



ВЕСТНИК СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

№ 7
(октябрь) 2018

Специальный выпуск

Модель кластерного взаимодействия
по подготовке велосипедистов

ПРОЕКТ «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ»

Система спортивного отбора и ориентации
в циклических видах спорта
в Ростовской области







Уважаемые коллеги! Дорогие друзья!

От имени Министерства спорта Российской Федерации и себя лично приветствую участников круглого стола «Инновационные площадки как ресурс развития спортивной отрасли», который проходит в Ульяновске в рамках VII Международного спортивного форума «Россия – спортивная держава».

Для развития физической культуры и спорта научные исследования имеют важное значение и потому являются одним из приоритетных направлений деятельности Министерства спорта Российской Федерации. Без них сегодня невозможно совершенствовать методики работы со спортсменами, осуществлять подготовку и переподготовку квалифицированных специалистов.

Российские и зарубежные учёные, руководители медицинских учреждений и организаций спортивной подготовки, преподаватели и тренеры, а также представители смежных специальностей обмениваются накопленным опытом, знаниями и практиками, предлагают новые идеи для повышения эффективности подготовки спортсменов высокого класса.

Уверен, что общение экспертов в рамках круглого стола пройдёт в конструктивном ключе и будет способствовать решению важных задач, стоящих перед спортивной отраслью.

Желаю всем плодотворной работы и успеха в профессиональной деятельности!

С уважением,
Министр спорта
Российской Федерации
П.А. Колобков

A handwritten signature in black ink, which appears to be 'Kolobkov', written in a cursive style.



Уважаемые коллеги!

Современный спорт - это высококонкурентная среда. Сегодня он демонстрирует предельные человеческие возможности как результат высоких технологий - медицинских, психофизиологических, педагогических, способствующих росту спортивных результатов и быстрому восстановлению после соревнований.

Для достижения амбициозных спортивных целей важно системно подходить к подготовке атлетов: внедрять передовые технологии отбора спортивно одарённых детей, совершенствовать федеральные стандарты и программы спортивной подготовки, разрабатывать технологии и методики, способствующие высоким результатам, сохранению и преумножению здоровья спортсменов.

Решению этих и других задач способствуют экспериментальная и инновационная деятельность в области физической культуры и спорта, которая призвана укрепить научно-методическое, организационное, правовое, финансовое, кадровое, материально-техническое обеспечение отрасли.

Экспериментальной и инновационной деятельности посвящен специальный номер журнала «Вестник спортивного резерва», в него вошли промежуточные результаты работы одиннадцати экспериментальных площадок. Подробно эти и другие проекты будут рассмотрены в рамках круглого стола «Инновационные площадки как ресурс развития спортивной отрасли» на Международном форуме «Россия – спортивная держава».

Убеждён, что общение специалистов в ходе мероприятий Форума придаст новый импульс деятельности по подготовке спортивного резерва - одному из важнейших направлений государственной политики в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации.

С уважением,
директор ФГБУ «Федеральный центр
подготовки спортивного резерва»
К.В. Вырупаев

НАУКА - СПОРТУ

- 04 | О РЕГИОНАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ОРГАНИЗАЦИИ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО, МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО И МЕДИЦИНСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА
- 08 | ПРОЕКТ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ»
- 12 | ОПЫТ УСПЕШНОГО ПРИМЕНЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ НА ОСНОВЕ АПИФИТОКОМПОНЕНТОВ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В РАМКАХ ПРИКЛАДНЫХ НИР

РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

- 21 | О ХОДЕ РЕАЛИЗАЦИИ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЕКТА «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ – СИЛЬНЫЙ РЕГИОН». МЕДИКО-ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ

КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ

- 26 | ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА ПО ЖЕНСКОЙ БОРЬБЕ: ПРЕДПРИНЯТЫЕ ШАГИ, ОЖИДАНИЯ, РИСКИ

РЕСПУБЛИКА САХА (ЯКУТИЯ)

- 30 | О МОДЕЛИ СИСТЕМЫ НЕПРЕРЫВНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

ХМАО-ЮГРА

- 34 | ПРОБЛЕМЫ ОТЕЧЕСТВЕННОГО НАУЧНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ КАК ПРЕДПОСЫЛКА ФОРМИРОВАНИЯ ФЕДЕРАЛЬНОГО ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ПРОЕКТА В ХАНТЫ-МАНСЬСКОМ АВТОНОМНОМ ОКРУГЕ – ЮГРЕ

ОМСКАЯ ОБЛАСТЬ

- 39 | МОДЕЛЬ КЛАСТЕРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ ВЫСОКОГО КЛАССА РЕГИОНОВ УРАЛА, СИБИРИ И ДАЛЬНЕГО ВОСТОКА НА БАЗЕ ОМСКОГО ВЕЛОТРЕКА

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

- 43 | ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РАЗРАБОТКЕ И ВНЕДРЕНИЮ ПРОГРАММЫ ПРЕДСПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

ПЕРМСКИЙ КРАЙ

- 46 | ПЕРСПЕКТИВЫ И ПРОБЛЕМЫ ФЕДЕРАЛЬНОЙ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ПЛОЩАДКИ «СОЗДАНИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ МОДЕЛИ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В ПРЫЖКАХ НА ЛЫЖАХ С ТРАМПИНА И ЛЫЖНОМ ДВОЕБОРЬЕ В ПЕРМСКОМ КРАЕ НА БАЗЕ ФГБОУ ВО «ЧГИФК»

РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

- 50 | СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ОТБОРА И ОРИЕНТАЦИИ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

О РЕГИОНАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ОРГАНИЗАЦИИ НАУЧНО- МЕТОДИЧЕСКОГО, МЕДИКО- БИОЛОГИЧЕСКОГО И МЕДИЦИНСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА

Владимир Курашвили, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», доктор медицинских наук, профессор

Алла Беляева, Государственное бюджетное учреждение Ленинградской области
«Спортивная школа олимпийского резерва по горнолыжному спорту, фристайлу»

Баир Найданов, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», кандидат педагогических наук, доцент

В 2016 г. состоялось заседание Межведомственного координационного совета, посвященное созданию федеральной экспериментальной площадки (ФЭП) в Ленинградской области.

Предшествующий анализ показал, что существуют серьезные проблемы в подготовке спортивного резерва в данном субъекте:

- дефицит специалистов, обеспечивающих научно-методическое, медико-биологическое и медицинское сопровождение подготовки спортивного резерва;
- отсутствие программы развития спортивной медицины субъекта;
- несоответствие уровня внедрения программ научно-методического и медико-биологического обеспечения требуемым результатам;
- низкое качество медицинского обеспечения подготовки спортивного резерва;
- отсутствие должного финансирования для реализации программ научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения спортивной подготовки.

30 июня 2016 г. Координационной группой Минспорта России по экспериментальной и инновационной деятельности в области физической культуры и спорта года была утверждена федеральная экспериментальная площадка в Ленинградской области, целью которой является создание научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения спортивной подготовки в Ленинградской области.

Экспериментальные (инновационные) проекты в области физической культуры и спорта способствуют модернизации системы подготовки спортивного резерва, как одного из приоритетных направлений государственной политики Российской Федерации в области физической культуры и спорта через разработку, апробацию и внедрение новых спортивных технологий, методов и форм тренировочного процесса, программ спортивной подготовки, методик повышения квалификации специалистов, новых механизмов взаимодействия организаций, осуществляющих спортивную подготовку, систем оценки качества отбора и подготовки спортсменов.

ФЭП осуществляют деятельность на основе «Комплекса мер по развитию системы подготовки спортивного резерва Российской Федерации», утвержденным Министерством спорта, туризма и молодежной политики от 06.12.2011.

В дальнейшем был принят ряд планово-стратегических документов, направленных на совершенствование системы подготовки спортивного резерва:

- Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года;
- профессиональные стандарты отрасли физической культуры и спорта, разработанные и утвержденные Минтрудом России;

- приказ Минспорта России от 30.09.2015 № 914 «Об утверждении порядка осуществления экспериментальной и инновационной деятельности в области физической культуры и спорта»;
- приказ Минспорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд».

Указанными нормативными документами были установлены общие основы организации процесса подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, особенности предмета деятельности, структуры организаций, осуществляющих спортивную подготовку, их задачи и порядок взаимодействия, особенности методического, научно-методического и кадрового обеспечения, питания, оценки качества и эффективности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку. Была создана отраслевая система координации физкультурно-спортивных организаций по подготовке спортивного резерва и методического обеспечения организаций, осуществляющих спортивную подготовку.

ФЭП Ленинградской области ставила своей задачей создать систему на кластерной основе, позволяющую объединить усилия региональных органов исполнительной власти в области здравоохранения и физической культуры и спорта в тесном взаимодействии с государственным бюджетным образовательным учреждением высшего профессионального образования «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет», Федеральным государственным бюджетным учреждением «Федеральный научный центр физической культуры и спорта (ВНИИФК)», а также Российской ассоциацией спортивной медицины и реабилитации больных и инвалидов с целью формирования региональной модели научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения системы спортивной подготовки в Ленинградской области.

В августе 2016 г. в Ленинградской области был создан межведомственный координационный совет по реализации ФЭП (далее - координационный совет) под руководством заместителя Председателя Правительства Ленинградской области по безопасности А.Д. Бурлакова.

В координационный совет вошли представители администрации Ленинградской области, ФГБУ ФЦПСР, РАСМИРБИ, ВНИИФКа, Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образо-

вания «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России, Федерального государственного бюджетного учреждения «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры» Минспорта России, Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», руководители региональных спортивных федераций Ленинградской области.

Для решения поставленных задач координационный Совет объединил усилия представителей здравоохранения, физической культуры и спорта, спортивной общественности, науки и образования как федерального, так и регионального и местного уровней.

Основная отличительная черта кластера - его инновационная ориентированность. Как известно, инновационный кластер представляет собой системное объединение различных организаций (образовательных, научных, спортивных учреждений, органов государственного управления, органов местного самоуправления, общественных организаций и т.д.), позволяющее использовать преимущества внутрикластерного взаимодействия с целью более быстрого и эффективного распространения новых знаний, стимулирующих инновации для рационального использования новых технологий подготовки спортивного резерва.

Усиление глобальной конкуренции в мировом спорте приводит к высоким тренировочным нагрузкам, подчас непосильным для неокрепшего организма юных спортсменов. Тренировочный процесс все чаще сталкивается с серьезной проблемой ограниченных резервных возможностей организма, особенно растущего. Это приводит к все более частым перегрузкам и массовому преждевременному окончанию спортивной карьеры, преимущественно детей и подростков, снижению числа конкурентоспособных спортсменов.

Общим недостатком является общее отставание в вопросах использования современных научных знаний, технологий опережающего развития, информационных программ и подготовки квалифицированных специалистов для организации эффективной системы обеспечения спортивной подготовки, позволяющей перейти на принципиально новую ступень научно-методического обеспечения спортивной подготовки.

Отсутствие выстроенной системы спортивного отбора и медико-биологического обеспечения на начальном и тренировочном этапах спортивной подготовки приводит к недостатку подготовки полноценного спортивного резерва и к существенным провалам в естественном процессе смены поколений сборных команд страны. Одним из фундаментальных направлений, способствующим

щих получению объективной информации о состоянии спортивного резерва на всех этапах его подготовки, является развитие и совершенствование системы медико-биологического обеспечения (далее - МБО).

Выступления российских спортсменов на Олимпийских играх последнего десятилетия свидетельствует, что к важнейшим причинам нестабильного выступления российских команд следует отнести недостаточное соответствие контингента молодежных команд требованиям спорта высших достижений (далее - СВД). Одной из причин недостаточного омоложения сборных команд страны, по мнению специалистов, является потеря перспективных молодых спортсменов на этапе перехода из молодежных составов в основной состав.

В годы наивысших успехов сборной команды России состав команды обновлялся на 70%, тогда как в последние годы этот показатель не превышал 8%. Снижение результативности выступлений сборной на международной арене и неспособность молодежи достойным образом сменить ее состав эксперты связывают со слабым научно-методическим обеспечением отбора и подготовки к выступлениям на соревнованиях. В качестве меры повышения эффективности их подготовки предлагалось проводить обследования молодых талантов с целью ранней диагностики их физического и функционального состояния и оказания затем им всесторонней поддержки. Такой путь, по экспертному заключению, способствует стимулированию работы в регионах, а формирование банка данных одаренных спортсменов позволяет более ответственно тренерам готовить спортивный резерв, обеспечивая, тем самым, преемственность подготовки с использованием данных МБО.

Таким образом, одним из ключевых направлений качественного развития научно-методического и медицинского обеспечения является систематический мониторинг процесса подготовки спортсменов на базе углубленной индивидуализации комплексных обследований. Следует признать, что в нашей стране тренеры все чаще необоснованно и бесконтрольно форсируют подготовку молодых спортсменов без учета возрастных, физиологических и психологических особенностей, что приводит к раннему профессиональному выгоранию. Так, с тренировочного этапа спортивной подготовки, на котором нагрузки приобретают ежедневный интенсивный характер, из почти миллиона российских спортсменов до этапа совершенствования спортивного мастерства доходит только 6%.

Своевременному распознаванию соответствия уровня нагрузок функциональному состоянию спортсмена для своевременной коррекции и

индивидуализации его спортивной подготовки не позволяют усугубляющийся кадровый дефицит в ученых, врачах, физиологах и слабое материально-техническое обеспечение.

Следует отметить, что Международный олимпийский комитет уделяет большое внимание проблеме контроля здоровья юных спортсменов. Наблюдается активный поиск и применение специалистами разных стран инновационных спортивных технологий, способных обеспечить преимущество спортсменам национальных сборных над соперниками в условиях жесткой конкуренции в мировом спорте. Одним из ключевых направлений качественного развития научно-методического и медицинского обеспечения является систематический мониторинг процесса подготовки спортсменов на базе углубленной индивидуализации комплексных обследований.

За рубежом регулярно публикуются официальные документы по спортивной медицине, которые регламентируют процедуры обследования юных спортсменов, определены цели и задачи периодического обследования здоровья спортсменов, рекомендации по их обследованию. Так, определение биологического возраста по состоянию костей скелета и вторичным половым признакам может быть использовано для определения стадии зрелости. Сроки биологического созревания определяются по специфическим признакам, например, достижение максимального роста тела и возраст появления менархе [1].

Состояние костей скелета является наиболее подходящим признаком, позволяющим определить зрелость, как в период детства, так и юношества. Этот метод можно использовать для определения предполагаемого роста (увеличения длины тела) спортсмена, что важно в некоторых видах спорта. Рентген и МРТ часто используются для определения состояния костей скелета, особенно в некоторых мужских видах спорта. На точность данных методов исследования влияют такие факторы, как раннее созревание, разница в развитии костей скелета у представителей разных национальностей.

Важным аспектом экспертного анализа был мышечный метаболизм. Изучались физиологические изменения и спортивная форма в период созревания. Исследования с использованием биопсии мышц указывают на то, что концентрация аденозинтрифосфорной кислоты (АТК) не зависит от возраста, однако у мальчиков в период с 11 до 15 лет отмечается увеличение концентрации фосфокреатина и гликогена. Расход запасов гликогена под воздействием тренировочных нагрузок сильнее выражен у взрослых, об этом свидетельствует увеличение с возрастом накопления соли молочной кислоты (лактата) в мышцах [2].

У детей и подростков во время напряженных

тренировок накапливается меньше лактата, чем у взрослых, а также доказана обратная зависимость между возрастом спортсмена и максимальным потреблением кислорода, и содержанием лактата. Многочисленные исследовательские данные указывают на наличие у детей и подростков повышенной окислительной ферментативной активности по сравнению со взрослыми, а также наличие у детей до начала периода полового созревания пониженной гликолитической ферментативной активности по сравнению с подростками или взрослыми [3].

Существенные ограничения для формирования системы МБО в УОР связаны с отсутствием в федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта необходимых современных объемов, видов методик и маркеров этапного комплексного контроля (ЭКО), текущего обследования (ТО) и обследования соревновательной деятельности (ОСД) для системы подготовки спортивного резерва в зависимости от видов спорта и этапов спортивной подготовки. Существующие стандарты отличаются устаревшими примитивными тестами и однотипностью, в большинстве своем не отражающие специфику и особенности наполнения ЭКО и ТО для каждого вида спорта и спортивной дисциплины с их не только технико-тактической неповторимостью, но также своеобразием физической, психофизиологической и функциональной подготовленности.

Растущая необходимость обеспечения врачебной и медико-биологической составляющей в деятельности УОР, по мнению коллективов этих организаций, требует квалифицированного взвешенного решения для организации соответствующей материальной базы обследования в рамках ЭКО, ТО, ОСД.

Очевидна необходимость большей активности и реальной помощи в организации МБО – прежде всего, в рамках ФЭП. Специалистами высказывается мнение, что программы спортивной подготовки, разработанные на основе федеральных стандартов, представляют собой единый целостный процесс, в котором следует предусмотреть мероприятия по медико-биологическому, психологическому, медицинскому и антидопинговому обеспечению спортсменов, проходящих спортивную подготовку.

В рамках реализации данных мероприятий в учреждениях могут создаваться комплексные научные группы, диагностические лаборатории, восстановительные комплексы, в том числе для осуществления экспериментальной и инновационной деятельности, разработки и выпуску научно-методических пособий, методических рекомендаций по подготовке спортивного резерва.

С учетом вышеизложенного, при разработке Федеральных стандартов спортивной подготовки

по видам спорта нового поколения необходимо включить в них мероприятия по медико-биологическому обеспечению в виде ЭКО, ТО и ОСД, с учетом специфики каждого вида спорта и для каждого этапа спортивной подготовки и при утверждении базовых нормативов затрат на услуги спортивной подготовки учитывать расходы на данные мероприятия.

Возвращаясь к ФЭП Ленинградской области. В соответствии с приказом № 999 Минспорта России научно-методическое, медицинское и медико-биологическое обеспечение подготовки спортивного резерва проводится на всех этапах и во всех организациях спортивной подготовки, которые должны стать заказчиками этих услуг, в том числе для учреждений и подразделений спортивной медицины.

Создание инфраструктуры ФЭП Ленобласти предполагает создание сети кабинетов спортивной медицины в каждом муниципальном районе, создание отделов научно-методического, медицинского и медико-биологического обеспечения в Центре спортивной подготовки сборных команд Ленинградской области и спортивных школах олимпийского резерва.

Основные задачи научно-методического обеспечения спортивной подготовки:

- обеспечение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности;
- сохранение и укрепление здоровья спортсменов;
- комплексный контроль за физической и функциональной подготовленностью спортсменов;
- возможность проведения спортивного отбора на всех этапах спортивной подготовки;
- поддержание профессионального долголетия спортсменов.

За два года работы ФЭП в Ленинградской области открыты и функционируют 13 кабинетов спортивной медицины: ГБУЗ ЛО «Всеволожская КМБ», ГБУЗ ЛО «Гатчинская КМБ», ГБУЗ ЛО «Тосненская КМБ», г. Сосновый Бор, ул. Космонавтов д. 3/13, ГБУЗ ЛО «Выборгская МБ», ГБУЗ ЛО «Кингисеппская МБ», ГБУЗ ЛО «Ломоносовская МБ», ГБУЗ ЛО Тихвинская МБ», ГБУЗ ЛО Киришская КМБ», ГБУЗ ЛО «Лужская МБ», ГБУЗ ЛО «Токсовская РБ», ГБУЗ ЛО «Волховская МБ», ГБУЗ ЛО «Приозерская МБ». На 2019 год запланировано открытие кабинета спортивной медици-

ны в ГБУЗ ЛО «Лодейнополюская МБ». На базе ГАУ ЛО «Центр спортивной подготовки сборных команд Ленинградской области» открыт отдел научно-методической работы, в государственное задание включены работы по инновационной деятельности (включая ФЭП), научно-методической работе. Именно через ЦСП осуществляется координация работы по медицинскому сопровождению спортсменов спортивных сборных команд Ленинградской области и спортивного резерва (спортсменов спортивных школ, клубов и др. организаций).

Продолжается работа по материально-техническому оснащению кабинетов спортивной медицины в муниципальных районах. Комитетом по здравоохранению Ленинградской области до конца 2018 года планируется провести дооснащение 6 кабинетов спортивной медицины с целью создания на их базе отделений спортивной медицины с возможностью проведения УМО спортсменов: ГБУЗ ЛО «Всеволожская КМБ», ГБУЗ ЛО «Гатчинская КМБ», ГБУЗ ЛО «Тосненская КМБ», ГБУЗ ЛО «Выборгская МБ», ГБУЗ ЛО «Волховская МБ», ГБУЗ ЛО «Тихвинская МБ».

