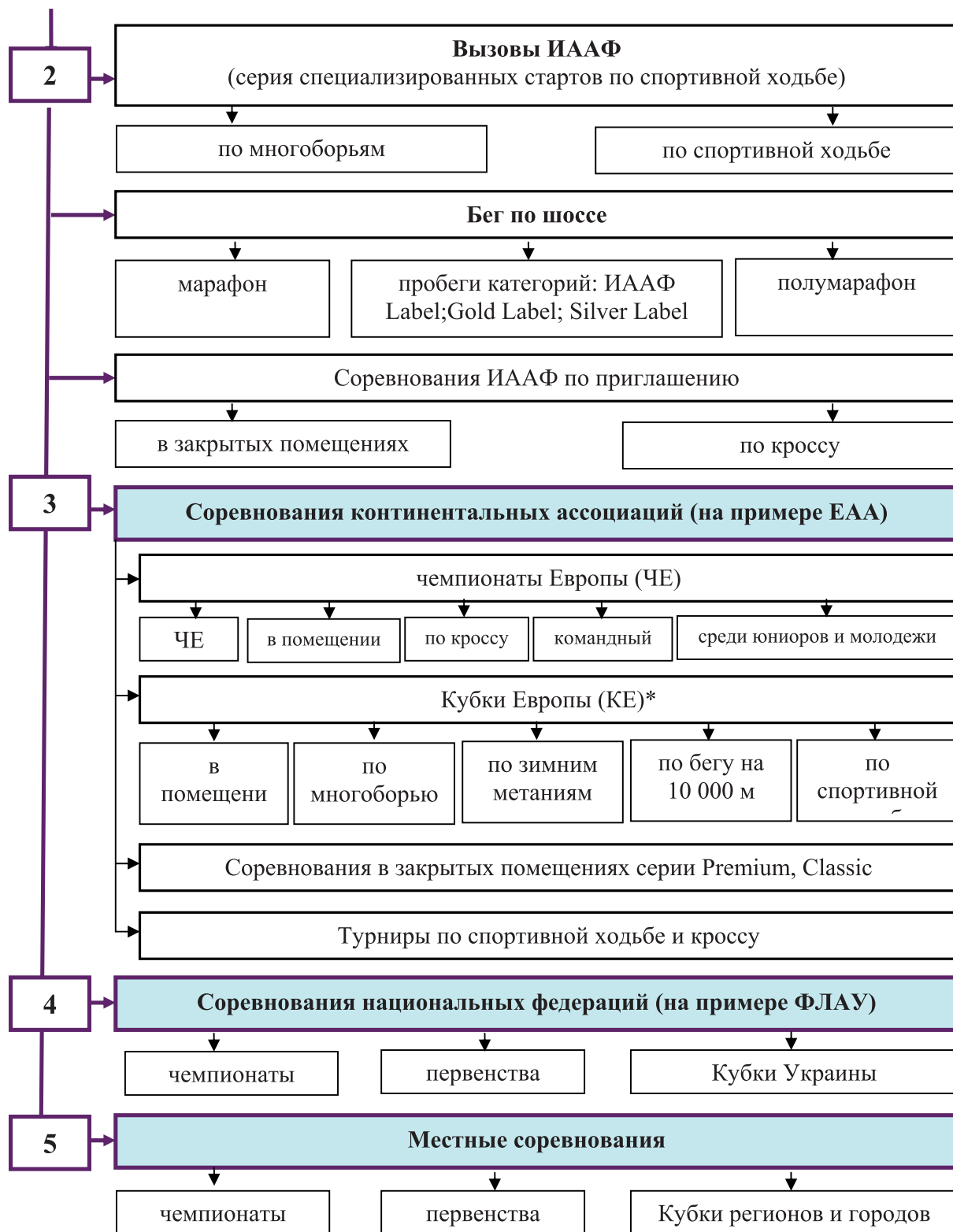
сети Internet, законодательных актов и программных документов Международной ассоциации легкоатлетических федераций, данных Информационной базы легкой атлетики (All-Athletics), печатных и электронных источников Ассоциации статистиков по легкой атлетике (Association of Track & Field Statisticians – ATFS); Европейской ассоциации легкой атлетики (European Athletics Association), континентальных легкоатлетических Ассоциаций и федераций по легкой атлетике различных стран мира; анализ календарей, протоколов, рейтингов соревнований, соревновательной и тренировочной деятельности легкоатлетов высокой квалификации; анализ и обобщение практического опыта подготовки сборных команд, сильнейших легкоатлетов мира, специализирующихся в различных дисциплинах легкой атлетики; сравнение; методы статистического анализа.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В теории спорта спортивная подготовка рассматривается как многофакторный процесс, основными наиболее важными компонентами которой являются: система соревнований, система спортивной тренировки, а также система факторов, повышающих эффективность их функционирования [19].