Применяя кластерный подход, благодаря реализации мероприятий ФЭП в Ленинградской области осуществляется оперативное взаимодей-

ствие с руководителями учреждений, осуществляющих спортивную подготовку по вопросам организации прохождения медицинских осмотров спортсменов, реабилитационным и восстановительным мероприятиям, разрабатывается новый порядок прохождения медицинских осмотров и медицинского сопровождения тренировочной и соревновательной деятельности. В связи с чем были внесены изменения в областной закон «О физической культуре и спорте в Ленинградской области», разработаны НПА регионального уровня по здравоохранению.

Вместе с тем следует признать, что не все запланированные мероприятия реализованы. В ближайшее время предстоит подготовить рекомендации по медицинскому сопровождению занятий физкультурой и спортом в организациях разного типа; разработать методику оперативного контроля функционального состояния спортсменов во время прохождения программы спортивной подготовки (включая тренировочные сборы и соревнования); совместно со здравоохранением подготовить методические рекомендации по расчету нормативов затрат на услуги спортивной подготовки, включающие расходы на научно-методическое, медицинское и медико-биологическое обеспечение. ■

Литература

1. Bergeron Michael F, Margo Mountjoy, Neil Armstrong et al. International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. Br J Sports Med. Volume 49, Issue 13. P. 1-14. <http://bjsm.bmj.com/content/49/13/843>
2. Курашвили В.А., Ахмерова К.Ш., Ачкасов Е.Е., Выходец Е.Т., Машковский Е.В. Медицинский контроль за здоровьем юных атлетов в США. Спортивная медицина: наука и практика. Научно-практический журнал. 2014, № 4, стр. 116-123. <http://smjournal.ru/?q=ru/node/2442>
3. Mountjoy M., N Armstrong, L Bizzini, et al. IOC consensus statement: "training the elite child athlete". Br J Sports Med. 2008. Volume 42, Issue 3. P.161-164. <http://bjsm.bmj.com/content/42/3/163>

ПРОЕКТ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ»

Александр Назаров, директор АНО «Стань чемпионом»

Количество желающих записаться в спортивные школы растет год от года, и вопрос правильного выбора спортивной специализации стоит особо остро, так как помимо спортивных побед существует и фактор удовлетворенности от занятий избранным видом спорта. Чтобы поступить в спортивную школу необходимо пройти вступительные испытания. При этом каждая школа проводит тестирование самостоятельно, и его результаты действительны только для конкретного учреждения. В зависимости от того, в какое количество спортивных учреждений родители подали заявления на зачисление ребенка в спортивную школу, им необходимо будет явиться в соответствующее количество мест для прохождения вступительных испытаний.

На сегодняшний день в России и за рубежом реализуются исключительно моно-программы по определению предрасположенности детей к отдельным видам спорта, не существует единого, обобщенного и проанализированного подхода в отборе спортивно одаренных детей, а также требований, предъявляемых к таким детям при отборе в различные виды спорта.

Решение о выборе вида спорта для занятий принимают родители. Чаще всего при этом они руководствуются:

- своими предпочтениями в спорте;
- популярностью вида спорта;
- наличием спортивных секций вблизи места жительства.

В последнее десятилетие, в связи с расшифровкой структуры генома человека, появилась возможность определения генетических маркеров, ассоциированных с развитием и проявлением физических качеств. Однако, существующие генетические тестирования способны определить лишь природную склонность к физическим способностям, причем следует отметить, что услуга генетического тестирования является дорогостоящей и доступна не всем.

В этой связи следует признать актуальным внедрение в 7 субъектах Российской Федерации экспериментальной площадки АНО «Стань чемпионом» для оценки перспективности спортивного резерва при помощи современной системы отбора спортивно одаренных детей. Так как выявление предрасположенности ребёнка к определенным видам спорта является одним из наиболее приоритетных и перспективных направлений не только в области сохранения и укрепления здоровья юных спортсменов, но и помогает решению вопросов, связанных с формированием спортивного резерва. Тестирование в рамках проекта осуществляется на бесплатной основе.

Объектом исследования является процесс отбора спортивно одаренных детей и ориентации их на избранный вид спорта

Предмет исследования: методы и технологии отбора спортивно одаренных детей в возрасте 5,5 - 12 лет.

Основной целью проекта является разработка и внедрение модели отбора спортивно одаренных детей с определением их спортивной направленности.

Основными задачами проекта являются:

1. Внедрение отечественного программно-аппаратного комплекса отбора спортивно одаренных детей, их спортивной ориентации на основе комплексной скрининговой оценки психофизиологических,

антропометрических и функциональных характеристик организма в 7 регионах Российской Федерации.

2. Создание информационных ресурсов и сервисов для родителей и тренеров по вопросу спортивной ориентации, отбору, перечню физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг для населения, планирование тренировочных нагрузок юных спортсменов.
3. Совершенствование комплексной модели и алгоритма спортивного отбора одаренных детей.
4. Подготовка предложений по внесению изменений в действующее законодательство и разработка необходимых проектов нормативных правовых регулирующих подготовку спортивного резерва.

МЕТОДЫ И КОНКРЕТНЫЕ МЕТОДИКИ ТЕСТИРОВАНИЯ

1. Антропометрические методы по оценке физического развития, длинотных, обхватных показателей, диаметров тела, толщины кожно-жировых складок, соматотипа, оценка опорно-двигательного аппарата, биологического возраста, спирометрии, динамометрии.
2. Психофизиологические методы по оценке внимания (Таблицы Шульте), памяти (Тест «Геометрические Матрицы»), простой и сложной зрительно моторной реакции, типа темперамента.
3. Педагогические методы оценки физических качеств: гибкость (наклон туловища из положения сидя, выкрут прямых рук вперед-назад), координация (бросок и ловля мяча после отскока в парах, стойка на одной ноге), силовые способности (сгибание и разгибание рук в упоре лежа), скоростно-силовые способности (прыжок в длину с места; прыжок в высоту), скоростные способности (бег 15 м; челночный бег 3х10 м).

ОРГАНИЗАЦИЯ И ХОД РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

В ходе проекта запланированы следующие этапы и сроки реализации проекта:

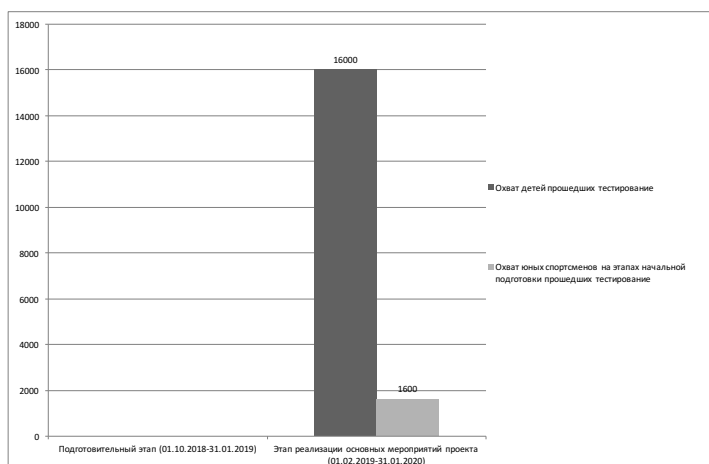


Рис. 1. Количество детей и юных спортсменов, планируемых протестировать на этапе реализации основных мероприятий проекта.

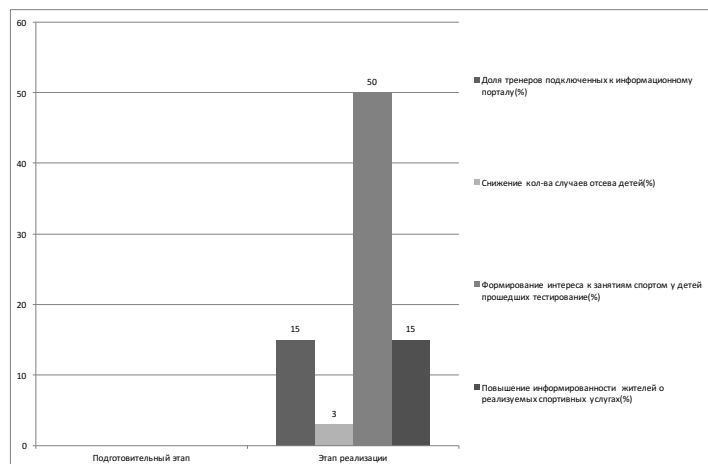


Рис. 2. Предполагаемые итоги реализации II этапа проекта.

Подготовительный этап - 01.10.2018-31.01.2019.

Этап реализации основных мероприятий проекта - 01.02.2019-31.01.2020.

Этап совершенствования технологического тестирующего оборудования и методов по оценке предрасположенности детей к различным видам спорта - 01.02.2020 – 31.05 2021.

В ходе подготовительного этапа благодаря взаимодействию АНО «Стань чемпионом» с федеральными и региональными органами исполнительной власти в области физической культуры и спорта, а также в области образования по созданию необходимых условий для внедрения отечественного программно-аппаратного комплекса отбора спортивно одаренных детей, их спортивной ориентации на основе комплексной скрининговой оценки психофизиологических, антропометрических и функциональных характеристик организма, были созданы центры в 7 регионах Российской Федерации:

- Московская область;
- Ростовская область (г. Ростов-на-Дону);
- Самарская область (г. Самара);
- г. Санкт-Петербург;
- Приморский край (г. Владивосток);
- Краснодарский край (г. Краснодар);
- Калининградская область (г. Калининград).

На подготовительном этапе запланирован поиск, определение и организация подходящих спортивных объектов и зон для функционирования стационарных центров и мобильных площадок по спортивной ориентации и отбору детей в каждом из выбранных регионах. А также полное оснащение и инсталляция тестируемого оборудования в центры. На данном этапе также будет произведен поиск и обучение специалистов цен-

тров тестирования на местах (28 специалистов). Итогом подготовительного этапа станет пилотный запуск центров тестирования в регионах.

На этапе реализации основных мероприятий проекта планируется внедрить отечественный программно-аппаратный комплекс отбора спортивно одаренных детей в 7 регионах Российской Федерации. В ходе тестирования на данном этапе планируется охватить около 16 тысяч детей в возрасте от 5,5 до 12 лет, а также примерно 1600 юных спортсменов на этапах начальной подготовки в спортивных школах, прошедших тестирование по оценке перспективности и одаренности в конкретном виде спорта (Рис.1).

Для помощи родителям и тренерам в решении вопроса спортивной ориентации, отбора, перечню физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг для населения будут созданы различные информационные ресурсы. При этом планируется увеличение доли тренеров начальной подготовки, подключенных к информационному portalу с 0 до 15%.

Развитие экспериментальной площадки в регионах позволит не только снизить количества случаев отсева детей на этапах начальной подготовки предположительно на 3%, но сформировать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом (из числа прошедших тестирование примерно с 0 до 50%) (Рис. 2).

На заключительном этапе совершенствования технологического тестирующего оборудования и методов по оценке предрасположенности детей к различным видам спорта планируется дальнейшее увеличение доли тренеров и родителей, использующих информационные порта-

лы проекта (с 15 до 30%), внедрение мобильного приложения и использование его тренерами начальной подготовки. Реализация третьего этапа проекта позволит увеличить формирование устойчивого интереса к занятиям спортом у детей с 50 до 60%, при этом снизив количество случаев отсева детей на этапах начальной подготовки предположительно с 3 до 6% (Рис.3). Главной задачей данного этапа станет совершенствование комплексной модели и алгоритма спортивного отбора одаренных детей, а также подготовка предложений по внесению изменений в действующее законодательство и разработка необходимых критериев, регулирующих подготовку спортивного резерва.

Для реализации экспериментального (инновационного) проекта планируется использовать:

- средства, полученные в форме грантов, субсидий и др;
- средства субъектов Российской Федерации;
- иные незапрещенные законодательством Российской Федерации источники.

ВЫВОДЫ

Реализация проекта «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ» позволит:

1. Снизить количество случаев отсева детей на этапах начальной подготовки.
2. Сформировать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.
3. Определить и уточнить требования к качеству и модельным характеристикам по видам спорта на этапах многолетней подготовки.
4. Повысить профессиональный уровень тренерских кадров с помощью информационных ресурсов и сервисов.
5. Повысить информированность жителей о реализуемых физкультурно-оздоровительных и спортивных услугах, публикуемых на информационном портале проекта.
6. Совершенствовать и создавать новые технологии и методы по оценке предрасположенности детей к различным видам спорта.

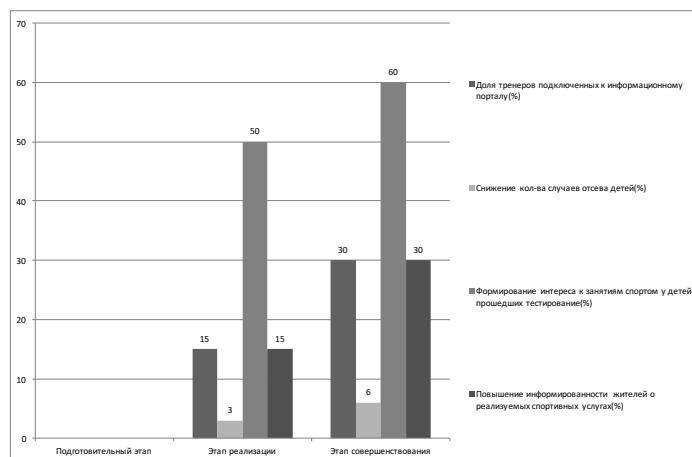


Рис. 3. Планируемые итоги этапа совершенствования технологического тестирующего оборудования и методов по оценке предрасположенности детей к различным видам спорта.

МЕТОДИЧЕСКИЕ (ПРАКТИЧЕСКИЕ) РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Для успешного развития и оптимального функционирования проекта необходимо:

1. Запуск рекламы в СМИ, в общеобразовательных школах, проведение акций, мастер классов по возможностям проекта, совещания с региональными органами исполнительной власти, тренерами спортивных организаций, федераций по видам спорта.
2. Создание единой системы стандартизации обучения и работы специалистов на местах. Подбор специалистов с учетом их заинтересованности в научных разработках проекта и их участия в них.
3. Используемая база данных для накопления результатов тестирований будет иметь автоматическую проверку и блокировку на ввод значений, которые не входят в границы допустимых норм по полу и возрасту юных спортсменов.
4. Рекомендация по занятиям спортом и двигательной активности даются с учетом психологических особенностей и интересов детей.
5. Тестирование должно проводиться на бесплатной основе.

6. Пилотные регионы и площадки тестирования выбираются с учетом всех необходимых требований для запуска успешной реализации проекта в конкретном регионе.

7. Мониторинг дальнейших действий законных представителей ребенка по итогам проведенных тестирований (выборочный обзвон не менее 20 % законных представителей ребенка по итогам проведенных тестирований). ■

Литература

1. Курашвили В.А., Лидов П.И., Поляев Б.А., Подливаев Б.А., Тарасевич Г.А., Лалин А.Ю., Кулагина Ю.Б. Основы организации комплексных научных групп в системе научно-методического и медико-биологического обеспечения подготовки спортивного резерва в субъектах Российской Федерации. – «Вестник спортивных инноваций», 2017 г. №55.
2. Митусова Е.Д., Предельский А.А., Ломакина Е.Д. Социологическая теория управления о проблемах и перспективах развития сферы молодежной политики, физической культуры и спорта в ситуации кризиса/ А.А. Предельский// Гражданское и патриотическое воспитание молодежи в высших учебных заведениях; сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции 28-29 мая 2009г. – М., 2009.
3. Предельский А.А. Проблема раннего отбора в спорт и экстремальные аспекты ее решения / А.А. Предельский // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. – 2016. - №1 (38).
4. Предельская Р.А., Предельский А.А. Доспортивный и начальный спортивный психологический отбор детей в возрасте 6-12 лет // Спортивный психолог. – 2016. - №4.
5. Султанова Р.А. // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Краснодар: ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2012.

ОПЫТ УСПЕШНОГО ПРИМЕНЕНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ НА ОСНОВЕ АПИФИТОКОМПОНЕНТОВ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В РАМКАХ ПРИКЛАДНЫХ НИР

Виталий Ким, ФГБОУ ВО «Сибирский государственный медицинский университет» Минздрава России, доктор медицинских наук, профессор

Галина Кривулина, ФГБОУ ВО «Сибирский государственный медицинский университет» Минздрава России

Юрий Федосов, АУ ПО «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва»

Ирина Аксёнова, Производитель спортивных продуктов питания ООО «Тенториум», кандидат социологических наук

Александр Шестопалов, ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации» Федерального медико-биологического агентства России

Сергей Ключников, ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации» Федерального медико-биологического агентства России

Владимир Фещенко, ФГБУ «Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации» Федерального медико-биологического агентства России

Пётр Лидов, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», кандидат медицинских наук

Сергей Парастаев, ФГБОУ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова», доктор медицинских наук, профессор

Использование в пищевом рационе специализированных продуктов питания спортсменов (СППС), содержащих быстро и безопасно утилизируемые источники энергии, пластические материалы и активные вещества является сегодня, научно-обоснованным. ^[1, 2]

Это позволяет регулировать и активировать биохимический и метаболический процесс, а также целенаправленно влиять на организм в разные периоды тренировочного процесса. Поэтому любое нарушение в пищевом статусе спортсменов высшего мастерства и спортивного резерва, испытывающих высокие нагрузки, оказывает непосредственное негативное влияние на уровень физической работоспособности (ФР), постнагрузочное восстановление (ПНВ) и здоровье [3]. В частности, плохо подобранное питание или недостаточное использование СППС, провоцирует развитие алиментарно-за-

висимых заболеваний сердечно-сосудистой, иммунной системы и желудочно-кишечного тракта, а также опорно-двигательного аппарата. Дебют и прогрессирование данной патологии и, это особенно важно, как раз, приходится на детско-юношеский спортивный возраст. Об этом красноречиво свидетельствует неутешительная официальная статистика, согласно которой 50% школьников имеют ослабленное здоровье [4], а здоровыми считаются только лишь 10% выпускников общеобразовательных учреждений. Понятно, что такая картина не только вызывает особую тревогу, но и подчеркивает ак-

туальность выполненной нами работы, так как дефицит восстановительных вспомогательных мероприятий в системе спортивной подготовки – еще одна серьёзная причина необоснованных «спортивных потерь», в том числе и талантливых ребят, особенно при переходе на уровень спорта высоких достижений. Поэтому, учитывая трудность и пионерский характер научной тематики, исследование осуществлялось на основе соглашения о сотрудничестве с ФНКЦСМ, при участии ФЦПСР и РНИМУ им. Н.И. Пирогова, в рамках прикладных НИР Программы разработок и внедрения отечественной апифитопродукции в питание спортсменов «Юниор-18» и «Коррекция-17».

ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ

Параметры физической работоспособности и ПНВ у молодых спортсменов олимпийского резерва.

ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ

Оценка влияния на физическую работоспособность и постнагрузочное восстановление двухмесячного использования СППС на основе апифитопродукции (АФП), представляющей комбинацию продуктов пчеловодства с активными растительно-животными компонентами, в виде набора из 3-х СППС (глазированная конфета, композиция мёда с маточным молочком, водный раствор прополиса с элеутерококком). А также в виде 2-компонентного набора СППС без элеутерококка (глазированная конфета и композиция мёда с маточным молочком).

Гипотеза исследования: ожидалось, что двухмесячное применение СППС, созданных в качестве инновационного предложения и содержащих богатый состав натуральных веществ повышенной биологической ценности, позволит обеспечить улучшение показателей ФР и ПНВ у молодых спортсменов олимпийского резерва на этапах подготовки и соревнований.

Цель исследования: изучить эффективность влияния двухмесячного приёма СППС на основе АФП, в качестве дополнительного питания, на уровни ФР и ПНВ у молодых спортсменов олимпийского резерва.

ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ

1. Изучить эффективность 2-месячного приёма 2-3-компонентного набора СППС на уровень работоспособности и ПНВ учащихся Югорского колледжа-интерната

олимпийского резерва («ЮКИОР»), представляющих плавание, лыжные гонки, биатлон, бокс и волейбол, во время подготовительного периода;

2. Оценить с помощью анкетирования эффективность влияния 2-месячного курса 2-3-компонентного набора СППС на психофизические кондиции юных и молодых спортсменов олимпийского резерва (лыжные гонки, плавание, биатлон, волейбол, бокс) во время соревновательного и восстановительного периода.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Клинические исследования выполнялись в «ЮКИОР» Ханты-Мансийска на 76 учащихся в возрасте от 15 до 22 лет. В основную группу с 2-месячным приёмом СППС вошли 45 человек (возраст $17,5 \pm 2,5$ лет): 12 пловцов – 7 мастеров спорта (МС), 5 кандидатов в мастера спорта (КМС); 12 лыжников и биатлонистов – 1 МС, 7 КМС, 4 с 1 разрядом; 10 волейболистов с 1 разрядом; 11 боксёров – 2 мастера спорта международного класса (МСМК), 1 МС, 6 КМС и 2 с 1 разрядом. В контрольную группу без приёма СППС вошёл 31 спортсмен (возраст $18,9 \pm 3,1$ лет). В том числе: 7 боксёров (3 КМС, 4 с 1 разрядом); 8 пловцов (3 МС, 3 КМС и 2 с 1 разрядом), а также 8 лыжников и биатлонистов (3 МС, 3 КМС и 2 с 1 разрядом) и 8 волейболистов (1 КМС и 7 с 1 разрядом).

Физическая работоспособность оценивалась по спироэргометрии, месс-, кик- и биодекс-тестам, составу тела (Танита), пробам Штанге и Генчи и вегетативному индексу напряжения (ИН). Также оценивали эндотелий-зависимую вазодилатацию плечевой артерии (ЭЗВД ПА) по D.S. Celermajer и соавт. (1992) в покое и на 75 сек пробы с реактивной гиперемией ПА, расширенный биохимический анализ крови, включая оценку липидов, микро- макро-элементов, иммуноглобулина G и E (IgG и IgE), тестостерона и кортизола. Кроме того, провели анкетирование спортсменов с целью получения субъективной оценки на использование СППС.

При этом в основной группе, 30 спортсменов старше 18 лет, использовали 3-компонентный набор СППС с содержанием элеутерококка, тогда как 15 человек в возрасте 15-17 лет, применяли 2-компонентный набор СППС без элеутерококка. Подробный состав и процентное содержание натуральных ингредиентов, химико-аналитический перечень биологически активных веществ, а также внешний вид и форма фасовки 3-компонентного набора СППС приведены в таблицах 1-3 и рис. 1.

В частности, табл. 1 свидетельствует, насколько содержательным является СППС на основе продуктов пчеловодства с экстрактами мумиё и элеутерококка. Обращает внимание высокое процентное содержание в слитке «Gold F25 ApiSpeis» перги (хлебины), кедрового ореха, мёда, цветочной пыльцы и маточного молочка.

сочетании с биологически активными веществами, планировалось применять на предсоревновательном и соревновательном этапе, поэтому большое внимание уделялось удобной и практичной упаковке/фасовке с разовыми дозами. Что и было реализовано в виде рекомендации по применению: 1 слиток «Gold F25 ApiSpeis» (13г)

Название продуктов	«ApiSpeis», %	«Апифитотонус», %	«Adaptive», %
Мед	33,4	95,11	
Пыльца (обножка)	4,1	3,72	
Маточное молочко	3,0	1,81	
Орех кедровый	24,3		
Хитозан (пчелиный)	0,1		
Перга (хлебина)	34,2		
Экстракт прополиса густой	0,1		
Раствор прополиса водный	0,4		99,29
Экстракт мумие	0,3		0,59
Экстракт элеутерококка	0,1		0,12

Таблица 1. Подробный состав и процентное содержание натуральных ингредиентов в 3-компонентном наборе СППС (из расчёта на 100 г продукта)

Притом, что в композиции «Апифитотонус» также содержится маточное молочко, пыльца и 95% натурального мёда. Наборы СППС прошли успешные испытания в ФИЦ «Питания и биотехнологий» и рекомендованы к применению в спорте.

Наряду с этим, рассматривая химико-аналитическую характеристику СППС (табл. 2 и 3), обращает на себя внимание широкий перечень биоактивных веществ с богатым содержанием углеводов, причём с высокой концентрацией фруктозы: в золотом слитке «Gold F25 ApiSpeis» - 35% на 100 г продукта; медовой композиции «Апифитотонус» - 48% на 100 г продукта. А также жиров, включая ПНЖК - 25%, за счёт большого содержания кедрового ореха в конфете «Gold F25 ApiSpeis». При этом надо добавить, что глазурь, покрывающая слиток, также является углеводом. В итоге 3-компонентный набор СППС получил высокую энергетическую ценность (суммарно 237 ккал в сутки) и повышенную биологическую ценность.

Кроме того, учитывая, что разработанный нами набор на основе продуктов пчеловодства в

3 раза/день 1 порционный флакончик «Tentorium Adaptive» (10 мл) 1 раз/день. При этом высокий уровень содержания фруктозы, позволил выпустить медовую композицию «Апифитотонус» в удобной тубе, 100г, тем самым, избавив спортсменов от использования ложки (рис. 1).

Схема применения СППС для спортсменов в возрасте 18 лет и старше:

- Медовая композиция «Апифитотонус» по 1 чайной ложке 3 раза/день во время или после еды;
- Золотой слиток - конфета «Gold F25 ApiSpeis» по 1 конфете 3 раза/день во время или после еды (приём не позже 19-00).
- Водный бальзам «Tentorium Adaptive» по 1 флакону (10 мл) 1 раз/день утром или в обед во время или после еды, предварительно растворив в стакане воды или чая.

Спортсмены в возрасте до 18 лет также в течение 2-х месяцев применяли 2-компонентный

Пищевая ценность	В 100 г продукта	В суточной порции (39 г)
Углеводы, г, в т.ч.:	59,5	23,2
глюкоза, г	12,5	4,9
фруктоза, г	21,0	8,2
Жиры, г, в т.ч. ПНЖК	25,0	9,8
Флавоноиды	4	1,6
Витамин А, мг (бета-каротин, мг)	2,2 (13,2)	0,9 (5,2)
Витамин Е, мг	0,75	0,29
Кальций, мг	135,0	53,0
Магний, мг	54,0	21,0
Пищевые волокна (нераств.), мг	54,0	21,0
Энергетическая ценность, ккал	462	180

Таблица 2. Химико-аналитический состав биологически активных веществ в СППС золотой слиток – конфета глазированная «Gold F25 ApiSpeis»

Пищевая ценность	В 100 г продукта	В суточной порции (21 г)
Углеводы, г, в т.ч.:	68,0	14,3
глюкоза, г	35,0	7,4
фруктоза, г	33,0	6,9
Энергетическая ценность, ккал	272	57

Таблица 3. Химико-аналитический состав биологически активных веществ в СППС медовая композиция «Апифитотонус»

набор (без «Tentorium Adaptive»), в котором глазированный слиток «Gold F25 ApiSpeis» заменён на слиток «Gold F25 ApiSpeis Light», по той же схеме:

- медовая композиция «Апифитотонус» по 1 чайной ложке 3 раза/день во время или после еды;
- конфета «Gold F25 ApiSpeis Light» (имеющая ту же рецептуру, что и «Gold F25 ApiSpeis», но без содержания элеутерококка) по 1 слитку 3 раза/день во время или после еды.

Статистический анализ данных осуществлялся методом Крускала-Уоллиса и критерием Ван дер Вардена, критический уровень значимости принимался за 0,05. Результат выполненной оценки средних арифметических и среднеква-

дратических (стандартных) ошибок среднего, отображался в виде $M \pm m$, где M - среднее, а m - ошибка среднего. Оценка взаимосвязи между парами количественных признаков проводилась с помощью коэффициентов корреляции Спирмена и Пирсона.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

После приёма 3-компонентного набора СППС у спортсменов основной группы (табл. 4) наблюдался статистически значимый рост индекса устойчивости на 25% и улучшение значений проб Штанге и Генчи (время задержки дыхания увеличилось на 15% и 20%, соответственно). При этом выросли уровень максимального потребления кислорода (МПК), максимально достигнутой работы (W_{max}) и максимальной вентиляции (МВ) легких (соответственно, 12%, 12% и 12%). Уровень работоспособности и время



Рис. 1. Вид 3-компонентного набора СППС: «Gold F25ApiSpeis» (слиток, 13 г или туба, 100 г); «АпиФитотонус» (туба, 100 г) и «Tentorium Adaptive» (фл. 10 мл)

достижения порога анаэробного обмена (ПАНО) увеличились на 20% и 13%, а эндотелийзависимая вазодилатация плечевой артерии выросла на 98%! При этом примечательным было то, что индекс напряжения (ИН) уменьшился на 41%, а время восстановления после интенсивных физических нагрузок сократилось на 13,1%.

Вместе с тем, не менее значимым было то, что наблюдаемая положительная динамика основных функциональных параметров работоспособности спортсменов подтверждалась существенной динамикой со стороны биохимических показателей крови (табл. 5). В частности, отмечалось уменьшение уровня общего холестерина, триглицеридов, кортизола, IgE и мочевины (соответственно, 13%, 17%, 14%, 12% и 15%). На фоне повышения показателя гемоглобина, эритроцитов и тромбоцитов (соответственно, 11,2%, 14,3% и 11,5%), а также общего белка, тестостерона и IgG (соответственно, 11,2%, 15% и 18%). При этом уровень железа, фосфора, кальция, калия и магния, также вырос (соответственно, 17,6%, 12%, 12,1%, 12,5% и 15%). А уровень глюкозы, что весьма показательно, остался почти таким же, как в исходе.

Кроме того, результаты выполненного анкетирования (10-балльная шкала) в основной груп-

пе после приёма 3-компонентного набора, также показали значимое улучшение субъективной оценки переносимости тренировочных нагрузок, общего самочувствия, состояния здоровья, психологической устойчивости и сравнительно быстрого восстановления после нагрузок (табл. 6). В отличие от основной группы, у спортсменов группы контроля, которые не использовали 3-компонентный набор, динамика инструментальных, лабораторных и анкетных данных после 2-х месяцев регулярных тренировок и состязаний либо отсутствовала, либо была не значимой. Поэтому, чтобы не перегружать статью таблицами, их данные, а также результаты успешного применения 2-компонентного набора у детей до 18 лет, не приводятся.

Оценивая полученные результаты исследования, в первую очередь, следует обратить внимание на то, как эффективно увеличилось содержание гемоглобина, эритроцитов и железа после 2-месячного применения 2-3-компонентного набора СППС. Что, в свою очередь, обусловило непосредственное влияние на повышение показателей МПК, удлинения времени достижения ПАНО, уровня максимальной достигнутой работы и ФР (рис. 2-7). Иными словами, действительно, имело место положительное воздействие 3-компонентного набора СППС на

Показатель	Основная группа до СППС (n=45)	Основная группа после СППС (n=45)	p
Возраст, лет	17,2±1,3	17,2±1,3	-
Рост, см	178,02±1,55	178,02±1,55	-
Вес, кг	69,5±1,6	70,9±1,6	0,43
Индекс Кетле	21,9±1,1	22,3±1,4	0,93
FAT% (жировая ткань), %	14,27±0,54	13,52±0,47	0,29
FATM (масса жировой ткани), кг	9,85±0,39	9,3±0,38	0,31
FFM (вес без жировой ткани), кг	60,32±1,4	61,98±1,42	0,38
TBW (масса воды), кг	44,03±1,06	45,0±1,08	0,47
Индекс устойчивости, усл.ед.	38,49±0,88	47,38±0,94	0,001
Индекс напряжения (ИН), усл.ед.	111,5±8,83	65,54±4,25	0,001
Проба Штанге (на вдохе), сек	60,93±2,18	69,11±2,2	0,014
Проба Генчи (на выдохе), сек	32,89±1,2	38,51±1,4	0,005
Диаметр ПА 75 сек ПРГ, (%)	7,2±1,2	14,3±1,0	0,001
Время до ПАНО, (мин)	10,41±0,4	11,77±0,3	0,001
МПК, мл/мин/кг	51,5±0,9	57,6±0,8	0,001
Wmax, METS	15,4±0,3	17,2±0,2	0,001
MB легких, л/мин	126,1±4,7	141,09±5,1	0,003
Работоспособность, (Вт/кг)	3,75±0,2	4,5±0,2	0,001
Время восстановления, мин	7,6±0,1	6,6±0,1	0,001

Таблица 4. Динамика функциональных показателей, характеризующих основные параметры работоспособности до и после приёма 3-компонентного набора СППС

Показатель	Основная группа до СППС (n=45)	Основная группа после СППС (n=45)	p
Общий белок, г/л	70,93±0,58	78,87±0,49	0,001
Мочевина, ммоль/л	5,3±0,15	4,5±0,11	0,006
Глюкоза, ммоль/л	4,82±0,07	4,93±0,05	0,24
Общий холестерин, ммоль/л	4,52±0,06	3,96±0,05	0,001
Триглицериды (ТГ), моль/л	1,21±0,04	1,01±0,03	0,003
Калий, моль/л	4,03±0,05	4,53±0,04	0,001
Кальций, моль/л	2,2±0,02	2,47±0,02	0,001
Железо, мкмоль/л	19,06±0,85	22,41±0,78	0,001
Магний, моль/л	0,92±0,02	1,06±0,02	0,001
Фосфор, моль/л	1,1±0,02	1,23±0,03	0,002
Иммуноглобулин А (IgA), г/л	2,2±0,1	2,6±0,1	0,024
Иммуноглобулин Е (IgE), МЕ/мл	62,2±2,0	54,5±1,8	0,002
Тестостерон, нмоль/л	23,8±0,5	27,3±0,5	0,001
Кортизол, нмоль/л	357,9±18,5	309,5±17,9	0,03
Лейкоциты, *10 ⁹ /л	6,4±0,2	6,5±0,19	0,33
Гранулоциты, *10 ⁹ /л	3,8±0,2	4,2±0,1	0,05
Лимфоциты, *10 ⁹ /л	2,06±0,08	2,4±0,08	0,001
Лимфоциты, %	31,06±1,3	34,65±1,2	0,02
Эритроциты, *10 ¹² /л	4,9±0,03	5,6±0,03	0,001
Гемоглобин, г/л	140,11±0,7	155,9±0,5	0,001
Тромбоциты, *10 ⁹ /л	240,2±4,8	267,7±4,6	0,001
Гематокрит, %	44,4±0,5	45,2±0,4	0,25

Таблица 5. Динамика биохимических показателей, характеризующих основные параметры работоспособности до и после приёма 3-компонентного набора СППС

Вопросы анкетирования	Основная группа до СППС (n=45)	Основная группа после СППС (n=45)	p
Состояние здоровья	7,7±0,2	9,1±0,1	0,001
Психологическое состояние	7,6±0,2	8,8±0,1	0,001
Физическая работоспособность	7,6±0,1	9,1±0,1	0,001
Переносимость тренировок	8,1±0,1	9,2±0,1	0,001
Восстановление после нагрузок	8,0±0,1	9,3±0,1	0,001
Рост результатов в спорте	7,8±0,1	8,9±0,1	0,001
Перспективы в спорте	8,1±0,1	9,1±0,1	0,001
Достижения в спорте	8,0±0,1	8,9±0,1	0,001

Таблица 6. Динамика субъективной оценки в баллах, характеризующая основные параметры работоспособности до и после приёма 3-компонентного набора СППС

показатели ФР, за счёт эффективного поступления в организм биологически активных компонентов, входящих в состав предложенного нами СППС. В первую очередь, энергетических углеводно-белковых субстратов, свободных жирных кислот (СЖК) и минералов, чем собственно, всегда и славились, продукты пчеловодства. С другой стороны, не менее актуальным, было то, что 3-компонентный набор оказал восстановительное воздействие на функцию эндотелия, почти на 100% увеличив способность артерий расширяться в ответ на реактивную (рабочую) гиперемия, а значит, существенно улучшив эффективность кровоснабжения работающей мускулатуры. Эти эффекты обеспечивались входящими в состав СППС антиоксидантами флавоноидами, бета-каротином, витаминами А и Е. Помимо этого, на восстановление функциональной активности эндотелиоцитов, их чувствительность к сдвиговой деформации потока крови, безусловно, повлияло повышение IgG, отвечающего за противомикробную защиту и уменьшение активности факторов воспаления, оказывающих негативное воздействие на эндотелиальные клетки в сосудах мышечно-эла-

стического типа. И, наконец, ещё одним фактором, непосредственно влияющим на ФР, было значимое улучшение постнагрузочного восстановления спортсменов после использования 3-компонентного набора СППС. О чём убедительно свидетельствовало сокращение времени восстановления после тренировок и, положительная субъективная оценка периода восстановления. Что, собственно, было ожидаемым, так как именно с этой целью в состав набора и, был включен адаптогенный СППС «Tentorium Adaptive», содержащий водный экстракт прополиса и элеутерококка.

Другим подтверждением высокой медико-биологической эффективности 3-компонентного набора была разнонаправленная динамика по триглицеридам (ТГ), общему белку и мочевины. Поскольку, и это следует подчеркнуть особо, наряду с глюкозой и протеином, ТГ относятся к главным элементам катаболизма (распада) пищевых веществ в организме [5]. В частности, ТГ в виде СЖК – пальмитиновой, олеиновой и линолевой кислот, участвуют в окислительном фосфорилировании и синтезе аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ). Тогда как пальмитиновая

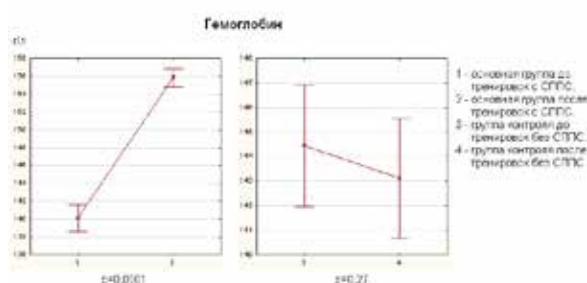


Рис. 2. Динамика содержания гемоглобина в основной группе после СППС

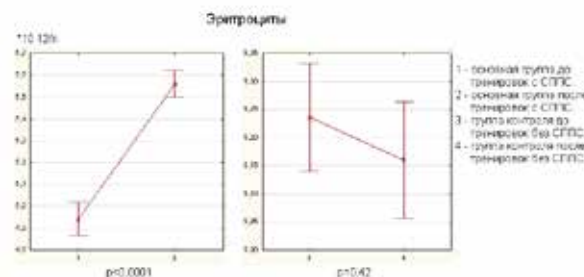


Рис. 3. Динамика содержания эритроцитов в основной группе после СППС

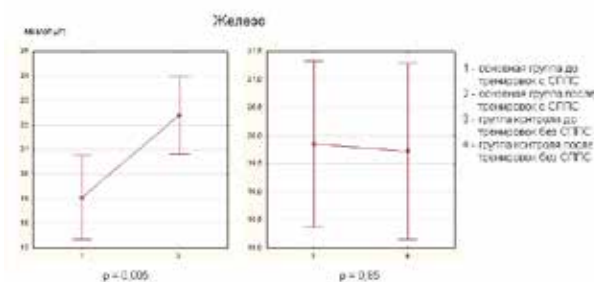


Рис. 4. Динамика уровня железа в основной группе после СППС

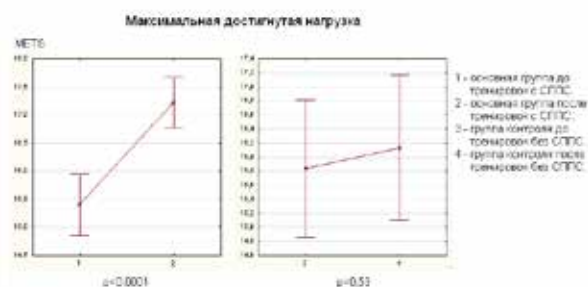


Рис. 5. Динамика уровня МПК в основной группе после СППС

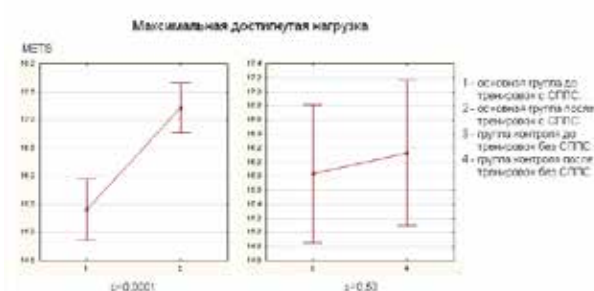


Рис. 6. Динамика максимальной нагрузки в основной группе после СППС

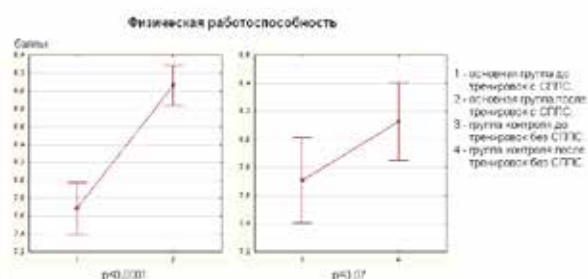


Рис. 7. Динамика работоспособности в основной группе после СППС

кислота играет главную роль в работе «карнитинового челнока» при бета-окислении СЖК в митохондриях работающих мышц, синтезе АТФ, поддержании высокого уровня ФР и обеспечении полноценного постнагрузочного восстановления у спортсменов высокой квалификации [6]. При условии, что у профессиональных атлетов степень вовлечения липидного источника над углеводными в процессе энергообразования для ФР и ПНВ всегда преобладает, в рецептуру слитка-конфеты «F25 ApiSpeis Gold» был включён кедровый орех, поддерживающий сравнительно высокое содержание СЖК. Кроме того, положительная динамика уровня кальция, калия, фосфора и магния после приёма СППС (рис. 8-11), также оказывала прямое влияние на работоспособность и постнагрузочное восстановление у спортсменов.