*Система соревнований.* До начала 1990-х годов в мире спорта существовали две системы спортивных соревнований – в сфере олимпийского и профессионального спорта. Постепенно процесс профессионализации стал экстраполироваться и на сферу олимпийского спорта, в том числе легкую атлетику. Под воздействием сферы бизнеса существенной реформации подверглась традиционная система соревнований в легкой атлетике, значительно расширился спортивный календарь.



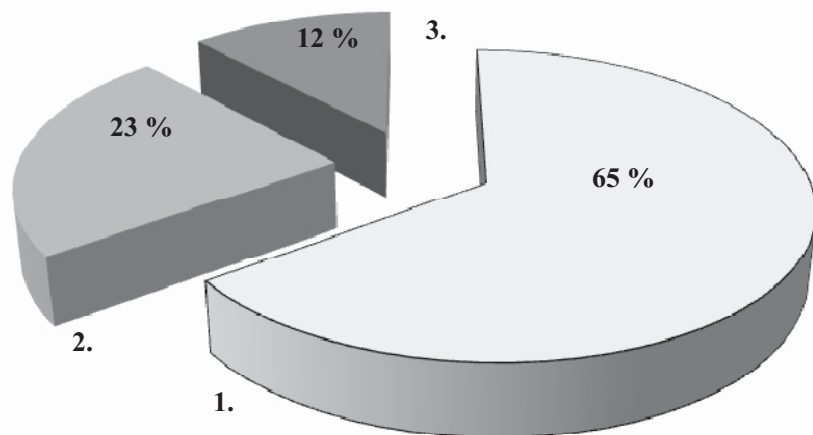




**Рис. 1. Современная структура соревнований в легкоатлетическом спорте:**

\* с 2009 г. традиционный Кубок Европы заменен на командный чемпионат Европы со следующими изменениями: общий зачет мужских и женских команд, реорганизация лиг, введение новых правил в некоторых легкоатлетических дисциплинах.





**Рис. 2. Соотношение упражнений различной преимущественной направленности в системе спортивной тренировки легкоатлетов высокой квалификации на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей в 2000-е годы:**

1 – общеподготовительные упражнения; 2 – вспомогательные упражнения; 3 – специально-подготовительные упражнения.

До начала проведения чемпионатов мира по легкой атлетике (1983 г.) спортивный календарь в легкой атлетике был достаточно стабильным, подготовка спортсменов высокой квалификации была направлена на успешное выступление в Играх Олимпиад и чемпионатах Европы, которые начали проводить в 1964 г. в Осло. Например, в СССР построение подготовки осуществлялось на основе организационно методических принципов советской системы, в те годы занимающей лидирующие позиции в мире. Управление «спортивной формой» было связано и с определенным, наиболее рациональным для индивидуума, общим числом соревнований, стартов с максимальной мобилизацией возможностей организма и соответствующим подведением их к главным соревнованиям года. Существующий календарь соревнований включал незначительное число соревнований за рубежом, выступления в которых были predetermined. Современная система соревнований находится в непрерывном развитии и характеризуется глобализацией и расширением спортивных кален-

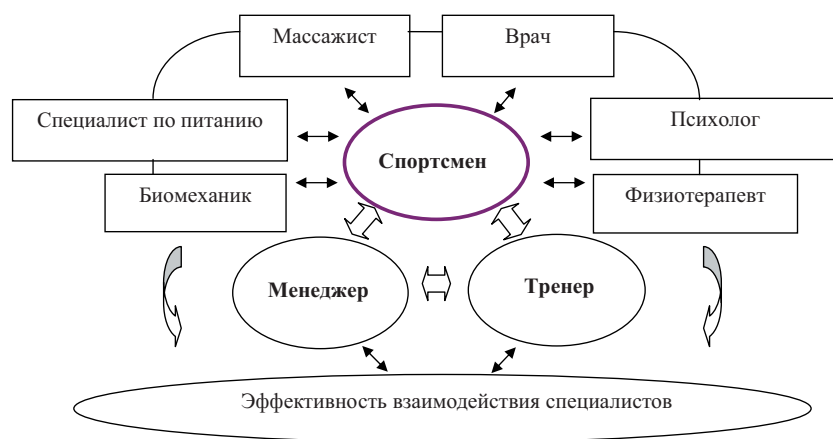
дарей, появлением новых форматов и категорий соревнований для получения доходов от их проведения [6], что значительно осложняет подготовку к ним. Она имеет сложную иерархическую структуру, которая объединяет соревнования форматов олимпийского и профессионального спорта: Игры Олимпиады, соревнования ИААФ, включающие Всемирную легкоатлетическую серию на протяжении четырехлетнего цикла, состоящую из чемпионатов и кубков мира; Бриллиантовую лигу; серию однодневных турниров по всему миру (Мировой вызов); соревнования серий Premium (с англ. премиальная награда, надбавка) и Permit (с англ. разрешение, лицензия), проводимых под эгидой континентальных легкоатлетических ассоциаций, входящих в Гран-при; Вызовы ИААФ по многоборью и по спортивной ходьбе; соревнования по бегу по шоссе; соревнования континентальных ассоциаций; соревнования национальных федераций и местные соревнования (рис. 1). Расширилась сеть соревнований и география их проведения на всех континентах с тенденцией

проведения престижных соревнований на основных «рынках» мира для обеспечения признания и повышения популярности легкоатлетического спорта.

Наглядным примером может служить объединение в 2010 г. престижных турниров Золотой лиги, Супергран-при в Бриллиантовую лигу, которые проводятся в Европе, Азии, на Ближнем Востоке и в США. Количество соревнований в рамках Бриллиантовой лиги возросло до 14 по сравнению с Золотой лигой (6 соревнований). Этот проект, направленный на увеличение дохода мировой легкой атлетики, обострил проблему подготовки и участия спортсменов высокой квалификации в соревнованиях, что обусловлено необходимостью занять призовое место в семи турнирах Бриллиантовой лиги в конкретной легкоатлетической дисциплине в различных климатогеографических условиях. В большей степени, чем ранее возросла необходимость учета факторов внешней среды (высоты над уровнем моря, температуры, влажности, изменения часового пояса), построения тренировочного процесса между соревнованиями.

Для участия в Играх Олимпиады, чемпионатах мира по легкой атлетике спортсменам высокой квалификации необходимо выполнить нормативные требования «А», «Б», установленные ИААФ в конкретной дисциплине легкой атлетики. На каждый вид от страны может быть рекомендовано не больше трех спортсменов, выполнивших норматив «А» или не больше одного спортсмена с нормативом «В», но не старше 23 лет. Квалификационный период для выполнения заявочных нормативов (1 год 9,5 месяца, кроме марафонского бега, спортивной ходьбы 50 км, многоборий) при ограниченном числе участников от страны.





**Рис. 3. Кадровое обеспечение соревновательной деятельности и подготовки спортсменов.**

Согласно правилам и регламентам ИААФ спортсменам могут быть выплачены наличные деньги или материальное вознаграждение в любом виде за участие или выступление в любом легкоатлетическом соревновании. Такое положение дел в легкой атлетике усилило мотивацию за счет успешного выступления в соревнованиях, что сказалось на изыскании современных технологий, направленных на повышение и сохранение уровня физической, технико-физической, психологической подготовленности легкоатлетов и сохранения достижений в процессе многолетней подготовки.

Если ранее проводились в основном многодневные соревнования, «Положением» которых предусматривается выполнение квалификационных нормативов, дающих право спортсмену участвовать в основных соревнованиях (легкоатлетические прыжки и метания), или отбор сильнейших участников в ходе предварительных забегов (беговые дисциплины легкой атлетики), то в условиях профессионализации широкое распространение получили «однодневные» соревнования, которые проводятся организаторами в течение одного дня по

принципу основных, в которых происходит распределение мест. Эти соревнования характеризуются сужением программы по сравнению с крупнейшими международными форумами (легкоатлетическая программа Игр Олимпиад, чемпионаты мира). В них – компактная организация проведения в течение одного дня по сокращенной программе в один круг для ограниченного количества участников, но допуске к участию любого количества представителей от страны.

Под воздействием профессионализации происходит формирование иерархических уровней соревнований по персональным приглашениям с учетом спортивных результатов, показанных легкоатлетами на соревнованиях; уровня их мастерства (место в мировых рейтингах, титулы – медалисты Игр Олимпиад и чемпионатов мира, мировые рекордсмены), мировых рекордов, установленных в конкретном соревновании с ориентацией включения в программу тех легкоатлетических дисциплин, которые могут принести доходы при разделении их на категории «Высший класс» (Premium), «Классические» (Classic), «Популяризируемые» (Promotional).