Например, нормальный уровень фосфора в крови спортсменов, является условием для перефосфорилирования креатинфосфокиназного механизма (КФМ) продукции АТФ и креатинфосфата (КФ). Более того, по содержанию фосфора в крови можно говорить о мощности самого КФМ энергообеспечения и уровне тренированности, поскольку возрастание фосфата в крови спортсменов при выполнении анаэробной работы существенно больше, чем в крови

у менее квалифицированных атлетов [7]. Тогда как магний и калий являются основными компонентами фосфорилирования глюкозы. При этом кальций важен для костно-мышечной, сердечно-сосудистой и нервной систем, в том числе, для иммунной и свертывающей системы организма. При этом, если взглянуть на рис. 8-11, то сразу видна разнонаправленная динамика в сравнении с контролем, а значит, можно сделать вывод, что в группе без СППС, восполнения микроэлементов не происходило! И это очень важно, когда речь идёт о детско-юношеском спорте. Вместе с тем, необходимо указать на положительный азотистый баланс, достигнутый за счёт эффективного восполнения общего белка и снижения мочевины. Что наряду с повышением значений кальция, также является ценным для растущего организма в условиях регулярных физических нагрузок.

Таким образом, выполненное исследование позволило убедительно доказать эффективность влияния 2-3-компонентного набора СППС на уровень ФР и ПНВ у спортсменов до 18 лет и атлетов высокой квалификации старше 18 лет. К тому же, положительные сдвиги в отношении активности эндотелия, снижение уровня IgE, ответственного за аллергическую настроенность, а также снижение уровня общего холестерина,

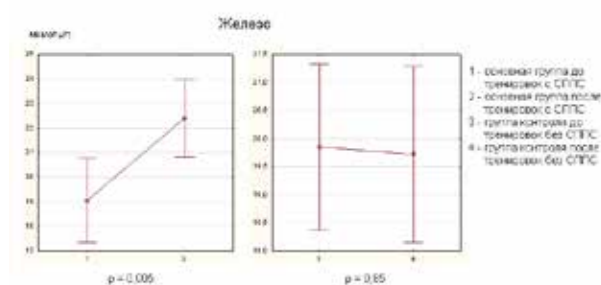


Рис. 8. Динамика содержания кальция в основной группе после СППС

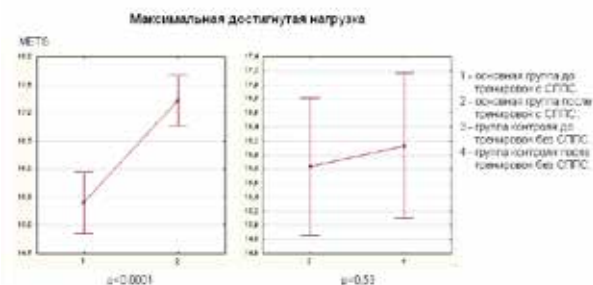


Рис. 9. Динамика содержания калия в основной группе после СППС

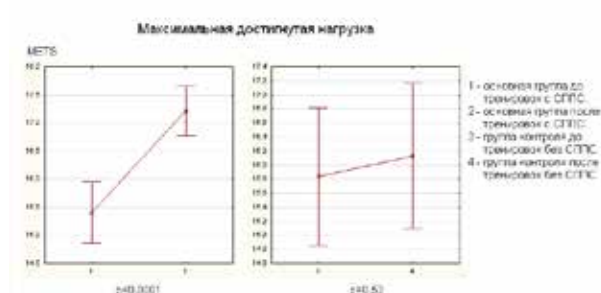


Рис. 10. Динамика содержания магния в основной группе после СППС

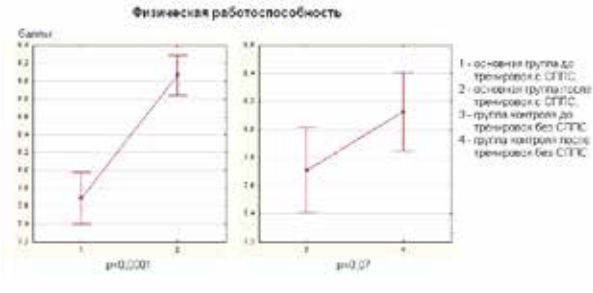


Рис. 11. Динамика содержания фосфора в основной группе после СППС

индекса напряжения и кортизола указывали на здоровьесберегающие свойства СППС. Что, несомненно, важно, наряду с удобством их транспортировки и простоты применения на предсоревновательном и соревновательном этапе.

ВЫВОДЫ

1. Предложенный новый 2-3-компонентный набор СППС – это инновационное и безопасное спортивное питание с доказанной эффективностью, простое в использовании, благодаря разовым дозировкам и удобным упаковкам.

2. Работа осуществлена в рамках государственно-частного партнёрства науки и бизнеса, с целью разработки и внедрения по запросам субъекта спортивной подготовки (ЮКИОР) новой отечественной линейки СППС.
3. Выполненная работа является одним из примеров успешного практического внедрения антидопинговых мер, а также импортозамещающих технологий в спортивной отрасли Российской Федерации. ■

Литература

1. Никитюк, Д.Б. Спортивное питание: требования и современные подходы / Д.Б. Никитюк, С.В. Клочкова, Е.А. Рожкова // Вопросы диетологии. – 2014. – Т. 4, № 1. – С. 40-43.
2. Доклад научного комитета по питанию Европейской комиссии (Принято НКП 22/6/2000, исправлено НКП 28/2/2001). Состав и определение перечня продуктов питания, которые обеспечивают восстановление энергии после интенсивных мышечных нагрузок...// Международная научная конференция по вопросам состояния и перспективам развития медицины в спорте высших достижений «СпортМед2007». Практические рекомендации. – Электронный ресурс: <http://oovfd.ru/wp-content/uploads/2016/10/%.pdf> (доступ 03.09.18).
3. Курашвили, В.А. / В.А. Курашвили // «Вестник спортивных инноваций». Издательство ЦСТиСК Москомспорта, Выпуск: 26 (26) 2011. – С. 12.
4. Свищев, Д.А. Государственная политика: Детско-юношеский спорт – проблема роста / Д.А. Свищев // Федеральный справочник. – Том 202. – С. 108–111. – Электронный ресурс: <http://federalbook.ru/files/SPORT/soderzanie/Tom%202/svishev.pdf> (доступ 01.09.18).
5. Шустов, Е.Б. Коррекция работоспособности спортсменов исходя из методологии экстремальных состояний / Е.Б. Шустов, Н.Н. Каркищенко, В.Н. Каркищенко // Консилиум. – 2013. – № 3. – С. 26-29.
6. Силуанов, В.Н. Сердце - не машина / В.Н. Силуанов // Электронный ресурс: http://yellowvelo.narod.ru/books/serdce_ne_mashina.pdf (доступ 05.09.18).
7. Никулин, Б.А. Биохимические маркеры утомления и восстановления после физической нагрузки / Б.А. Никулин // Электронный ресурс: <http://www.vera-lab.ru/files/info/050409123893283849d89d6611e4c.pdf> (доступ 05.09.18).



О ХОДЕ РЕАЛИЗАЦИИ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЕКТА «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ - СИЛЬНЫЙ РЕГИОН». МЕДИКО-ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ

Ульфат Ахмадуллин, доцент кафедры гигиены Башкирского государственного медицинского университета, кандидат медицинских наук

Евгений Емельянов, директор Государственного автономного учреждения «Центр спортивной подготовки Республики Башкортостан», заслуженный тренер Российской Федерации

Хамида Ахмадуллина, профессор кафедры общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО Башкирского государственного медицинского университета, доктор медицинских наук

Актуальность спортивно-оздоровительного проекта "Здоровое поколение - сильный регион», реализуемого в Республике Башкортостан, определена важнейшими нормативно-правовыми документами российского государства. Здоровье населения — основной показатель социального благополучия страны. Право на охрану здоровья записано в Конституции РФ и реализуется государственными учреждениями. Здоровая нация является признаком сильного государства.

К приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования, определяющим дальнейшее экономическое и социальное благополучие российского общества, относится здоровье детей и подростков.

Как свидетельствуют данные официальной статистики, в России проживают более 26 млн. детей, из них 13,4 млн. обучаются в образовательных учреждениях. К сожалению, с каждым годом обучения увеличивается количество школьников, имеющих нарушения в состоянии здоровья. По данным Научного центра здоровья детей РАМН, только 10% выпускников общеобразовательных учреждений могут быть отнесены к категории здоровых.

В статье 41 «Охрана здоровья обучающихся» Федерального закона «Об образовании» закреплено, что «организации, осуществляющие образовательную деятельность, при реализации образовательных программ создают условия для охраны здоровья обучающихся».

В свете вышесказанного, безусловный интерес представляет опыт реализации спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион», который стартовал в Республике Башкортостан в 2015 году по поручению Главы Республики Р.З.Хамитова. Координатором проекта выступает Министерство молодежной политики и спорта Республики Башкортостан, при участии Министерства образования Республики Башкортостан и Министерства здравоохранения Республики Башкортостан.

Цели и задачи данного проекта закономерно обоснованы и обусловлены необходимостью оздоровления подрастающего поколения, снижения уровня заболеваемости, пропаганды здорового образа жизни, развития культуры здоровья через вовлечение детей, подростков и молодежи в занятия массовыми видами спорта, снижения рисков асоциального поведения среди детей и подростков, воспитания чувства патриотизма.

В настоящее время Республика Башкортостан признана федеральной экспериментальной площадкой. Проект также имеет целью создание спортивного резерва олимпийского движения и формирование общественного здоровья всего населения Российской Федерации. Одним из критериальных показателей эффективности проекта является результативность внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)».

В спортивно-оздоровительный проект «Здоровое поколение – сильный регион» вовлечены общеобразовательные организации муниципальных районов и городских округов Республики Башкортостан, что дает возможность

школьникам независимо от места проживания и социального статуса семьи принять в нем участие.

В рамках спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион» были определены ведущие направления деятельности, обозначены экспериментальные школы и классы, работают ряд исследовательских групп, курирующих свое поле деятельности.

Одним из основных направлений в реализации проекта «Здоровое поколение – сильный регион» является мониторинг состояния здоровья, функционального и психофизиологического состояния, физической подготовленности участников проекта.

Министерством здравоохранения Республики Башкортостан были разработаны и внесены предложения по критериям эффективности оценки состояния здоровья участников проекта. Проведение профилактических медицинских осмотров детей-участников спортивно-образовательного проекта «Здоровое поколение – сильный регион» возложено на Государственное автономное учреждение здравоохранения Республики Башкортостан Республиканский врачебно-физкультурный диспансер.

В данной статье нами приведены результаты анализа динамики состояния здоровья участников проекта с указанием группы здоровья и медицинской группы для занятий физкультурой в школе. В 2017-2018 учебном году приняли участие в реализации проекта всего 203 класса образовательных организаций Республики Башкортостан, отнесенных к экспериментальной группе исследования. Особенностью проекта является включение для экспериментальных классов дополнительных 6 часов общефизических занятий в неделю, то есть суммарное количество составляет 9 часов в неделю (вместо нормативных 3 часов в неделю), что существенно повышает двигательную активность школьников. В контрольную группу отнесены учащиеся параллельных классов с программой обучения 3 урока физкультуры в неделю, не включившиеся пока в данный проект.

Объектом данного исследования является эффективность спортивно-образовательного проекта «Здоровое поколение – сильный регион», реализуемого в Республике Башкортостан с 2015 года.

Предметом исследования является изучение состояния здоровья, функционального и психофизиологического состояния, физической подготовленности участников проекта.

В таблице 1 представлены итоги углубленного медицинского обследования детей-участников спортивно-образовательного проекта

«Здоровое поколение – сильный регион». Полученные данные свидетельствуют о том, что в динамике наблюдаются определенные положительные изменения в состоянии здоровья обследованных детей. Так, например, в период с ноября 2017 года по апрель 2018 года произошло увеличение числа детей, отнесенных к 1 группе здоровья на 1,7%; уменьшение числа детей, отнесенных ко 2 группе здоровья на 2,7% ($p < 0,05$).

на период 2015-2027 годы. Тем не менее, «мероприятия, проведенные в рамках реализации уникальной программы, приводят к положительной динамике», - отметил в своем выступлении на заседании Координационной группы по инновационной и экспериментальной деятельности Министерства спорта России Андрей Иванович Иванюта, министр молодежной политики и спорта РБ, главный инициатор и координатор данного проекта.

Даты медосмотров	Всего, чел.	1 группа здоровья	2 группа здоровья	3 группа здоровья	4,5 группы здоровья
Апрель 2017 года	979	33,1% (324 чел.)	56,1% (549 чел.)	8,5% (83 чел.)	2,3% (23 чел.)
Ноябрь 2017 года	1726	31,6% (545 чел.)	57,7% (995 чел.)	9,4% (163 чел.)	1,3% (23 чел.)
Апрель 2018 года	1985	33,3% (661 чел.)	55,0% (1091 чел.)	9,2% (183 чел.)	2,5% (50 чел.)

Таблица 1. Итоги углубленного медицинского обследования участников проекта «Здоровое поколение – сильный регион»

В то же время важно помнить, что состояние здоровья детей и подростков формируется под воздействием комплекса факторов окружающей среды, которые могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на растущий организм. Это и здоровье родителей, и особенности течения беременности, родов и раннего развития ребенка, домашние условия (материально-бытовые), микроклимат в семье, условия общественного воспитания и обучения, организация учебных занятий и отдыха, физического воспитания и питания, санитарно-гигиенические условия в школьных учреждениях и т.д.

Поэтому должно пройти определенное время; реализация спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион» носит долгосрочный характер, рассчитан

Таблица 2 отражает итоги углубленного медицинского обследования учащихся 3 классов спортивно-образовательного проекта «Здоровое поколение – сильный регион». В 2015 году первыми включились в данный проект именно эти дети, тогда еще первоклассники. Поэтому данная группа особенно показательна тем, что на 17,9% произошло увеличение числа детей, отнесенных к 1 группе здоровья ($p < 0,05$).

Интерес представляют и показатели распределения участников проекта по медицинским группам для занятий физической культурой, полученные в результате углубленного медицинского обследования (табл. 3). В динамике наблюдается тенденция увеличения количества детей, отнесенных к основной медицинской группе на 6,8%; уменьшения количества

Даты медосмотров	Всего, чел.	1 группа здоровья	2 группа здоровья	3 группа здоровья	4,5 группы здоровья
Ноябрь 2015 года	155	-	89,7% (139 чел.)	1,9% (3 чел.)	8,4% (13 чел.)
Апрель 2018 года	145	17,9% (26 чел.)	71,1% (103 чел.)	2,1% (3 чел.)	8,9% (13 чел.)

Таблица 2. Итоги углубленного медицинского обследования участников проекта - учащихся 3 класса

Даты медосмотров	Всего, чел.	Основная медицинская группа	Подготовительная медицинская группа	Специальная медицинская группа
Апрель 2017 года	979	78,2% (766 чел.)	18,0% (176 чел.)	3,8% (37 чел.)
Ноябрь 2017 года	1726	82,0% (1417 чел.)	16,1% (278 чел.)	1,8% (31 чел.)
Апрель 2018 года	1985	85,0% (1654 чел.)	13,8% (251 чел.)	1,6% (31 чел.)

Таблица 3. Распределение по медицинским группам для занятий физической культурой (итоги углубленного медицинского обследования участников проекта)

Даты медосмотров	Всего, чел.	Основная медицинская группа	Подготовительная медицинская группа	Специальная медицинская группа
Ноябрь 2015 года	155	48,4% (75 чел.)	43,2% (67 чел.)	8,4% (13 чел.)
Апрель 2018 года	145	64,1% (93 чел.)	27,0% (39 чел.)	8,9% (13 чел.)

Таблица 4. Распределение по медицинским группам для занятий физической культурой (итоги углубленного медицинского обследования участников проекта - учащихся 3 класса)

детей, отнесенных к подготовительной медицинской группе на 4,2% и к специальной медицинской группе – на 2,2%.

В таблице 4 приведены показатели распределения учащихся 3 классов по медицинским группам для занятий физической культурой, полученные в результате углубленного медицинского обследования. Установлено, что произошло увеличение количества детей, отнесенных к основной медицинской группе на 15,7%; уменьшение количества детей, отнесенных к подготовительной медицинской группе на 16,2%.

Научно-исследовательская группа, состоящая из преподавателей и студентов Башкирского государственного медицинского университета и Академии ВЭГУ, в рамках данного проекта проводила изучение морфофункциональных показателей учащихся младшего школьного возраста, включенных в экспериментальную группу [1]. Контрольной группой были выбраны учащиеся параллельных первых классов, не участвующие в проекте на данный момент. На 2017-2018 учебный год в исследовательскую программу были включены учащиеся первых классов Архангельского, Дюртюлинского, Кармаскалинского, Чишминского и Бураевского районов Республики Башкортостан. На рис.1 представлены учащиеся первого класса Бураевского района Республики Башкортостан – активные участники проекта и исследовательская

группа Башкирского государственного медицинского университета.

Физическое развитие детей – один из обобщающих параметров здоровья, ведущими показателями которого и в большей степени отражающими состояние физического здоровья являются длина тела, характеризующая ростовые процессы, и масса тела, свидетельствующая о развитии костно-мышечного аппарата, мягкого остова, внутренних органов.

Исследование проводилось по унифицированной антропометрической методике с использованием стандартного инструментария (Кучма В.Р., 1999). Изучение физического развития детей проводилось экспериментальным путем, с использованием табличных значений и формул.

Результаты измерений функциональных проб были представлены с использованием следующих методов: жизненная емкость легких, проба Штанге, проба Генчи, сила кистей рук, прыжок в длину с места.

В экспериментальную группу (в программе обучения 9 уроков физкультуры в неделю) были включены 153 ученика, в контрольную группу (в программе обучения 3 урока физкультуры в неделю) вошли 152 ребенка.

Полученные результаты антропометрических измерений свидетельствуют о том, что мальчики экспериментальных групп имеют достоверно ($p < 0,05$) более высокие значения

Показатели	Мальчики		Девочки	
	экспериментальная группа	контрольная группа	экспериментальная группа	контрольная группа
Длина тела, см	125,6	124,9	124,0	121,4
Масса тела, кг	26,2	26,1	23,6	25,0
Объем грудной клетки, см	62,8	61,8	58,7	62,2
Окружность талии, см	57,9	57,9	54,7	58,6

Таблица 5. Средние значения антропометрических измерений в экспериментальных и контрольных группах

Показатели	Мальчики		Девочки	
	экспериментальная группа	контрольная группа	экспериментальная группа	контрольная группа
Жизненная емкость легких, мл	1281	1229	1278	1239
Проба Штанге, сек	25,1	23,3	22,4	21,2
Проба Генчи, сек	16,2	13,8	13,7	12,2
Сила кистей рук, кг	11,2	11,0	9,5	9,5
Прыжок в длину с места, см	119,6	112,4	113,1	111,9

Таблица 6. Результаты измерений функциональных проб в экспериментальных и контрольных группах

признаков по показателям длины и массы тела, объема грудной клетки.