Престижнейшие соревнования по персональным приглашениям, в которых в основном участвует мировая легкоатлетическая элита, стали проводить сериями с короткими интервалами времени между ними 2 – 6 дней с поощрением непрерывного участия легкоатлетов с помощью системы очков, денежных вознаграждений и розыгрыша джек-пота в виде золотых слитков массой 50 кг (1998 – 2002 гг.), 1 мл. долларов США (2003 – 2009 гг.), бриллиант в четыре карата (с 2010 г.).

Несмотря на значительное расширение спортивного календаря и появление большого количества престижных высокооплачиваемых «однодневных» соревнований по персональным приглашениям, подготовка спортсменов высокой квалификации направлена на достижение наивысших спортивных результатов на Играх Олимпиады, чемпионатов мира, что убедительно демонстрирует передовой практический опыт (n=60 – победители и призеры Игр Олимпиады в Пекине). Причем в последние годы наблюдается стабилизация основных параметров соревновательной практики спортсменов высокой квалификации, ее оптимизация и индивидуализация в различных дисциплинах легкой атлетики. Установлено, что 15 % легкоатлетов, специализирующихся в беге на короткие дистанции, в барьерном беге и в легкоатлетических прыжках, выступают в соревнованиях в течение года более 20 раз, 10 % – менее 10 раз, 75 % – в среднем 11–12 раз [6]. Реализация такого подхода позволяет повысить качественные характеристики соревновательной деятельности – показывать высокие спортивные результаты в течение года в рамках 3 % личного спортивного результата. Отличают соревновательную практику от традиционной, существующей ранее, расширение во времени и



концентрация выступлений в соревнованиях на протяжении 4–5 месяцев (весна–лето–осень) при перемещении легкоатлетов по всем континентам земного шара (n=54). Спортсмены высокой квалификации, специализирующиеся в различных дисциплинах легкой атлетики, преимущественно стали выступать в престижных однодневных соревнованиях по персональным приглашениям, что, с одной стороны, определяется закономерностями выхода на пик готовности в главных соревнованиях, а с другой – обусловлено рядом причин, среди которых не последнее место занимают высокие материальные стимулы и существующая в легкой атлетике система поощрительных очков. Соревновательная практика спортсменов высокой квалификации характеризуется уменьшением количества выступлений легкоатлетов внутри страны и резким их расширением за рубежом на всех континентах земного шара (n=101 – победители, призеры и участники Игр XXIX Олимпиады стран США, Ямайки, России, Украины); серийным распределением стартов у ведущих легкоатлетов мира в течение соревновательного периода – от 1 до 4 серий с короткими интервалами времени между стартами в серии от 2 до 7 дней в зависимости от календаря соревнований, индивидуальной стратегии подготовки и заключенных контрактов с менеджерами (n=39).

*Система спортивной тренировки* спортсменов высокой квалификации в легкой атлетике имеет в своей основе обширную эмпирическую, научно-экспериментальную и теоретико-методологическую базу. Сравнение методики построения тренировочного процесса в легкой атлетике за последние 25 лет, обобщение и систематизация опыта подготовки сборных команд, успешно высту-

павших на мировой спортивной арене, выдающихся спортсменов мира позволили констатировать максимальное увеличение объемов тренировочных нагрузок по основным тренировочным средствам в конце 1970-х – начале 1980-х годов и уменьшение в два раза в настоящее время в различных дисциплинах легкой атлетики, резкую интенсификацию тренировочного процесса, начавшуюся в начале 1980-х, и ее стабилизацию по основным средствам подготовки к 2000 годам; узкоспециализированный характер тренировочного процесса в различных дисциплинах легкой атлетики. Значения основных показателей, характеризующих эту сторону процесса спортивной тренировки в 2000-х годах, в три раза превысили данные 1960-х годов. Примерное соотношение тренировочных упражнений (общеподготовительных, вспомогательных, специально-подготовительных) легкоатлетов высокой квалификации на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей приведено на рисунке 2. Изменилось соотношение средств различной преимущественной направленности при увеличении доли специально-подготовительных упражнений для повышения уровня специально-физической, технико-тактической, психологической и интегральной подготовленности, проявилась индивидуализация их использования в процессе спортивной тренировки. В тренировочном процессе возросла роль выполнения целостного соревновательного упражнения, воспроизведение соревновательного режима работы. Внедряются в тренировочный процесс автоматизированные технологии, рассчитанные на оперативное моделирование техники в соответствии с объективными закономерностями рациональной

организации соревновательных упражнений и индивидуальными особенностями конкретного спортсмена [3, 4].