Результаты проведенного исследования позволяют утверждать, что введение дополнительных уроков общефизической подготовки оказывает положительное воздействие на улучшение морфофункциональных показателей младших школьников.

Полученные нами данные являются этапными, позволяют проводить динамическое слежение за основными параметрами физического развития с периодичностью 2 раза в год. На основе функциональных проб, являющихся

тестами для определения уровня выносливости, уровня развития гибкости, координационных способностей, скоростных способностей возможно определение эффективности общей физической подготовки учащихся. Мониторинг физического здоровья школьников позволяет проводить индивидуальное слежение за каждым ребенком и отбор, раннюю спортивную специализацию с целью создания олимпийского резерва в республике.

Необходимым условием гармоничного развития личности младшего школьника является достаточная двигательная активность. Младший

школьный возраст – это период интенсивных качественных структурно-функциональных преобразований, характеризующийся высокой пластичностью и повышенной чувствительностью к внешним воздействиям, оценивается как сенситивный период развития.

Проблема грамотного планирования и реализации программ двигательной активности является достаточно важной и нуждается в дальнейшем изучении. Поэтому реализация спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион» носит долгосрочный характер, рассчитана на включение всё большего количества активных участников во всех школах Республики Башкортостан и в других регионах Российской Федерации.

Проблемное поле в реализации данного проекта определяется необходимостью решения кадрового вопроса, дополнительного проведения курсов повышения квалификации и переподготовки учителей физической культуры. Важно усиление межведомственного взаимодействия с Министерством образования, поскольку только совместная работа будет приводить к продуктивному взаимодействию в части увеличения количества школ и классов, вовлеченных в реализацию спортивно-оздоровитель-

ного проекта «Здоровое поколение – сильный регион». Необходимо также совершенствовать материально-техническую базу спортивных залов школ.

Несомненным результатом спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион», реализуемого в Республике Башкортостан, является большое количество положительных отзывов от родителей и учителей на местах, непосредственный интерес самих детей, участвующих в проекте.

При сравнении антропометрических показателей среди девочек экспериментальной группы можно выявить закономерное уменьшение массы тела, объема грудной клетки и окружности талии по сравнению с девочками из контрольных групп, что объясняется уменьшением подкожно-жирового слоя под влиянием двигательной активности (табл. 5).

При сравнении жизненной ёмкости лёгких и силы кисти рук также отмечается заметное улучшение данных показателей в экспериментальной группе (табл. 6). Физические нагрузки увеличивают число альвеол в лёгких, совершенствуя тем самым дыхательный аппарат и увеличивая его резервы. ■

Литература

1. Ахмадуллина Х.М., Ахмадуллин У.З., Горбаткова Е.Ю. Двигательная активность учащихся младшего школьного возраста (в рамках спортивно-оздоровительного проекта «Здоровое поколение – сильный регион»): Вестник ВЭГУ. Уфа, 2018. № 4 (96). С.7-14.

ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОГО КЛАССА ПО ЖЕНСКОЙ БОРЬБЕ: ПРЕДПРИНЯТЫЕ ШАГИ, ОЖИДАНИЯ, РИСКИ

Елена Бирюлина, заместитель директора СШОР имени Б.Х. Сайтиева
Анастасия Кайдараква, инструктор-методист СШОР имени Б.Х. Сайтиева
Виктор Райков, заслуженный тренер России, директор СШОР имени Б.Х. Сайтиева

Вольная борьба среди женщин - развивающийся вид спорта во всем мире. Она прочно вошла в мировую социальную жизнь, бурно развивается в России, и особенно в Красноярском крае. Таким образом, актуальность создания централизованной системы подготовки женской сборной команды в Сибирском федеральном округе не вызывает сомнений.



Первоначально борьба как спорт являлась чисто мужским видом, хотя есть исторические свидетельства о женщинах-борцах. С начала XX века женщины активно участвуют в соревнованиях по борьбе. Первый чемпионат мира состоялся в 1987 году в Норвегии. С тех пор с каждым годом растет количество национальных команд по женской борьбе. Первый чемпионат России по вольной борьбе среди женщин состоялся в 1990 г., в нем приняло участие 38 спортсменок.

На сегодняшний день количество участниц на чемпионатах и первенствах России достигает до 150. В последние годы Сибирский федеральный округ занимает лидирующую позицию в комплексном зачете по женской борьбе.

В Сибири женскую борьбу развивают в 9 из 12 субъектов Российской Федерации. В это число входят республики Бурятия, Хакасия, Тыва, Алтай, а также Красноярский край, Кемеровская, Новосибирская, Иркутская и Томская области.

В Красноярском крае женская борьба зародилась еще в 1989 году, и за эти годы сложилась отлаженная система подготовки спортсменок высокого класса. Победителями и призерами самых престижных соревнований становились

заслуженный мастер спорта России Анна Половнева, мастера спорта международного класса Лидия Карамчакова, Наталья Карамчакова, Виктория Загайнова, Юлия Максимова (Барановская), Алена Стародубцева, Наталья Ивашко, Мария Смолякова. В настоящее время честь России на международной арене защищают Юлия Пронцевич, Алена Стародубцева, Ханум Велиева, Ксения Буракова, Кристина Шумова и другие. Все они являются воспитанницами одной школы – спортивной школы олимпийского резерва имени Б.Х. Сайтеева.

Высокие места на соревнованиях различного уровня по женской борьбе – результат эффективного взаимодействия школы с физкультурно-спортивными организациями края: выстроены система выявления одаренных спортсменок, методическое сопровождение тренировочного процесса, передача в СШОР имени Б.Х. Сайтеева спортсменок из других спортивных организаций для дальнейшего спортивного совершенствования.

В учреждении работает профессиональная команда единомышленников. Наши специалисты востребованы на мероприятиях, направ-



ленных на повышение квалификации тренеров, инструкторов-методистов и спортивных психологов, являются активными участниками различных семинаров-совещаний, конференций и форумов всероссийского и регионального масштабов. Профессиональный уровень специалистов позволяет реализовать различные проекты, в том числе и федерального уровня. Одним из таких проектов стал проект «Реализация кластерной модели подготовки спортивного резерва по вольной борьбе среди женщин в Сибирском федеральном округе».

Что же стало причиной для создания данного проекта?

Женская борьба за последние тридцать лет от популярного в узких кругах вида спорта выросла до официально включенного в Олимпийские игры спортивного направления. Популярность женской вольной борьбы продолжает набирать обороты, усилилась конкуренция на международной спортивной арене. К сожалению, уровень результативности выступления спортивных сборных команд Российской Федерации по вольной борьбе среди женщин снизился, в том числе и из-за отсутствия выстроенных систем подготовки спортсменок по вольной борьбе.

Есть проблемы, требующие своего разрешения: недостаточное количество спортсменок, занимающихся борьбой; девочки, как правило, тренируются вместе с мальчиками; большинство тренеров пришли в женскую борьбу из мужской и имеют поверхностное представление о слож-

ностях спортивной подготовки женщин, в связи с особенностями их организма. Кроме анатомо-физиологических особенностей женского организма, необходимо учитывать и существенные различия в психологических особенностях женщин и мужчин. В связи с этим, необходимо ликвидировать эти пробелы в профессиональной подготовке тренеров.

Все это стало причиной поиска новых подходов и форм подготовки спортивного резерва по вольной борьбе среди женщин. В июне 2017 года состоялось совещание Министерства спорта Российской Федерации, на котором обсуждались проблемы развития спортивной борьбы (вольная борьба – женщины). В ходе обсуждения пришли к выводу о необходимости создания федеральных экспериментальных площадок для подготовки спортсменок в спортивные сборные команды Российской Федерации.

Появилась идея внедрить опыт спортивной школы олимпийского резерва имени Б.Х. Саятеева, консолидировать ресурсы, имеющиеся в Сибирском регионе для выстраивания эффективной системы подготовки спортивного резерва по вольной борьбе среди женщин.

Для достижения этой цели уже сделаны следующие шаги:

- коллективом школы был разработан экспериментальный проект «Реализация кластерной модели подготовки спортивного

резерва по вольной борьбе среди женщин в Сибирском федеральном округе»;

- в январе 2018 года состоялось заседание рабочей группы по развитию женской борьбы в Сибирском федеральном округе с представителями Федерации спортивной борьбы России, Министерства спорта Красноярского края, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва»;
- в марте 2018 года в Министерство спорта России подана заявка, а в апреле успешно прошла защита проекта, в результате - КГБУ «СШОР имени Б.Х. Сайтиева» признано федеральной экспериментальной (инновационной) площадкой по теме «Реализация кластерной модели подготовки спортивного резерва по вольной борьбе среди женщин в Сибирском федеральном округе» (приказ Министерства спорта Российской Федерации от 04.05.2018 №430).

Проект позволит решать такие задачи, как организация и проведение тренировочных и соревновательных мероприятий, формирование системы оценки качества спортивной подготовки, форм и критериев отбора в сборную команду Сибирского федерального округа, повышение уровня подготовленности и конкурентоспособности спортсменов, апробация методик спортивной подготовки, технологий эффективного взаимодействия, проведение мониторинга развития вольной борьбы среди женщин в регионах Сибири.

Возможность реализации проекта на базе СШОР имени Б.Х. Сайтиева обосновано 28-летним опытом работы со спортсменами высокого класса по вольной борьбе среди женщин, наличием материально-технической базы: зал борьбы, восстановительный центр, медицинский кабинет, спортивные и игровые площадки, в школе работают четыре заслуженных тренера России.

Для реализации проекта привлечены следующие организации:

- Общероссийская общественная организация «Федерация спортивной борьбы России», которая совместно со старшими тренерами проекта разрабатывает и утверждает календарные планы тренировочных и соревновательных мероприятий; согласует состав участников экспериментального проекта (регионы, тренеры, спортсмены); осуществляет финансирование проекта для реализации спортивных ме-

роприятий по вольной борьбе среди женщин, включенных в единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на территории Сибирского федерального округа;

- Краевое государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования Красноярский краевой институт повышения квалификации работников физической культуры и спорта - первое в России учреждение, в котором специалисты спортивной отрасли совершенствуют профессиональные знания и деловые качества. Его задача в рамках проекта – организация и проведение обучающих мероприятий по вопросам подготовки спортивного резерва по вольной борьбе среди женщин; подготовка и издание справочно-информационных материалов для физкультурно-спортивных организаций – участников проекта по итогам экспериментальной деятельности;

- Департамент спортивных единоборств Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» - является учебно-научным и административным структурным подразделением университета, осуществляющим повышение квалификации, а также организацию фундаментальных и прикладных исследований. В рамках проекта Департамент спортивных единоборств участвует в разработке, апробации и формировании системы оценки качества спортивной подготовки и критериев отбора в сборные команды Сибирского региона; принимает участие в утверждении методик, необходимых для эксперимента, в методическом сопровождении тренировочного и соревновательного процессов. Для более продуктивной работы по этому направлению два молодых специалиста СШОР имени Б.Х. Сайтиева поступили на программу магистратуры, реализуемую Департаментом спортивных единоборств, и будут непосредственно заниматься научно-исследовательской деятельностью в рамках проекта.

Для решения задач проекта будет использован потенциал регионального центра спортивной подготовки «Академия борьбы имени Д.Г. Миндияшвили», который является мощ-

ным организационным и методическим центром не только в Красноярском крае, но и Сибирско-Дальневосточном регионе.

В помощь спортсменкам – участницам проекта на территории города Красноярска расположен Сибирский научно-клинический центр федерального медико-биологического агентства, на который возложены функции сохранения и укрепления здоровья спортсменов сборных команд Российской Федерации, а также медико-биологического обеспечения спортсменов в период проведения спортивных мероприятий: тренировочных сборов и соревнований. В Центре спортсмены могут пройти обследование, лечение и реабилитацию, а также получить консультации по профилактике и восстановлению после интенсивных физических и психологических нагрузок.

Сроки реализации проекта – 2018-2025 годы.

На первом этапе (2018 г.) проходит выстраивание системы взаимодействия с региональными физкультурно-спортивными организациями. На сегодняшний день заключены соглашения с девятью спортивными школами (СШОР и СШ) Сибирского региона, которые занимаются спортивной подготовкой по вольной борьбе среди женщин. Для выстраивания эффективного взаимодействия между субъектами привлечена межрегиональная ассоциация экономического взаимодействия субъектов Российской Федерации «Сибирское соглашение», разработан проект документа по взаимодей-

ствию с органами исполнительной власти в области физической культуры и спорта субъектов Сибирского федерального округа.

На втором этапе (2019-2024 гг.) повышение квалификации специалистов, проведение тренировочных и соревновательных мероприятий, методическое и психологическое сопровождение подготовки, аналитическая деятельность, предусмотрено строительство современного спортивного комплекса (2021-2024 гг.).

На третьем этапе будут подведены итоги эксперимента (2025 г.).

Мы прогнозируем и возможные риски при реализации проекта – недостаточное финансирование в регионах Сибирского федерального округа для обеспечения плановых мероприятий. Их можно нивелировать, используя возможность получения грантов, привлечения средств региональных и всероссийских спортивных федераций.

Критериями оценки результативности экспериментальной деятельности будут являться: повышение профессиональной компетенции тренеров, увеличение числа женщин, занимающихся вольной борьбой в Сибирском федеральном округе, спортсменок, имеющих высокие спортивные достижения, разряды и звания, представительство в составе сборной команды России по вольной борьбе среди женщин.

«Порознь мы порой кажемся немного неполноценными, а вместе, превращаясь в единое целое, становимся могучей силой». ■

О МОДЕЛИ СИСТЕМЫ НЕПРЕРЫВНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

Анна Гуляева, Николай Гуляев, Государственное бюджетное образовательное учреждение Республики Саха (Якутия) «Чурапчинская республиканская средняя спортивная школа-интернат олимпийского резерва им. Д.П. Коркина»

Баир Найданов, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», кандидат педагогических наук, доцент

Одним из актуальных вопросов модернизации системы подготовки спортивного резерва является поиск модельных вариантов сочетания полноценного образовательного процесса с активной тренировочной и соревновательной деятельностью детей школьного возраста. В Республике Саха (Якутия) с её обширными территориями, малой плотностью населения и суровыми климатическими условиями воспитание сильных духом, физически здоровых, образованных и сплочённых молодых поколений является важнейшим фактором устойчивого развития региона.

Образование, культура и спорт - вот фундаментальный ресурс в становлении, реализации и самореализации детей, подростков, молодежи и взрослого населения. Суровые условия российского Севера диктуют и требуют несколько иных подходов к вопросам жизнеобеспечения, экологии, коммуникациям между людьми, образованию и конечно, к здоровью. Здесь очевидно должны быть более высокие параметры надёжности и качества во всём, что связано с постоянным пребыванием человека в экстремальных условиях.

Высокая миграция молодёжи из сельской местности в столицу Якутии и за пределы региона является существенным индикатором перспектив развития огромных территорий и требованием к созданию условий для раскрытия потенциала, в том числе спортивного, для сельской молодёжи. Всем известно, что подавляющее большинство великих спортсменов, создававших великую спортивную славу Якутии, родились и начинали свой спортивный путь именно в сельской местности.

Далеко не случайно Чурапча стала центром подготовки педагогических кадров на базе первого педагогического училища еще в далекие 30 годы 20 века. Имя сельского учителя, тренера, заслуженного тренера, СССР, РСФСР, ЯАССР заслуженного учителя школ ЯАССР Дмитрия Петровича Коркина получило всеобщее признание и мировую известность благодаря его воспитанникам – олимпийским чемпионам по вольной борьбе Роману Дмитриеву (Мюнхен, 1972), Павлу Пинигину (Монреаль, 1976), серебряному призёру XXI олимпийских игр в Монреале Александру Иванову, многочисленным чемпионам международных и всесоюзных турниров. Необходимо подчеркнуть, что на Монреальской Олимпиаде с успехом выступали сразу три его воспитанника [3].

Весомые традиции педагогического наследия, опыт подготовки кадров в области физической культуры и спорта позволили в условиях сельской местности выстроить систему непрерывного физкультурного образования. Так в Чурапче в 1999 г. был открыт Государственный институт физической культуры и спорта. Основателем и первым ректором института которого стал доктор педагогических наук, профессор Михаил Дмитриевич Гуляев, много лет посвятивший формированию одной из лучших спортивных отраслей в России в должности министра спорта Республики Саха (Якутия) [2, 3].

Федеральное государственное бюджетное учреждение высшего образования «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта» (далее – Чурапчинский ГИФКиС) – единственный ВУЗ Российской Федерации, расположенный в сельской местно-

сти, есть системообразующий фактор научной, образовательной и социокультурной среды региона и является ресурсным центром непрерывного образовательного пространства и спортивной подготовки [1].

Тренировочные занятия и соревновательный процесс, начиная с тренировочного этапа, как правило, концентрируют основные силы, внимание и временные затраты учащихся на развитие физических, технико-тактических способностей, обеспечивающих достижение поставленных целей в области спортивных интересов. Однако очевидной серьезной педагогической проблемой является развитие интеллектуальных способностей школьников – спортсменов, позволяющих им более успешно овладевать социокультурным потенциалом общества, и, следовательно, иметь большие возможности для самореализации по завершению активной спортивной деятельности.

Важнейшим фактором успеха спортивной деятельности в период обучения в Государственном бюджетном образовательном учреждении Республики Саха (Якутия) «Чурапчинская республиканская спортивная средняя общеобразовательная школа-интернат олимпийского резерва имени Д.П. Коркина» (далее – школа-интернат им. Д.П. Коркина) является отбор учащихся по уровню показателей общей и специальной физической подготовленности, уровню технического мастерства способных к дальнейшему эффективному спортивному совершенствованию и спортивной мотивации. Тем не менее, ответственность выстроенной спортивно-педагогической системы лежит в поиске инновационных форм, средств и методов, способных дать достойное фундаментальное среднее образование, совмещённое с интенсивной тренировочной и соревновательной деятельностью, которое должно стать залогом успешной трудовой, образовательной и спортивной реализации каждого выпускника общеобразовательной школы-интерната спортивного профиля.

В систему непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки олимпийского резерва как модели системы входят организации, расположенные в с. Чурапча Республики Саха (Якутия):

- школа-интернат им. Д.П. Коркина;
- Училище олимпийского резерва;
- Чурапчинский ГИФКиС;
- региональный Центр спортивной подготовки.

Очень важным элементом этой модели спортивно-педагогической системы является обращение к философии народа Саха, заключенной в этнопедагогическом учении «Кут Сюр», близком к учению Аристотеля, олицетворяющей три элемента души: нравственную, духовную и физическую [2].

Школа-интернат им. Д.П. Коркина является ресурсным центром по спортивной подготовке и повышению спортивного мастерства для образовательных учреждений спортивного направления Республики Саха (Якутия). Сетевое взаимодействие между данными учреждениями и школой-интернатом им. Д.П. Коркина направлено на:

- создание благоприятных условий по самореализации юных спортсменов;
- укрепление взаимосвязи в проведении совместных спортивных, культурно-массовых, интеллектуальных мероприятий, проведение совместных тренировочных сборов;
- повышение квалификации тренеров, учителей и воспитателей.

Новизна экспериментального проекта заключается:

1. В теоретическом и практическом обосновании непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки в системе «Школа-интернат им. Д.П. Коркина – УОР – ВУЗ – ЦСП» в условиях сельской местности.
2. В определении преемственности содержания образовательных программ и программ спортивной подготовки по восьми видам спорта.
3. В организации активной, непрерывной педагогической практики студентов Чурапчинского ГИФКиС в школе-интернате им. Д.П. Коркина.

Объект исследования

Объектом исследования является система непрерывного образовательного процесса и спортивной подготовки.

Предмет исследования

Предмет исследования – формы, методы и содержание программ непрерывного образова-

тельного процесса и спортивной подготовки в условиях сельской местности.

Цель проекта

Цель проекта заключается в создании и апробации эффективной модели непрерывного образования и спортивной подготовки учащихся в условиях сельской местности.