Широко используется соревновательный метод, обеспечивающий интегральное совершенствование различных сторон подготовленности. Возросла роль специальной технической подготовки в различных дисциплинах легкой атлетики для выхода спортсмена на необходимый уровень заданных значений кинематико-динамических характеристик техники, способствующих достижению запланированного спортивного результата и для профилактики травматизма. Широко используются в тренировочном процессе современные технические средства, в том числе различные тренажеры, оснащенные быстродействующей, регистрирующей, программирующей и информационной аппаратурой, способствующие совершенствованию технического мастерства спортсменов высокой квалификации, повышению уровня развития их двигательных качеств. Создаются и внедряются в спортивную практику разнообразные тренирующие устройства, в которых находят свое воплощение идеи прикладной кибернетики и кинезиологии.

Важное значение в тренировочном процессе приобрела реализация в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности спортсменов высокой квалификации в заданный спортивный результат. Например, в легкоатлетических прыжках эта идея реализуется за счет введения в тренировочный процесс группы специальных упражнений, направленных на формирование высокого уровня функционального состояния вестибуломоторной системы. [2, 3]. Внедряются в тренировочный процесс средства и технологии,



способствующие сохранению здоровья и профилактике травматизма, бережному расходованию физического, функционального и психологического потенциала. Особенно острой эта проблема является в условиях профессионализации, так как возросла мотивация и заинтересованность легкоатлетов не только выйти в мировую элиту, но и максимально долго выступать на самом высоком уровне долгие годы.

Стабильность достижений спортсмена, обусловленная рядом психических процессов, позволяющих эффективно соревноваться не только в условиях главных соревнований, но и в серии стартов по персональным приглашениям, требуют от легкоатлета не только высокого уровня мотивации, но и целеустремленности, эмоциональной устойчивости, психической выносливости, способности к мобилизации и концентрации, стойкости, настойчивости и гибкости мышления. Использование методов регуляции и саморегуляции психического состояния спортсмена в современных условиях часто является решающим фактором успешного выступления в соревнованиях.

**Факторы, повышающие эффективность соревновательной и тренировочной деятельности.** Повышение эффективности подготовки определяется большим количеством факторов (социально-экономические; научно-методические; материально-технические; организационные, медико-биологические; профилактические; механические и биомеханические; кадры (обслуживающий персонал), которые имеют сложную структуру и находятся в тесной взаимосвязи с современной системой соревнований и тренировки. Прогресс системы подготовки спортсменов обеспечивается уровнем квалификации кадров, наличием высококвалифицированных тренеров, менеджеров,

научным потенциалом специалистов, способных предлагать эффективные технологии и методики в направлениях, которые являются наиболее перспективными для дальнейшего роста достижений и их сохранения на протяжении длительного соревновательного сезона, в процессе многолетнего совершенствования (рис. 3).

В условиях профессионализации при дефиците времени спортсмену необходимо решать ряд вопросов, непосредственно не связанных с тренировочной и соревновательной деятельностью. Это ведение финансовых дел, контакты со средствами массовой информации, взаимоотношения с агентами и др. Поэтому сегодня спортсмен высокой квалификации не может обойтись без специалистов различных сфер деятельности, предлагающих качественный спектр услуг, как в тренировочной и соревновательной деятельности, так и вне ее.

Наличие тренеров, способных подготовить элитных легкоатлетов, рассматривается как ключевой элемент в системе подготовки в различных странах. В связи с этим стали выделяться должности тренера по общей физической подготовке, по совершенствованию спортивной техники, функциональной диагностике и другие, обеспечивающие повышение качества подготовки легкоатлетов. Учитывая, что в легкой атлетике постоянно изменяются правила соревнований, техника дисциплин, оборудование, методика тренировки, тренеры постоянно должны адаптироваться к изменяющимся новациям и совершенствовать взгляды на систему подготовки. Основной базой тренерского мастерства является эффективное соотношение организаторских способностей, стратегии обучения, умения работы с группой и коммуникативные способности [24]. В современных

условиях действует пятиуровневая система обучения и сертификации тренеров (CECS), которая охватывает всех тренеров – от детских до элитных.

В системе отношений между спортсменами и тренерами в 1980-х годах появились другие фигуры, прежде всего, менеджеры (представители спортсменов), что нашло законодательное отражение в правилах и регламентах ИААФ [16]. Их влияние на подготовку спортсменов носит, порой, сложный и противоречивый характер. Неоднократно специалистами подчеркивалось, что именно менеджеры срывали планомерную подготовку к главным соревнованиям сильнейших спортсменов мира, предлагая из коммерческих соображений выступить в соревнованиях. В то же время со стороны ИААФ в современных условиях ужесточаются требования к менеджерам. Так, в 2010 г. на заседании Совета ИААФ были приняты новые требования ИААФ к менеджерам спортсменов, выработанные юридической комиссией ИААФ после консультаций со странами – членами ИААФ, спортсменами и их представителями. Речь идет об менеджерах атлетов, которые входят в тридцать сильнейших в своем виде по итогам года. Представитель спортсмена должен обладать профессиональными знаниями в легкой атлетике и спортивном менеджменте. Он должен быть не судим ранее за уголовные преступления и замешан в нарушении антидопинговых правил, иметь целостность личности и хорошую репутацию, а также необходимый уровень образования и обладать достаточными знаниями для работы в качестве представителя спортсменов. Каждый менеджер, представляющий спортсмена высшего класса, должен пройти лицензирование, кроме того, ему необходимо выполнить опреде-





ленные финансовые требования: профессиональное страхование гражданской ответственности или банковская гарантия минимум на 30 000 долларов США. Отказ выполнить эти требования приводит к санкциям, включающим предупреждения, штрафы и лишение права на представительство спортсмена. Следует акцентировать внимание на наличии контракта, (то есть на спортсмена налагаются определенные обязательства по участию в соревнованиях). С 2010 ИААФ уменьшил права менеджеров и дает возможность спортсмену права выбора, в ином случае спортсмены могут представлять себя сами или передать такие полномочия родственникам на неконтрактной основе [16]. Согласно новым требованиям, спортсмены, входящие в список 30 сильнейших мира по версии ИААФ по окончании календарного года не должны подписывать или продлевать соглашение с неаккредитованным представителем спортсменов.

Роль менеджеров в мировом сообществе возрастает, особенно очевидно их влияние на участие спортсменов в легкоатлетических соревнованиях в условиях профессионализации. Легкая атлетика очень изменилась за последние 20 лет, и сегодня практически ни одно соревнование международного уровня не проходит без пейсмейкеров в циклических дисциплинах, связанных с проявлением выносливости. Также эта категория обслуживающего персонала приобрела важную роль в повышении эффективности тренировочного процесса, способствующих в циклических дисциплинах легкой атлетики выходу спортсмена на заданный уровень характеристик соревновательной деятельности. Появились легкоатлеты, которые специально готовятся, чтобы быть профессиональными пейсмейкерами. Эффективно подход подготовки в группах

с пейсмейкерами реализуется в Эфиопии, Кении, Марокко. Примером может служить выполнение тренировочной работы в группах марокканских бегунов на длинные дистанции. Такая группа состоит из 8 – 10 одаренных спортсменов и одного или двух пейсмейкеров и возглавляется одним легкоатлетом мирового класса.

В условиях профессионализации возникла необходимость решения вопросов не только профессиональной квалификации кадров, но и повышения эффективности совместной деятельности группы специалистов с целью достижения спортсменом высоких результатов.

Своевременное внедрение в практику легкой атлетики достижений научно-технического прогресса, инновационных технологий, научно-методического, медико-биологического и информационного обеспечения является решающими факторами повышения эффективности подготовки спортсменов. За последние годы в спорте произошли изменения, связанные с совершенствованием материально-технической базы, созданием новых моделей инвентаря, оборудования, тренажеров, спортивной обуви, одежды и др. Многочисленные специализированные фирмы ежегодно разрабатывают новейшие (более совершенные) образцы спортивных изделий (копье, шест и др.), что способствует изменению спортивной техники, совершенствованию методов тренировки, сохранению здоровья спортсменов и повышению спортивных результатов. В связи с постоянным совершенствованием технологий, повышающих эффективность системы соревнований и системы тренировки, отмечается тенденция к удорожанию процесса подготовки спортсменов. Подготовка спортсменов высокой квалификации строится во взаимосвязи с социальными, экономи-

ческими условиями и условиями внешней среды.