Гипотеза

Система непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки может успешно функционировать в условиях сельской местности при условии, если:

- организовано сетевое взаимодействие образовательных учреждений спортивной направленности;
- осуществляется взаимосвязь и преемственность образовательных и программ спортивной подготовки;
- создается единое социокультурное образовательное пространство в условиях сельской местности.

Для решения обозначенной цели были поставлены следующие задачи исследования по проекту:

1. Обосновать принципы и формы управления системы непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки юных спортсменов в условиях сельской местности.
2. Совершенствовать систему здоровьесбережения и воспитания спортивно-педагогического и ученического коллективов.
3. Разработать сбалансированную модель непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки в условиях сельской местности и обосновать эффективность ее функционирования.

Проект рассчитан на 5 лет в три этапа.

I этап

Разработка и формирование соответствующей организационной, нормативной правовой базы. Разработка плана мероприятий по реализации проекта.

II этап

Разработка и реализация программ спортивной подготовки по 8 видам спорта. Повышение квалификации педагогических и тренерских кадров через освоение новых технологий по непрерывному образованию. Разработка и апробация новых форм и методов управления спортивной подготовкой в условиях непрерывного физкультурного образования в сельской местности. Применение современных методик по воспитанию детей и молодёжи с учётом этнопедагогического учения народов Саха «Кут Сюр».

III этап

Обобщение полученных результатов. Издание методических рекомендаций, учебных пособий по теме проекта.

Организация и ход реализации проекта

Непрерывное физкультурное образование является благоприятным педагогическим пространством, которое позволяет использовать возможности разных образовательных учреждений для решения общих задач в образовании, воспитании и спортивной тренировки.

В настоящее время в школе-интернате им Д.П. Коркина обучается 462 учащихся из 28 улусов Республики Саха (Якутия), 5 городов Республики Саха (Якутия) и регионов России по 8 видам спорта: вольная борьба, легкая атлетика, шашки, акробатика, волейбол, пулевая стрельба, стрельба из лука, бокс. В рамках сетевого взаимодействия в процесс программной подготовки спортивного резерва вовлечены ещё более 600 учащихся в 10 филиалах по проекту.

Тренерско-преподавательский состав школы-интерната составляет 37 специалистов с высшим образованием. Высшую квалификационную категорию имеют 25 тренеров. Среди них: 1 - заслуженный тренер России, 4 - заслуженные тренеры Республики Саха (Якутия), 3 - заслуженные работники физической культуры и спорта Республики Саха (Якутия), 5 - отличники физической культуры и спорта Российской Федерации, 11 - отличники физической культуры и спорта Республики Саха (Якутия), 1 - международный гроссмейстер.

В 2014 году по результатам спортивных достижений Минспортом России школе-интернату им. Д.П. Коркина дано право использовать в своём наименовании слово «олимпийский». По итогам 2017 года членами основного состава сборной команды России стали 7 воспитанников

(вольная борьба, шашки, пулевая стрельба), а в резервный состав сборной команды России вошли ещё 6 воспитанников по шашкам и вольной борьбе, что даёт основания для признания этого статуса на очередные четыре года.

В основу предлагаемой модели непрерывного физкультурного образования «Школа-интернат им. Д.П. Коркина - УОР – ВУЗ - ЦСП» легли образовательные принципы всеобщности, преемственности и индивидуализации, которые являются фундаментальным условием реализации данного Проекта.

Индивидуализация обучения требует новых подходов к разработке учебных планов, программ спортивной подготовки по видам спорта. Актуализируется задача преемственности программ обучения на всех ступенях образования и спортивной подготовки на уровне содержания образования, методов, организационных форм, средств обучения и тренировки.

Результаты реализации проекта

Созданы оптимальные условия, обеспечивающие развитие образовательного потенциала и спортивной подготовки в системе «Школа-интернат им. Д.П. Коркина - УОР - ВУЗ - ЦСП». Разработаны и проходят апробацию 17 вариативных авторских программ по учебным предметам, программы спортивной подготовки по 8 видам спорта, а также комплексная программа по организации внеклассной и внешкольной работе (факультативы, кружки и студии по интересам).

Почти половина выпускников школы-интерната им. Д.П. Коркина выбирают для получения профессионального образования и продолжения спортивной подготовки УОР и Чурапчинский ГИФКИС.

Выводы

1. Созданная в рамках экспериментального проекта система непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки позволяет обучающимся быстро адаптироваться к алгоритму насыщенной образовательной и спортивной деятельности школы-интерната им. Д.П. Коркина, фундаментальному учреждению в системе «Школа-интернат им. Д.П. Коркина - УОР - ВУЗ - ЦСП».
2. Обучающиеся имеют высокие темпы прироста спортивно-технического мастерства, что позволяет почти 50% вы-

пускникам успешно продолжать своё образование и спортивную подготовку в рамках Училища олимпийского резерва и Чурапчинского ГИФКиС.

3. Непрерывная педагогическая практика в школе-интернате им. Д.П. Коркина является хорошей школой для профессионального роста будущих специалистов в области физической культуры и спорта и

примером для самореализации воспитанников учреждений, вовлечённых в проект.

4. Реализация проекта позволяет сформировать положительный опыт формирования организационных, нормативных, образовательных и управленческих ресурсов для непрерывного физкультурного образования и спортивной подготовки в условиях сельской местности. ■

Литература

1. Гуляев М.Д. Инновационные технологии непрерывного физкультурного образования в управлении развитием системы физической культуры и спорта в условиях региона. Монография/М.Д. Гуляев Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта». -М.: Изд-во «Советский спорт», 2011. -156 с.
2. Гуляев Н.Н. Здоровый образ жизни – основа успеха личности/ Лидеры отрасли - № 04/14/ 2016, С. 86-89.
3. Научно-педагогическая деятельность Д.П. Коркина: учебн. пособие/ ФГБОУ «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта». Автор-сост: И.И. Готовцев, С.С. Гуляева, А.Н. Гуляева, О.В. Шадрина, Е.В. Пудов, М.Н. Ноговицына, М.А. Явловский. – Якутск, 2016. - 120 с.

ПРОБЛЕМЫ ОТЕЧЕСТВЕННОГО НАУЧНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ КАК ПРЕДПОСЫЛКА ФОРМИРОВАНИЯ ФЕДЕРАЛЬНОГО ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ПРОЕКТА В ХАНТЫ-МАНСЬИЙСКОМ АВТОНОМНОМ ОКРУГЕ – ЮГРЕ

Пётр Лидов, АНО «Научно-производственный институт экстремальной медицины и биологии», кандидат медицинских наук

Владимир Малышкин, АУ «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва»

Наталья Титова, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва»

Евгения Гирьятович, «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва», кандидат педагогических наук

Андрей Ткаченко, БУ «Клинический врачебно-физкультурный диспансер»

Андрей Мельников, АУ «Югорский научно-исследовательский институт информационных технологий», доктор технических наук, профессор

Андрей Койносов, БУ «Ханты-Мансийская государственная медицинская академия», доктор медицинских наук, профессор

Людмила Коваленко, БУ ВО «Сургутский государственный университет», доктор медицинских наук, профессор

Сергей Парастаев, Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных (РАСМИРБИ), доктор медицинских наук, профессор

Ирина Аксенова, АНО «Научно-производственный институт экстремальной медицины и биологии», кандидат социологических наук

Константин Вырупаев, ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», кандидат медицинских наук

В 2015 г. полномочия муниципалитетов и субъектов Российской Федерации по подготовке спортивного резерва были закреплены федеральным законодательством. С этого времени в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре началась активная фаза формирования отраслевой сети организаций спортивной подготовки, пик которой пришелся на 2016-2017 гг.. В результате 61 из 65 организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности переведена в систему спортивной подготовки. Процесс перераспределения продолжается.

По итогам 2017 г. численность лиц, занимающихся спортивной подготовкой в округе, составила 60 389 человек (3,7% от численности населения округа и порядка 13% от всех лиц,

занимающихся физической активностью). По программам спортивной подготовки занимается 28 174 спортсмена, что составляет 46,7% от общего количества занимающихся, увеличение по

Этап спортивной подготовки	2016		2017	
	Число	%	Число	%
Спортивно-оздоровительный этап (СОЭ)	19742	33,5%	20094	33,3%
Этап начальной подготовки	24416	41,5%	24938	41,3%
Тренировочный этап (ТЭ)	13696	23,3%	14 406	23,8%
Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)	751	1,3%	761	1,3%
Этап высшего спортивного мастерства (ВСМ)	223	0,4%	190	0,3%
Всего	58828	100%	60389	100%

Таблица 1. Число занимающихся спортсменами на этапах спортивной подготовки в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре

сравнению с предыдущим годом на 7 821 человек. По предпрофессиональной программе дополнительного образования продолжают спортивную подготовку 9 418 человек, что составляет 15,6% от общего количества занимающихся, но число данных спортсменов прогрессивно снижается (по сравнению с предыдущим годом на 5 417 человек). По общеразвивающей программе дополнительного образования проходят обучение 22 797 человек или 37,8% от общего количества занимающихся.

Как показал анализ, ведомственное разделение спортивных и образовательных учреждений в Российской Федерации носит вынужденный характер. Начиная с третьего (тренировочного) этапа спортивной подготовки все труднее становилось совмещать образование и 6-разовый (в неделю) многочасовой тренировочный процесс. Недостаток времени на одновременное получение глубоких теоретических знаний и физического совершенствования во время тренировочного процесса по сей день является нерешенной проблемой. Поэтому для спортивных школ, спортивных школ олимпийского резерва, училищ олимпийского резерва спортивная подготовка становится основным видом деятельности.

К настоящему времени Ханты-Мансийский автономный округ провел основные плановые мероприятия по формированию системы подготовки спортивного резерва и приступил к наиболее сложной стадии развития – кластерному

научному развитию спортивной отрасли путем интеграции спорта с наукой, здравоохранением, образованием и информатизацией. Именно на этом этапе выявились научное отставание отечественной спортивной отрасли от мировых трендов и недостаточный уровень образованности кадрового состава.

Современный спорт, наряду с позитивным влиянием на общество, характеризуется также и массой противоречий и связанных с ними проблем, которые невозможно решить без научного сопровождения. Прежде всего, это усиление глобальной конкуренции в мировом спорте, которое принуждает к высоким тренировочным нагрузкам и ограниченному времени на восстановление спортсменов. Поэтому спортивная подготовка все чаще сталкивается с серьезной проблемой ограниченных резервных возможностей организма, особенно растущего. В ведущих спортивных странах эта проблема решалась с помощью внедрения в спорт клеточных, нано-, био-, информационных технологий и иных направлений научно-технического прогресса, что позволило им перейти на принципиально новую ступень научного обеспечения спорта.

Но в отечественном спорте сохраняется полное доминирование устаревшего «научно-методического» подхода к познанию человека только на организменном уровне, что не позволяет использовать при подготовке спортсменов современные молекулярно-клеточные технологии. Многолетняя эгоцентрическая си-

стема спортивной подготовки с авторитарностью тренера – существенная историческая проблема, сдерживающая внедрение в спорт научной физиологии, медицины, генетики, биомеханики, биохимии, информационных систем и решений и пр. Даже в Федеральном законе о физкультуре и спорте закрепилось понимание спортивной подготовки как тренировочного процесса, а не как комплекса мероприятий, в котором тренировочный процесс является одной из составляющих. Зачастую тренер физкультурно-спортивной организации в одном лице выступал и в роли врача, и в роли физиолога, и в роли психолога. В результате во всех российских регионах научное, медико-биологическое, медицинское, антидопинговое и психологическое направления спортивной подготовки оставались без внимания, либо развивались по остаточному принципу как вспомогательные.

Не является исключением Ханты-Мансийский автономный округ — Югра. Существующие стереотипы экстенсивного развития и количественные показатели оценки эффективности спортивной подготовки не позволяют сформировать и внедрить систему научного спортивного и медицинского отбора. В результате вместо отбора продолжается до настоящего времени процесс зачисления лиц в учреждения спортивной подготовки. В результате в округе вместе с увеличением набора детей на спортивно-оздоровительный этап (на 352 человека) также выросло число зачисленных на этап начальной подготовки (на 522 человека). Суммарно на этих этапах тренируются сегодня 45 032 спортсмена (74,6%).

За округом закреплены 16 базовых видов спорта: биатлон, лыжные гонки, сноуборд, баскетбол, бокс, волейбол, водное поло, дзюдо, легкая атлетика, плавание, синхронное плавание, спортивная борьба, тхэквондо, тяжелая атлетика, спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (следж-хоккей), шахматы. Спортивный отбор в них также производится «на глазок» без изучения врожденных спортивных задатков и предрасположенностей к болезням. Следствием этого, с этапа начальной подготовки на тренировочный этап отбираются практически все желающие, среди которых большое число бесперспективных для спорта или определенной дисциплины детей. Единственным косвенным показателем эффективности спортивного отбора сегодня является соотношение занимающихся на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе. Чем этот показатель меньше, тем эффективнее происходит спортивный отбор. В округе этот показатель составил в 2016 году 56,1%, в 2017 году – 57,8%. В сравнении, средний показатель в России также находится в этих пределах, составляя 62%.

Следующим важным направлением научного обеспечения спортивной подготовки является комплексное обеспечение организма спортсмена во время тренировочного процесса. Практически повсеместно в Российской Федерации и Ханты-Мансийском автономном округе – Югре включительно тренировка не контролируется. Не проводится физиологическая оценка выносливости, скорости, силы, движений. Спортивной мотивацией и психофизиологическим стрессом занимается тренер (в редчайших случаях – психолог), оперируя понятием «душа», не допуская мысли психофизиологического подхода к изучению обменных процессов высшей нервной деятельности. Тренировочный процесс по видам спорта чаще всего шаблонизирован для всех членов спортивных групп без использования научного индивидуального подхода кратности и длительности тренировки, персонифицированного общественного и функционального питания, постнагрузочного восстановления и т.д.

Бесконтрольность тренировки привела к тому, что численность занимающихся, а не качество подготовки, стала одним из ведущих целевых показателей эффективности, в результате чего всплыли серьезные проблемы форсирования спортивного результата с ранним профессиональным выгоранием спортсменов, учащения травм и болезней. Только небольшая часть спортсменов доходит до этапа совершенствования спортивного мастерства. Соотношение спортсменов между четвертым и третьим этапами составляет в России всего 6%, в округе – 5,3%. Ежегодные потери на третьем этапе составляют в России около 180 тысяч детей, из которых 40% покидают спорт по причине проблем со здоровьем.

Как итог в округе число спортсменов на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства за период 2016-2017 уменьшилось на 23 человека. Отмечается за этот период снижение в спортивных званиях и разрядах в сравнении с 2016 годом: в ЗМС уменьшение на -10% (-1 чел.), МСМК на -8,0% (-3 чел.), МС на -2,0% (-5 чел.), КМС на -3,0% (-26 чел.), I спортивном разряде на -1,0% (-19 чел.).

Другой существенной проблемой является стагнация системы охраны здоровья спортсменов. Медицинское обеспечение спортивной подготовки базируется на профилактической медицине, но в официальном здравоохранении развивается лечебный и реабилитационный сектор. В связи с этим, аргумент о том, что современная спортивная медицина, базирующаяся на фундаментальных медицинских и физиологических знаниях в области медицинской генетики, иммунологии, эндокринологии, позволяет развивать предиктивный и предупредительный подход

с индивидуализацией спортивной подготовки, в настоящий период времени вообще не рассматривается. Только 15% лиц, занимающихся спортивной подготовкой, проходят полное углубленное медицинское обследование, у 30-40% занимающихся спортивной подготовкой обследование представляет собой недостаточные по объему диспансеризацию или профосмотры. Как следствие, большинство спортсменов допускаются до тренировочного процесса недообследованными, что повышает риски заболеваний, травм, возникновения жизнеугрожающих состояний и ранней инвалидности.

В области охраны здоровья спортсмена Ханты-Мансийский автономный округ - один из немногих субъектов Российской Федерации, где медицинское обеспечение спортивной подготовки сохранено. Задачи медицинского обеспечения спортивного резерва округа выполняет врачебно-физкультурная служба, представленная Бюджетным учреждением Ханты-Мансийского автономного округа — Югры «Клинический врачебно-физкультурный диспансер» (далее - КВФД). КВФД имеет территориально-распределенную структуру. Кроме Ханты-Мансийска его филиалы работают в 3 городах округа (Сургут, Нижневартовск, Нефтеюганск). Также в состав врачебно-физкультурной службы по обследованию спортсменов входят 9 отделений спортивной медицины лечебно-профилактических учреждений (далее – ЛПУ) гг. Нягань, Белоярский, Лангепас, Югорск, Урай, Советский, Покачи, Мегион, Когалым.

Организация врачебно-физкультурной службы Ханты-Мансийского автономного округа — Югры осуществляет свою деятельность в соответствии с территориальным принципом, определяющим 5 зон медицинского обслуживания населения.

Начиная с 2015 года, в автономном округе проводится работа по максимальному охвату лиц, занимающихся спортивной подготовкой, в систему углубленного медицинского обследования, путем укрепления отделений спортивной медицины. При этом не решенной до настоящего времени проблемой является медицинское обеспечение спортивного резерва в удаленных и труднодоступных районах округа.

Традиционными проблемами остаются недостаточная материально-техническая база и кадровое обеспечение КВФД и отделений спортивной медицины непрофильных ЛПУ, которые составляют 25-40% от требований Приказа №134н Министерства здравоохранения РФ, что не позволяет полноценно обследовать всех спортсменов. Деятельность КВФД ограничена исключительно допуском к занятиям спортом. Отсутствие заинтересованности в

дальнейшей судьбе обследуемого спортсмена, проблема недостаточной квалификации медицинского персонала в сфере спортивной подготовки – факторы, подрывающие доверие к врачебно-физкультурной службе. Исправить указанный недостаток могла бы ведомственная интеграция учреждений спортивной подготовки и отделений спортивной медицины по проведению текущего врачебного контроля, особенно спортсменов с хроническими заболеваниями, допуск которых в спортивно-тренировочный процесс был разрешен при условии исполнения медицинских рекомендаций. Но кластерный принцип развития нормативно не закреплён, в связи с чем не развивается.

Дисбаланс между абсолютной необходимостью развития научных и медицинских направлений с реально существующим положением приводит к неэффективному построению всей вспомогательной части спорта: нормативно-правовому регулированию, подготовке кадров, организации и управлению, финансированию. Кризис, обусловленный разрывом между фундаментальной наукой и прикладным научным обеспечением спортивной отрасли, углубляется. Ведомственные научно-педагогические учреждения Минспорта России и их кадровый состав устаревают и все более отдаляются от практической спортивной деятельности и от научного взаимодействия с научными грандами.

Сегодня из 3,3 млн. человек, находящихся в физкультурно-спортивных организациях, до стадии высшего спортивного мастерства доходит только около 20 тысяч – т.е. всего 0,6%. Этой цифры категорически не хватает до пополнения сборных команд Российской Федерации талантливой конкурентоспособной молодежью. Впечатляют ежегодные экономические потери, превышающие цифру 20 млрд. рублей.

Отсутствие системы научного отбора и неэффективная система комплексного обеспечения организма спортсмена свидетельствуют о важности и необходимости скорейшей разработки и внедрения в систему спортивной подготовки объективных научно-методических, медико-биологических и медицинских методик и технологий.

С 2008 года Ханты-Мансийский автономный округ — Югра приступил к формированию экспериментального проекта по созданию локального научного спортивно-медицинского кластера на базе Югорского колледжа-интерната олимпийского резерва (далее - ЮКИОР). К настоящему времени ЮКИОР является единственным в округе учреждением, применяющим научные подходы спортивного отбора наиболее перспективных спортсменов, их целенаправленного распределения по видам спорта, мониторинга



функциональной подготовленности и здоровья, обеспечения организма спортсмена питанием и иными средствами, помогающими преодолевать спортивные нагрузки. В ЮКИОР разработана и внедрена учетная информационная система спортивной подготовки. В течение нескольких лет проводится научно-исследовательская работа по функциональному питанию, доказавшая его здоровьесберегающую эффективность и социально-спортивную значимость для внедрения в систему подготовки спортивного резерва. Из 350 воспитанников ЮКИОР, представляющих 14 видов спорта, 15% (49 человек) входят в сборные команды России (всего от округа входит 223 человека), а более 75% являются членами сборных команд автономного округа.

Положительный опыт экспериментального проекта ЮКИОР долгое время не мог получить развития и внедрения на остальной территории округа. Это было связано с общими проблемами федерального уровня, узкого рассмотрения спортивной подготовки как взаимодействия тренера и спортсмена без участия науки и медицины, которые сформировали устойчивые стереотипы мышления и в полной мере нашли отражение в системе спортивной подготовки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и не позволили отразить положительный опыт ЮКИОР в Государственной программе Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие физической культуры и спорта на 2014 – 2020 годы».

К настоящему времени в округе отсутствует единая система организации, управления, финансирования и подготовки кадров в части научно-методического, медико-биологического и медицинского секторов спортивной подготовки. Питание спортсменов Югры

на спортивно-тренировочных базах организовано в рамках традиционной системы, не учитывающей текущие энергозатраты, видовую специфику спорта, этап тренировочного процесса, весовые категории, половые и возрастные различия. Функциональное питание, компенсирующее недостатки общепита, не входит в государственное задание, в связи, с чем отсутствует в организациях спортивной подготовки.

Положительный опыт ЮКИОР явился основой для перевода спортивной подготовки округа на научные рельсы, ведущим механизмом управления которого стал кластерный принцип межведомственного взаимодействия Департаментов физкультуры и спорта, здравоохранения, образования и молодежной политики, информационных технологий. В результате в настоящее время разработан межведомственный экспериментальный (инновационный) проект «Разработка, апробация и внедрение модели научно-методического, медико-биологического и медицинского обеспечения подготовки спортивного резерва в Ханты-Мансийском автономном округе — Югре», требующий согласования в федеральных органах власти в области спорта, здравоохранения и образования.

Идеей всего проекта является разработка механизмов совершенствования региональной политики по ускоренному формированию и научному развитию новейшей системы подготовки спортивного резерва, акцентирующей внимание на комплексном изучении и обеспечении организма спортсмена как базового направления совершенствования спортивного отбора, повышения конкурентоспособности, укрепления здоровья, увеличения сроков спортивной трудоспособности и росту спортивных результатов.

Научные исследования в области спортивной подготовки и спортивной медицины на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, будут развиваться по следующим важнейшим приоритетным направлениям: медико-биологическое обеспечение спортивной подготовки, медицинское обеспечение спортивной подготовки, использование информационных технологий в спортивной подготовке и спортивной медицине, кадровое совершенствование спортивной отрасли.

Ряд прикладных задач научно-исследовательских работ даст возможность решить значительную часть проблем спортивной подготовки и использовать имеющийся уже имеющийся положительный опыт в масштабах автономного округа, что в итоге будет способствовать значительному укреплению проводимой социальной политики и росту благосостояния населения Ханты-Мансийского автономного округа — Югры. ■

МОДЕЛЬ КЛАСТЕРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ ВЫСОКОГО КЛАССА РЕГИОНОВ УРАЛА, СИБИРИ И ДАЛЬНОГО ВОСТОКА НА БАЗЕ ОМСКОГО ВЕЛОТРЕКА

Василий Коновалов, доктор педагогических наук, профессор ФГБОУВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

Борис Ничипуренко, директор БУОО «Омский областной центр по велосипедному спорту»

На данный момент в России и особенно в её восточной части уровень велосипедного спорта и уровень соревнований очень низкий, он не позволяет сибирякам достойно выступать на международной арене и даже достичь международного уровня. Ситуация назревает катастрофическая: под угрозой не только традиции велоспорта, но и существование велоспорта на востоке России в будущем.

В Омской области имеется опыт организации мероприятий с целью привлечения детей и молодёжи к занятиям профессиональным спортом. Есть велотрек международных стандартов, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, училище олимпийского резерва. Однако, как показывают реальная ситуация, на территории восточного региона этого недостаточно. На наш взгляд, это возможно, через создание и поддержку на базе Омского велоцентра модели взаимодействия по подготовке велосипедистов высокого класса регионов Урала, Сибири и Дальнего Востока.

Развитие сибирского велоспорта тормозится по двум причинам: достаточная удаленность от центра России, где велосипедный спорт хорошо развит, и отсутствие необходимых финансовых возможностей и климатических условий.

Однако, Омская область имеет современную базу: университет физической культуры (СибГУФК), Училище олимпийского резерва (ФГБЦ ПОО «СГУОР»), спортивную гостиницу для осуществления проекта спортивного интерната, в шаговой доступности СОШ №6 для обеспечения общеобразовательной деятельности спортсменов и, конечно, современный велотрек международных стандартов, который даст возможность готовить спортсменов высокого уровня круглый год.

Для развития работы со спортсменами необходим дополнительный ресурс по представительству регионов и по обмену профессиональным опытом между регионами. Проводимые чемпионат России, Кубок России и международ-

ные соревнования в гонках на треке показывают, что спортсмены Омской области и тренеры вообще восточных регионов значительно отстают в профессиональном и тренерском мастерстве и, соответственно, спортсмены области не могут достойно конкурировать со спортсменами центральной России.

Эксперимент реализуется в рамках деятельности Министерства по делам молодежи физической культуры и спорта Омской области БУ ОО «Омский областной центр велосипедного спорта», при участии Министерства физической культуры, спорта и молодежной политики Свердловской области, Департамента по спорту и молодежной политике Тюменской области, Министерства по спорту и туризму Челябинской области, Министерства физической культуры и спорта Забайкальского Края, Министерства спорта Иркутской области, Министерства физической культуры и спорта Хабаровского Края, Департамента по физической культуре и спорту Приморского Края, Управления спорта и молодежной политики Алтайского Края, Департамента молодежной политики и спорта Кемеровской области, Департамента физической культуры и спорта Новосибирской области.

Объект исследования

Процесс организации спортивной подготовки велосипедистов трековых дисциплин, основанный на новых формах тренировочного и соревновательного процессов.

Предмет исследования

Эффективность работы межрегионального центра подготовки велосипедистов в гонках на треке на базе Омского велотрека.

Цель исследования

Повышение эффективности системы спортивной подготовки велосипедистов высокого класса в трековых дисциплинах и конкурентной среды при формировании спортивной сборной команды страны.

Задачи исследования

1. Создание модели межрегионального взаимодействия по подготовке велосипедистов высокого класса регионов Урала, Сибири и Дальнего Востока по велосипедному спорту на базе БУ ОО «Омский областной центр по велосипедному спорту»;
2. Повышение высшего спортивного мастерства велосипедистов Урала, Сибири и Дальнего Востока;
3. Организация и проведение комплексной спартакиады восточной конференции;
4. Апробация и распространение новой велосипедной формы и методов работы по формированию высшего спортивного мастерства, спортивных профессионально-ориентированных технологий;
5. Повышение возможности спортсменов Урала, Сибири и Дальнего Востока попадать на соревнования самого высокого спортивного уровня.

Гипотеза

Реализация эксперимента позволит создать эффективную межрегиональную систему подготовки велосипедистов высокого класса на базе Омского велотрека и обеспечить к 2020 году подготовку не менее двух членов сборной команды России в трековых дисциплинах – участников Олимпийских игр в Токио.

Методы и методики осуществления проекта

Экономический и статистический анализ, методы обобщения и синтеза, педагогическое наблюдение, программно-целевой метод, метод экспертных оценок.

Сроки реализации проекта

Сентябрь 2017 года – август 2020 года.

Этапы реализации проекта

Реализация поставленной задачи будет осуществляться в два этапа.

I этап

Организационный - 2017 г.

- Разработка и согласование заявки на открытие федеральной экспериментальной (инновационной) площадки на базе Омского велотрека.
- Информирование регионов Урала, Сибири и Дальнего Востока об условиях проведения эксперимента и преимуществах, предоставляемых его участникам (в том числе посредством участия в заседаниях Межрегиональной ассоциации "Соглашение восточной конференции", во всероссийских научно-практических конференциях).
- Заключение договоров с регионами на участие в эксперименте (на уровне региональных органов управления в сфере спорта и федераций по велосипедному спорту).
- Разработка и внедрение системы отборочных и всероссийских соревнований на базе Омского велотрека, в том числе комплексной спартакиады восточной конференции.
- Формирование на базе Омского велотрека модели межрегионального взаимодействия по подготовке велосипедистов высокого класса регионов Урала, Сибири и Дальнего Востока. Формирование в его составе тренерского совета, научной группы по обеспечению медико-биологического сопровождения спортсменов.

II этап

Реализация эксперимента - 2018-2020 гг.

- Проведение на базе Омского велотрека комплексной спартакиады восточной конференции «Сибирские звёзды», а также сборов по подготовке спортсменов регионов Урала, Сибири и Дальнего Востока к ответственным соревнованиям.

- Внедрение программ спортивной подготовки по этапам спортивной подготовки для участников проекта, программ медико-биологического сопровождения спортсменов.
- Проведение заседаний тренерского совета по вопросам подготовки спортсменов, научной группы по результатам обследования перспективных спортсменов и корректировке выдаваемых рекомендаций, научно-практических конференций по итогам работы за год.
- Формирование из числа перспективных спортсменов экспериментальных групп по возрастам:
 - на базе ФГБУ ПОО "Сибирское государственное училище (колледж) олимпийского резерва";
 - на базе ФГБУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»;
 - принятых в бюджетное учреждение Омской области «Омский областной центр по велосипедному спорту» в качестве спортсменов-инструкторов.

Критерии оценки результативности экспериментальной (инновационной) деятельности:

- Мониторинг плана реализации экспериментального (инновационного) проекта по срокам, этапам и результатам с представлением отчета.
- Оценка эффективности внедрения новых спортивных технологий тренировочного процесса и медико-биологического сопровождения спортсменов.
- Анализ выступлений спортсменов на соревнованиях всероссийского и международного уровней.

Прогнозируемые негативные эффекты при реализации проекта

Недостаточная финансовая поддержка эксперимента органами исполнительной власти в сфере физической культуры и спорта регионов Российской Федерации, низкий уровень профессиональной компетенции тренерского состава, недостаточное обеспечение и низкий уровень

спортивного оборудования могут привести к снижению эффективности внедрения новых методик и конечного результата проекта.

Обоснование возможности реализации проекта

- Внедрение новой эффективной модели межрегионального взаимодействия, направленной на подготовку спортсменов-велосипедистов высокого класса.
- Объединение организационных, кадровых, научных, материально-технических и финансовых ресурсов регионов в осуществлении поставленной задачи.
- Обеспечение льготных условий использования Омского велотрека и научного потенциала для спортсменов-участников эксперимента.
- Увеличение численности спортсменов Урала, Сибири и Дальнего Востока, участвующих в чемпионатах и первенствах России.
- Обеспечение подготовки из числа спортсменов-участников эксперимента не менее двух членов сборной команды страны по трековым гонкам-участников Олимпийских игр в Токио.

Таким образом, в целях обеспечения ускоренного развития в нашей стране велосипедного спорта, обеспечения подготовки резерва спортивных сборных команд России, целесообразно рассмотреть вопрос о более эффективном использовании потенциала общественных и государственных организаций и учреждений, их спортивной базы и ведущих тренеров, а также менеджеров Урала, Сибири и Дальнего Востока.

Полученные результаты

За первое полугодие 2018 года созданы условия и утверждено необходимое финансирование на осуществление и сопровождение спортсменов экспериментальных групп.

Хозяйственный блок

- отремонтированы места для проживания спортсменов на общую сумму 950 000 рублей.



Кадровый блок

- увеличено штатное расписание БУ ОО «Омский велоцентр»: для осуществления экспериментальной деятельности введены ставки: врача - 1,5 ставки, фельдшера - 1 ставка, массажиста - 1 ставка.

Материально-техническое оснащение

- приобретен велосипед-тандем, стоимостью 350 000 рублей;
- приобретена экипировка для спортсменов и тренеров на сумму 800 000 рублей.

Медицинское оснащение

- получена бессрочная лицензия на осуществление медицинской деятельности по направлению «спортивная медицина»;
- проведены переговоры с МФБА России по организации медицинского сопровождения на базе Западно-Сибирского медицинского центра.

Спортсмены экспериментальных групп успешно выступали в сезоне 2017-2018:

завоевали две золотые и одну бронзовую награду на Чемпионатах России, четыре золотые и две серебряные медали на Первенствах России. В числе спортсменов экспериментальных групп 13 победителей и призеров Кубков России, 117 подиумов на Всероссийских и межрегиональных соревнованиях. Три спортсмена участвовали в Чемпионатах Мира и Кубках Мира в Бразилии, Италии, Голландии, где заняли 8,10,11 места.

Выводы

В результате проведенного нами научного исследования было установлено, что на величину функциональных сдвигов спортсменов экспериментальных групп и продолжительность периода восстановления влияют интенсивность и величина выполненной тренировочной нагрузки. Кроме того, продолжительность периода, необходимого для достижения исходных значений показателей вариабельности сердечного ритма, зависит от индивидуальных возможностей организма спортсмена, которые определяются текущими адаптационными резервами на данный момент. При планировании больших нагрузок в микроциклах тренеры учитывали информацию о реакции организма велосипедистов, что позволяло им осуществлять смену тренировочных режимов на основе объективных критериев, отражающих эффективность приспособления организма спортсменов.

Сопоставление результатов педагогических наблюдений с показателями, отражающими деятельность сердечно-сосудистой системы велосипедистов в покое (сердечный ритм) и во время нагрузки (регистрация ЧСС) позволяло оценивать динамику специальной физической подготовки спортсменов.

Практические рекомендации

Следует подчеркнуть, что у велосипедистов в начале и середине этапа специальной подготовки были выявлены выраженные колебания функционального состояния, но не выходящие за границы индивидуального коридора реагирования. По мере приближения к главным соревнованиям у спортсменов отмечалось снижение амплитуды колебаний параметров сердечного ритма, что по данным Ф. З. Меерсона, М. Г. Пшенниковой (1988) свидетельствует о более совершенной и экономной реакции организма спортсменов на тренировочные и соревновательные нагрузки, что позволило эффективно координировать тренировочные нагрузки и правильно планировать подготовку к основным соревнованиям сезона. ■

ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РАЗРАБОТКЕ И ВНЕДРЕНИЮ ПРОГРАММЫ ПРЕДСПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

Татьяна Григорьева, Комитет по физической культуре и спорту г. Санкт-Петербурга

Галина Семенихина, Комитет по физической культуре и спорту г. Санкт-Петербурга

Ксения Бирюкова, Комитет по физической культуре и спорту г. Санкт-Петербурга

Сергей Филиппов, Училище олимпийского резерва №1 г. Санкт-Петербурга

В настоящее время результаты, которые показывают спортсмены в спорте высших достижений, а также постоянно растущая конкуренция на международных и отечественных спортивных соревнованиях со всей остротой ставят вопросы по поиску наиболее эффективных средств и методов подготовки атлетов высокой квалификации. Центральное место среди этих проблем занимают вопросы совершенствования спортивной подготовки юных спортсменов.

Идущая в настоящее время во всех субъектах Российской Федерации модернизация системы подготовки спортивного резерва носит многоаспектный характер. Нормативно-правовой базой этой работы послужил целый ряд новых принципиально важных документов. Одним из важнейших направлений повышения эффективности многолетней подготовки спортсменов является коренное обновление программного обеспечения тренировочного процесса в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по видам спорта (ФССП).

Как показало предварительное тестирование спортсменов в спортивных школах Санкт-Петербурга в 2016 году, около половины юных спортсменов не справились с нормативами ФССП по видам спорта.

Как известно, невыполнение требований ФССП предполагает отчисление этих спортсменов из организации, осуществляющей спортивную подготовку.

Специалистами Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга вместе с представителями спортивных школ и учеными города был разработан инновационный проект.

Объект исследования

Разработка и внедрение программ предспортивной подготовки, не являющихся образовательными в учреждениях нового типа спортивной подготовки.

Предмет исследования

Программы предспортивной подготовки, не являющиеся образовательными, в учреждениях, осуществляющих спортивную подготовку как способ предотвращения возникновения социальной напряженности и массового отчисления детей из спортивных школ в переходный период.

Цель и задачи

Цель и задачи данного инновационного проекта является разработка, экспериментальное апробирование и внедрение программ предспортивной подготовки в соответствии с базовыми требованиями, утвержденными Комитетом по физической культуре и спорту (далее - программы предспортивной подготовки). Обеспечение возможности в переходный период одновременной реализации программ спортивной и предспортивной подготовки с занимающимися в учреждениях. Обеспечение максимально возможного бюджетного финансирования спортивной подготовки в рамках выделенной субсидии на выполнение учреждением государственного задания с учетом необходимых минимальных затрат на предспортивную подготовку.

Организация и ход реализации проекта

Учитывая, что программы предспортивной подготовки не являются образовательными, а по объему тренировочной нагрузки полностью совпадают с программами спортивной подготовки, у тренеров сохраняется возможность объединять в одной группе детей, занимающихся по программам спортивной и предспортивной подготовки, что позволяет рационально вести учет рабочего времени тренера и не требует ведения двойного учета, параллельной тарификации и разработки различных систем оплаты труда.

В соответствии с протоколом заседания Координационной группы Минспорта России по экспериментальной и инновационной деятельности в области физической культуры и спорта № 3/16 от 23 мая 2016 года Комитет по физической культуре и спорту (далее - Комитет) включен в перечень федеральных экспериментальных (инновационных) площадок в области физической культуры и спорта по теме: «Совершенствование системы подготовки спортивного резерва, путем перевода спортивных школ на реализацию программ спортивной подготовки, в соответствии с федеральными стандартами, и программ предспортивной подготовки, в соответствии с базовыми требованиями, утвержденными Комитетом по физической культуре и спорту», Реализация указанного проекта требовала значительной работы по подготовке региональных правовых документов. Ниже будут кратко рассмотрены эти документы.

В постановление Правительства Санкт-Петербурга, регулирующее порядок подготовки сборных команд города, включен отдельный раздел о подготовке спортивного резерва, перечислены виды учреждений, которые реализуют программы спортивной подготовки, в соответствии с федеральными стандартами, а также программы предспортивной подготовки, базовые требования, утверждаемые Комитетом^[1].

Распоряжением Комитета утверждены базовые требования к программам предспортивной подготовки по 76 видам спорта, а также по 18 спортивным дисциплинам адаптивного спорта^[2].

В региональном перечне содержится укрупненная работа «обеспечение подготовки спортивного резерва», в содержание которой включена «предспортивная подготовка по видам спорта»^[3].

Распоряжением Комитета по экономической политике и стратегическому планированию СПб (пункты 7.1, 7.2 Приложения №1) утверждены базовые нормативы затрат по предспортивной подготовке.^[4]

Постановлением Правительства Санкт-Петербурга утверждены нормативы оплаты труда работников государственных учреждений спор-

тивной подготовки Санкт-Петербурга за занимающихся как по программам спортивной, так и предспортивной подготовки^[5].

В соответствии с распоряжением Комитета, программы предспортивной подготовки с 01.01.2018 реализуются в 58 государственных бюджетных учреждениях Санкт-Петербурга, из них: в 15 спортивных школах (СШ) и 43 спортивных школах олимпийского резерва (СШОР). Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Училище олимпийского резерва №1» наделено статусом оператора^[6].

Обеспечение финансирования реализации программ спортивной и предспортивной подготовки осуществляется в рамках выделенных субсидий на выполнение учреждениями государственных заданий на оказание государственных услуг (выполнение работ).

Таким образом, можно констатировать, что за короткий промежуток времени была сформирована нормативно-правовая база для осуществления инновационной деятельности в области подготовки спортивного резерва в современных условиях.

В 2016 году Национальным государственным Университетом физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург совместно с Комитетом были организованы и проведены курсы для специалистов государственных бюджетных учреждений, обеспечивающих спортивную подготовку, по разработке программ спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами по видам спорта и программ предспортивной подготовки, в соответствии с базовыми требованиями, утвержденными Комитетом.

В Санкт-Петербурге с 01.01.2018 в государственных бюджетных учреждениях, обеспечивающих спортивную подготовку, занимается 62 601 чел., из них: по программам спортивной подготовки 19 832 чел. (31,7%), по программам предспортивной подготовки - 42 769 чел., что составляет 68,3% от общего количества занимающихся.

Учитывая, что программы предспортивной подготовки были внедрены в учреждениях спортивной подготовки, прежде всего, с целью недопущения резкого сокращения контингента занимающихся на переходный период, планируется, что количество занимающихся по этим программам ежегодно будет уменьшаться с одновременным увеличением занимающихся по программам спортивной подготовки.