### **Выводы.**

1. Анализ научно-методической литературы и передовой спортивной практики дает основание считать, что проблема подготовки спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации является актуальным научным направлением. Для совершенствования теоретико-методических основ важно выявить изменения, которые произошли в легкой атлетике за последние десятилетия, касающиеся системы соревнований, соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации, системы спортивной тренировки и факторов, обеспечивающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности.

2. Установлено, что современная система соревнований находится в непрерывном развитии под воздействием сферы бизнеса и характеризуется сложной иерархической структурой, глобализацией и расширением спортивных календарей, появлением новых форматов и категорий соревнований для получения доходов от их проведения; расширением сети соревнований и географии их проведения на всех континентах; сужением программы соревнований по персональным приглашениям по сравнению с Играми Олимпиады, чемпионатами мира, компактной их организацией в течение одного дня по сокращенной программе в один круг для ограниченного количества участников, но допуске к участию любого количества представителей от страны; формированием иерархических уровней соревнований по персональным приглашениям с ориентацией включения в программу тех легкоатлетических дисциплин, которые могут принести доходы при разделении их на категории «Высший класс» (Premium), «Классические»



(Classic), «Популяризируемые» (Promotional); серийностью проведения отдельных соревнований по персональным приглашениям с короткими интервалами времени между ними 2–6 дней и поощрения непрерывного участия спортсменов в них в виде системы поощрительных очков, денежных вознаграждений и розыгрыша джек-пота.

3. Соревновательная практика спортсменов высокой квалификации в течение года в условиях профессионализации характеризуется:

- расширением во времени и концентрацией выступлений в соревнованиях на протяжении 4–5 месяцев (весна–лето–осень) при перемещении легкоатлетов по всем континентам земного шара;
- стабилизацией основных параметров, оптимизацией и индивидуализацией в различных дисциплинах легкой атлетики, несмотря на значительное расширение спортивного календаря для повышения качественных характеристик соревновательной деятельности;
- преимущественным выступлением спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в различных дисциплинах легкой атлетики в престижных однодневных соревнованиях по персональным приглашениям;
- уменьшением количества выступлений легкоатлетов внутри страны и резким их расширением за рубежом на всех континентах земного шара;
- серийным распределением стартов у ведущих легкоатлетов мира в течение соревновательного периода – от 1 до 4 серий с корот-

кими интервалами времени между стартами в серии от 2 до 7 дней в зависимости от календаря соревнований, индивидуальной стратегии подготовки и заключенных контрактов с менеджерами.

4. За последние 25 лет в условиях профессионализации спортивная тренировка спортсменов высокой квалификации претерпела ряд изменений и приобрела ряд характерных особенностей, к которым, в первую очередь, следует отнести:

- резкую интенсификацию тренировочного процесса, начавшуюся в 1980-х годах и ее стабилизацию по основным средствам подготовки к 2000-м годам; рациональное использование средств различной преимущественности при увеличении доли специально-подготовительных упражнений;
- выполнение в тренировочном процессе целостного соревновательного упражнения, воспроизведение соревновательного режима работы;
- широкое использование в тренировочном процессе современных технических средств, в том числе, различных тренажеров, оснащенных быстродействующей, регистрирующей, программирующей и информационной аппаратурой, способствующих совершенствованию технического мастерства спортсменов высокой квалификации и повышению уровня развития их двигательных качеств;
- внедрение в тренировочный процесс средств и технологий, способствующих сохранению здоровья и профилактике травматизма, бережному расходованию

физического, функционального и психологического потенциала при стремлении максимально долго выступать на самом высоком уровне;

- повышение мотивации к тренировочной и соревновательной деятельности, обусловленной сильными экономическими стимулами и специальной психической подготовленности для выступления в сериях соревнований.

5. Профессионализация легкоатлетического спорта обострила необходимость обеспечения подготовки спортсменов высокой квалификации на высоком профессиональном уровне за счет факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности, действие которых направлено на реализацию задач профессионального совершенствования в комплексном проявлении социально-экономических, биологических, материально-технических, информационных компонентов за счет предоставления спортсмену всего спектра качественных услуг со стороны специалистов различного профиля и обслуживающего персонала, особенно, менеджеров, роль которых значительно возросла в связи с функциональными обязанностями и полномочиями и требует непрерывного повышения эффективности их совместной деятельности; своевременного внедрения в систему подготовки спортсменов высоких передовых технологий и эффективных систем финансирования во взаимосвязи с социальными, экономическими, демографическими условиями и внешней среды.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Арселли Э. Тренировка в марафонском беге: научный подход / Э. Арселли, Р. Канова. – М.:



- Издательство «Терра-Спорт», 2000. – 198 с.
2. Бобровник В.И. Формирование технического мастерства легкоатлетов-прыгунов высокой квалификации в системе спортивной подготовки: дис. ... доктора наук по физ. воспитанию и спорту: 24.00.01 / Владимир Ильич Бобровник; НУФВСУ. – Киев, 2007. – 582 с.
  3. Бобровник В.И. Высокие технологии в легкоатлетическом спорте / В.И. Бобровник, Е.К. Козлова // Вісник Чернігівського педагогічного університету. – Чернігів, 2010. – С. 512 – 518.
  4. Гуськов С.И. Профессиональный спорт / С.И. Гуськов, В.Н. Платонов. – К.: Олимп. л-ра, 2000. – 392 с.
  5. Желязков Ц. Основы спорта и тренировка / Ц. Желязков, Д. Дашева. – София: Гера арт, 2002. – 432 с.
  6. Козлова Е.К. Соревнования в системе подготовки спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации легкой атлетики / Е.К. Козлова // Наука в олимпийском спорте. – № 1. – 2010. – С. 20 – 30.
  7. Козлова О.К. Професіоналізація легкоатлетичного спорту / О.К. Козлова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2008. – №2. – С. 17–22.
  8. Колесов А.И. Соревновательная деятельность и подготовка спортсменов высшей квалификации в различных природно-географических условиях / А.И. Колесов, Н.А. Ленц, Е.А. Разумовский. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 292 с.
  9. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – Санкт-Петербург: Лань, 2005. – 384 с.
  10. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н. Г. Озолин. – М.: Астрель: АСТ, 2006. – 864 с.: ил. – (Профессия – тренер).
  11. Олимпийский спорт: в 2 т. / В. Н. Платонов, С. Н. Бубка, М. М. Булатова [и др.]; под общ. ред. В.Н.Платонова. – К.: Олимп. л-ра, 2009.– Т.2. – 696 с.
  12. Платонов В.М. Професіоналізація олімпійського спорту / В. М. Платонов // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 3–8.
  13. Платонов В.Н. Игры XXIX Олимпиады и направления совершенствования олимпийской подготовки спортсменов Украины / В. Н. Платонов // Наука в олимпийском спорте. – 2009. – №1. – С. 4–78.
  14. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. л-ра, 2004. – 808 с.
  15. Попов В.Б. Прыжок в длину: многолетняя подготовка / В.Б. Попов. – М.: ОлимпияПресс, Терра-Спорт, 2001. – 160 с.
  16. Правила соревнований 2010 – 2011 [электронный ресурс]: по данным Международной Ассоциации легкоатлетических федераций. – М.: Московский региональный Центр развития ИААФ, 2010. – 237 с. – Режим доступа: <http://www.iaaf.org>
  17. Рерих Е. Легкоатлетический менеджер [Электронный ресурс] /Е. Рерих 2007. – Режим доступа: <http://www.rusathletics.com>.
  18. Селуянов В.Н. Подготовка бегунов на средние дистанции: учеб. пособие / В. Н. Селуянов. – М.: ТВТ Дивизион, 2007. – 112 с.
  19. Суслов Ф.П. Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – 448 с.
  20. Тер-Ованесян И.А. Подготовка легкоатлета: современный взгляд / И.А. Тер-Ованесян. – М.: Терра-спорт, 2000. – 128 с.
  21. Феррейра Р.Л. Эволюция тренировки в марафоне / Р. Л. Феррейра, Р. Ролим // Легкоатлетический вестник ИААФ. – 2006. – № 1. – С. 29–37.
  22. Харре Д. Учение о тренировке / Д. Харре: пер. с нем. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 328 с.
  23. Шиффер Ю. Спринт / Ю. Шиффер // Легкоатлетический вестник ИААФ. – 2009. – № 1. – С. 7–17.
  24. Jones R. Sports Coaching Cultures / R. Jones, K. Armour, P. Potrak. – London: Routledge, 2004. – С. 25.
  25. Killing W. Trainings – und Bewegungslehre des Hochsprungs / W. Killing Cologne: Strauß, 2004. – 315 p.
  26. Schexnayder B. Organizing and planning training [Электронный ресурс]: по данным Sport science. Planning & Periodization / В. Schexnayder – Canada: Canading Athletics Coaching Centre, 2010. – Режим доступа: <http://www.athleticscoaching.ca>