Таким образом, в 2019 году в учреждениях спортивной подготовки Санкт-Петербурга по программам спортивной подготовки будут заниматься 41,7% спортсменов, по программам предспортивной подготовки - 58,3 %.



В 2020 году по программам спортивной подготовки – 50,7%, по программам предспортивной подготовки – 49,3%. В 2021 году по программам спортивной подготовки – 60,5%, по программам предспортивной подготовки – 39,5% занимающихся.

Данное исследование проведено в рамках работы экспериментальной (инновационной) площадки в области физической культуры и спорта по теме: «Совершенствование системы подготовки спортивного резерва путем перевода спортивных школ на реализацию программ спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами и программ предспортивной подготовки, в соответствии с базовыми требованиями, утвержденными Комитетом по физической культуре и спорту».

Полученные результаты

В результате проведенной экспериментальной работы:

1. Разработан пакет региональных нормативных документов обеспечивающих

реализацию и внедрение программ спортивной подготовки, в соответствии с федеральными стандартами, и программ предспортивной подготовки, в соответствии с базовыми требованиями, утвержденными Комитетом по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга.

2. Организованы и проведены курсы для специалистов государственных бюджетных учреждений, обеспечивающих спортивную подготовку, по разработке программ спортивной подготовки, в соответствии с федеральными стандартами по видам спорта, и программ предспортивной подготовки, в соответствии с базовыми требованиями, утвержденными Комитетом по физической культуре и спорту.
3. Разработаны, внедрены и реализуются программы предспортивной подготовки в учреждениях спортивной подготовки Санкт-Петербурга. ■

Литература

1. Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 26.10.2015 № 967 «О внесении изменений в постановление Правительства Санкт-Петербурга от 03.10.2011 №1394 «О порядке организации деятельности исполнительных органов государственной власти Санкт-Петербурга по формированию и обеспечению спортивных сборных команд Санкт-Петербурга, а также по обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Санкт-Петербурга».
2. Распоряжение Комитета по физической культуре и спорту от 26.12.2016 №558-р «Об утверждении базовых требований к программам предспортивной подготовки по видам спорта».
3. Распоряжение Комитета по экономической политике и стратегическому планированию Санкт-Петербурга от 01.12.2017 №254-р «Об утверждении регионального перечня (классификатора) государственных (муниципальных) услуг и работ Санкт-Петербурга».
4. Распоряжение Комитета по экономической политике и стратегическому планированию Санкт-Петербурга от 31.05.2017 №107-р «Об утверждении базовых нормативов затрат на оказание государственных услуг (выполнение работ) государственными автономными и бюджетными учреждениями физкультурно-спортивной направленности Санкт-Петербурга на 2018 год и на плановый период 2019 и 2020 годов».
5. Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 02.10.2017 № 828 «О системе оплаты труда работников государственных учреждений спортивной подготовки Санкт-Петербурга и иных государственных учреждений Санкт-Петербурга в сфере физической культуры и спорта».
6. Распоряжение Комитета по физической культуре и спорту от 14.12.2017 № 566-р «Об утверждении Перечня государственных бюджетных учреждений спортивной подготовки Санкт-Петербурга, реализующих программы предспортивной подготовки в рамках федерального экспериментального (инновационного) проекта в области физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге».

ПЕРСПЕКТИВЫ И ПРОБЛЕМЫ ФЕДЕРАЛЬНОЙ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ПЛОЩАДКИ «СОЗДАНИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ МОДЕЛИ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В ПРЫЖКАХ НА ЛЫЖАХ С ТРАМПЛИНА И ЛЫЖНОМ ДВОЕБОРЬЕ В ПЕРМСКОМ КРАЕ НА БАЗЕ ФГБОУ ВО «ЧГИФК»

Александр Беккер, вице-президент Федерации прыжков на лыжах с трамплина и лыжного двоеборья России, кандидат физико-математических наук

Татьяна Фендель, проректор по научной и инновационной работе ФГБОУ ВО «ЧГИФК», кандидат педагогических наук, доцент

Результаты выступлений российских прыгунов и двоеборцев на XXIII Зимних олимпийских играх в г. Пхенчхане подтвердили сложившуюся в последние десятилетия тенденцию к отставанию от мировых лидеров в этих видах спорта и свидетельствуют о том, что в России система подготовки прыгунов на лыжах с трамплина и двоеборцев находится в глубоком системном кризисе.

Одним из вариантов выхода из этого кризиса является выстраивание такой многолетней системы подготовки спортивного резерва, которая бы гарантировала обеспечение преемственности учебно-тренировочной работы от уровня начинающих спортсменов до уровня победителей крупнейших международных соревнований.

Учитывая же многокомпонентность этой системы, наиболее эффективным, на наш взгляд, будет использование кластерной модели управления. Речь идёт о создании на территории России нескольких (максимум 4 – 5) инновационно-спортивных кластеров, «заточенных» на подготовку спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и в лыжном двоеборье. Это позволит участниками кластера с различными типами и формами собственности преодолевать экономические, социальные и организационные преграды с помощью обмена информацией, знаниями и выработки совместной стратегии развития.

Не вызывает сомнения и тот факт, что подобные инновационно-спортивные кластеры должны быть созданы в тех регионах, где для этого имеются условия и возможности (матери-

альная база, тренерские кадры, многолетние традиции), и существует заинтересованность и поддержка региональных властей.

Первым в ряду таких регионов следует назвать Пермский край, обладающий наибольшим потенциалом для модернизации системы подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и в лыжном двоеборье.

Объект исследования: система подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье в Пермском крае.

Предмет исследования: модель подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье в Пермском крае на базе ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

Цель проекта ФЭП: разработать модель подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье в Пермском крае на базе ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

Задачи проекта ФЭП:

- создать модель подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах

с трамплина и лыжным двоеборье в Пермском крае на базе ФГБОУ ВО «ЧГИФК»,

- разработать механизм управления системой подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжным двоеборье в Пермском крае на базе ФГБОУ ВО «ЧГИФК»,
- создать сеть организаций (инновационно-спортивный кластер) подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжным двоеборье в Пермском крае на базе ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

Организация и ход реализации проекта ФЭП

В городе Чайковский при ФГБОУ ВО «ЧГИФК» имеется уникальный спортивный объект – Федеральный центр подготовки по зимним видам спорта «Снежинка» им. А.А. Данилова, который, на сегодняшний день и еще на многие годы будет являться лучшим центром в России и одним из лучших в мире для подготовки прыгунов на лыжах с трамплина и лыжников-двоеборцев (Рисунок 1).

В настоящее время ФЦП по ЗВС «Снежинка» им. А.А. Данилова используется в основном для проведения учебно-тренировочных мероприятий и соревнований, в том числе этапов Кубка Мира, Гран-При, Чемпионатов и Первенств России по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью.

Однако потенциал центра позволяет использовать его гораздо эффективнее. На ФЦП по ЗВС «Снежинка» им. А.А. Данилова есть возможность проводить широкомасштабные работы по научно-методическому, медицинскому и медико-биологическому сопровождению сборных команд Пермского края и Российской Федерации.

Учитывая тот факт, что сам центр «Снежинка» является структурным подразделением Чайковского государственного института физической культуры (ФГБОУ ВО «ЧГИФК»), на его основе может и должен быть создан инновационно-спортивный кластер подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье в Пермском крае.

Именно поэтому 26.09.2017 на заседании Координационной группы Минспорта РФ по экспериментальной и инновационной деятельности в области физической культуры и спорта была утверждена Федеральная экспериментальная площадка (ФЭП) по теме: «Создание эффективной модели подготовки спортивного резер-



Рис. 1. Трамплинный комплекс Федерального центра подготовки по зимним видам спорта «Снежинка» им. А.А. Данилова ФГБОУ ВО «ЧГИФК» (г. Чайковский, Пермский край)

ва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжным двоеборье в Пермском крае на базе ФГБОУ ВО «ЧГИФК».

Участниками указанной ФЭП являются:

- Министерство физической культуры, спорта и туризма Пермского края,
- Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Чайковский государственный институт физической культуры»,
- Общероссийская общественная организация «Федерация прыжков на лыжах с трамплина и лыжного двоеборья России»,
- Федеральное государственное бюджетное учреждение «Федеральный научный центр физической культуры и спорта»,
- Федеральное государственное бюджетное учреждение «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры».

В настоящее время в рамках реализации проекта ФЭП ведётся работа по созданию на территории Пермского края инновационно-спортивного кластера (ИСК), в состав которого включаются как организации, непосредственно осуществляющие подготовку спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье, так и образовательные организации различного уровня.

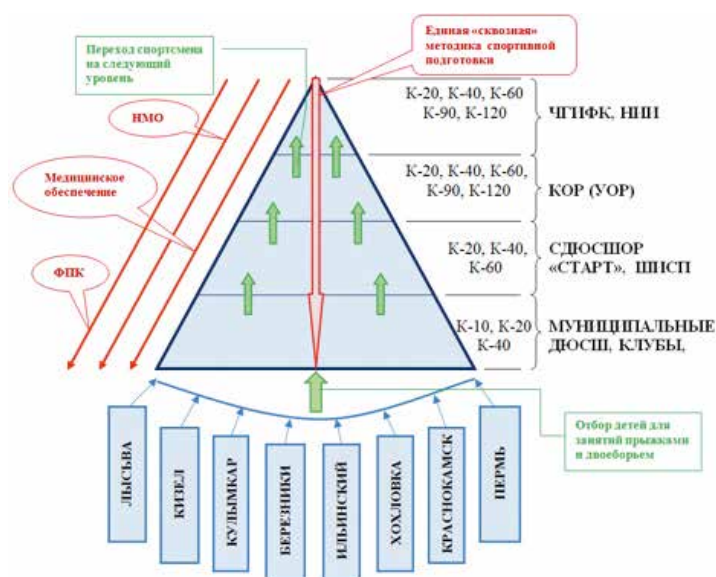


Рис. 2. Структура инновационно-спортивного кластера в Пермском крае

В первую группу, помимо упомянутого выше ФГБОУ ВО «ЧГИФК», будут включены:

- ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»,
- КГАОУ ДО СДЮСШОР «Старт»,
- 9 муниципальных спортивных школ Пермского края.

В перспективе имеется возможность создать в непосредственной близости от ФЦП по ЗВС «Снежинка» им. А.А. Данилова школу-интернат спортивного профиля (ШИСП) – для этого есть выделенный земельный участок (1,3 Га), к участку подведены инженерные коммуникации, разработан предварительный проект здания ШИСП.

На этапе теоретического обоснования проблемы опирались на опыт Словении – страны, долгие годы являющейся одним из мировых лидеров в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье, максимально приближенной по условиям, необходимым для создания инновационно-спортивного кластера в Пермском крае:

- численность населения (в Словении порядка 2,3 млн. человек, в Пермском крае – 2,6 млн. человек),
- численность тренировочных центров и трамплинов (в Словении свыше 20 тренировочных центров и самая высокая в мире концентрация трамплинов (95 на

всю страну); в Пермском крае – 9 муниципальных школ (тренировочных центров) и 21 трамплин (самая высокая концентрация трамплинов среди Российских регионов),

- мощная структура трамплинов (соотношение малых, средних, нормальных и больших трамплинов в Словении и Пермском крае практически совпадает),
- наличие спортивного вуза, обеспечивающего подготовку, переподготовку и повышение квалификации кадров (в Словении – Институт спорта Люблянского университета; в Пермском крае – Чайковский государственный институт физкультуры),
- наличие центров спортивной науки (в Институте спорта Люблянского университета есть научный центр, который занимается широким спектром исследований в области спорта; в структуре ФЦП по ЗВС «Снежинка» им. А.А. Данилова имеется научно-медицинский центр, в состав которого включены отделы научно-методический и медико-восстановительный, оборудованные по последнему слову науки техники),
- число спортсменов, занимающихся прыжками на лыжах с трамплина и лыжным двоеборьем (в Словении и Пермском крае приблизительно одинаково – порядка 550 – 600 человек).

Таким образом, при создании инновационно-спортивного кластера в Пермском крае необходимо адаптировать опыт Словении российские юридические и социально-экономические реалии, структурировать все составляющие, установить необходимые организационные связи между организациями кластера и синхронизировать их деятельность.

В обобщённом виде структура инновационно-спортивного кластера в Пермском крае представлена на рисунке 2.

Предполагается, что взаимодействие (интеграция), входящих в инновационно-спортивный кластер организаций будет осуществляться на «встречных курсах»:

- с одной стороны, ВУЗ и НИИ должны генерировать идеи и в виде программ спортивной подготовки и методических рекомендаций передавать их «вниз» для реализации в муниципальных спортивных школах, КОР (ГБПОУ «Колледж олимпий-

ского резерва Пермского края»), СДЮСШОР, спортивном интернате (в перспективе). При этом параллельно должно осуществляться научно-методическое и медицинское сопровождение тренировочного процесса, и повышение квалификации тренерских кадров;

- с другой стороны, муниципальные спортивные школы на основании подготовленных ВУЗом и НИИ разработок будут проводить соответствующий набор/отбор способных детей, и проводить тренировочные занятия по предложенным программам спортивной подготовки для перехода их на последующие уровни – в ШИСП, СДЮСШОР и КОР.

Предлагаемая кластерная структура позволит организовать продуктивное сетевое взаимодействие между высшим учебным заведением (в нашем случае – ФГБОУ ВО «ЧГИФК») и учреждением среднего профессионального образования (КОР). Это даст возможность консолидации и кооперации участников образовательного процесса при совместном использовании кадровых, материальных и информационных ресурсов разноуровневых образовательных организаций.

Процедура создания описанного выше инновационно-спортивного кластера требует решения следующих задач:

- 1) модернизации учебных процессов в ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края» и ФГБОУ ВО «ЧГИФК» с позиций организации сетевого взаимодействия (в том числе за счет привлечения образовательных, информационных, методических, кадровых и других ресурсов),
- 2) открытия на базе ФЦП по ЗВС «Снежинка» им. А.А. Данилова школы-интерната спортивного профиля (ШИСП) или, в случае невозможности этого в силу межведомственных проблем, создания вместо ШИСП постоянно действующего спортивного лагеря,
- 3) организации и финансирования научно-исследовательской работы и работы по научно-методическому, медицинскому и медико-биологическому сопровождению системы подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье в Пермском крае,

- 4) создания и внедрения в тренировочный процесс «сквозной» программы спортивной подготовки в прыжках на лыжах с трамплина и в лыжном двоеборье.

Основные пути решения представленных выше задач:

- юридическо-правовое и административно-хозяйственное сопровождение процессов создания, оформления и функционирования филиала Пермского КОР и спортивного лагеря;
- разработка учебных программ подготовки для студентов ВУЗа, КОР и курсов повышения квалификации тренерских кадров (субподрядчик – Люблянский университет (Словения);
- проведение НИОКР в области научно-методического сопровождения тренировочного и соревновательного процессов (субподрядчики – инновационный центр Олимпийского комитета России, МГУ, Центр физико-химической медицины ФМБА, Люблянский университет (Словения) и др.);
- организация стажировок преподавателей и тренеров (в первую очередь детских) по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью в зарубежных центрах подготовки – Планица (Словения), Штамс (Австрия), Обервизенталь (Германия) и др.;
- разработка нового тренировочного инвентаря и оборудования – мини-аэродинамическая труба, специализированные тренажеры и т.п. (субподрядчики МГУ, Люблянский университет (Словения) и др.);
- решение вопросов финансирования (субсидии, гранты, целевое финансирование и т.п.) работ в рамках ФЭП.

Заключение:

Создание инновационно-спортивного кластера в Пермском крае позволит успешно пройти точку бифуркации и вывести систему подготовки спортивного резерва в прыжках на лыжах с трамплина и в лыжном двоеборье в России на новый качественный уровень, гарантирующий высокий спортивно-технический результат наших спортсменов. ■

СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ОТБОРА И ОРИЕНТАЦИИ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Андрей Шляпников, директор Ростовского областного училища олимпийского резерва (РОУОР), заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, заслуженный тренер России по армейскому рукопашному бою, кандидат педагогических наук, профессор

Уровень достижений в современном спорте настолько высок, что для того, чтобы его превзойти, спортсмену необходимо обладать редкими морфофункциональными данными, уникальным сочетанием комплекса физических и психических задатков и способностей, находящихся на предельно высоком уровне развития. Такое сочетание встречается очень редко. Однако природная предрасположенность к достижениям в том или ином виде спорта не принесет успеха, если отбор и спортивная подготовка на разных этапах многолетнего совершенствования будут носить стандартный характер, без специальных для каждого этапа многолетней подготовки критериев отбора и постоянного развития задатков, характерных для конкретного спортсмена.

Спортивный отбор должен решать задачу выявления перспективных детей, из которых можно подготовить выдающихся спортсменов, а спортивная ориентация – определять стратегию и тактику этой подготовки.

Спортивный отбор и ориентация – это не одномоментные события на том или ином этапе спортивного совершенствования, практически непрерывный процесс, охватывающий всю многолетнюю подготовку спортсмена. Это обусловлено тем, что невозможно четко выявить способности на отдельном этапе многолетней подготовки. Даже очень высокая природная одаренность и задатки ребенка к занятиям тем или иным видом спорта, служат лишь необходимой основой его отбора. Действительные же способности могут быть выявлены лишь в процессе обучения и воспитания, и являются следствием врожденного и приобретенного, биологического и социального.

Поэтому на каждом этапе отбора должны быть свои конкретные задачи, методы, критерии, точность оценок и категоричность заключений. На первом этапе оценки тренера, врача, психолога и других специалистов носят в основном предположительный характер, а на последующих этапах они становятся более точными и конкретными.

Повышение качества спортивной селекции и совершенствования системы индивидуально-го отбора спортивно одаренных детей является одной из главных задач совершенствования си-

стемы подготовки спортивного резерва. По нашему мнению, это главная проблема в системе подготовки спортивного резерва и формирования сборных команд Российской Федерации.

Существующие подходы к отбору спортивно одаренных детей не систематизированы, носят эпизодический характер и не являются эффективными.

Ростовская область всегда являлась «кузницей», одним из основных «поставщиков» спортсменов в сборные команды. На последних Олимпийских играх по количеству золотых наград мы на втором, а по общему количеству завоеванных медалей – на третьем месте среди субъектов Российской Федерации.

Однако уходят звезды, а достойной замены им нет. Глубокий анализ показал, что в Ростовской области ухудшается качество спортивного резерва, оно не соответствует в полной мере уровню подготовки кандидатов в члены сборных команд Российской Федерации.

Чтобы сохранить наши традиции, необходимо организовать постоянный конвейер по подготовке конкурентоспособных спортсменов.

Отсутствие эффективной системы селекционного отбора и спортивной ориентации – это главная проблема не только в Ростовской области, но и во всех регионах Российской Федерации. Ухудшается качество спортивного резерва: проходит не отбор, а набор в секции. Более 30 % спортсменов занимаются не своим видом спорта, на их подготовку тратятся средства, силы,

время. Наиболее здоровые и мотивированные дети живут в деревнях и селах, они нами слабо охвачены. Тренеры занимаются с теми, кто к ним пришел, это городские жители, те, кто рядом. Необходимо помочь спортивно одаренным детям из сел найти путь в большой спорт.

В Ростовской области создается эффективная система спортивного отбора и ориентации в циклических видах спорта на примере гребного спорта. Она должна быть простой, доступной и экономной.

Задачей первого этапа отбора является определение целесообразности занятий гребным спортом для ребенка.

Критерии отбора: возраст, благоприятный для начала занятий; отсутствие серьезных отклонений в состоянии здоровья и склонности к заболеваниям, препятствующим занятиям спортом; соответствие телосложения требованиям вида спорта; двигательные способности; особенности биологического созревания; свойства нервной системы; развитие физических качеств.

Учитывая сенситивные периоды развития физических качеств, мы считаем оптимальным возрастом для начала занятий гребным спортом – 12 лет.

Нами осуществляется следующая идея: на первом этапе отбора мы охватываем максимальное количество детей, с минимальными финансовыми затратами, на рис.2 представлена организационная структура системы спортивного отбора в Ростовской области.

Рабочая группа «просеивает» около 100000 детей из 12 городов и 43 районов области по состоянию здоровья и результатам выполнения норм ГТО.

Селекционеры из территорий просматривают местные физкультурно-массовые и спортивные соревнования. Таким образом, формируются списки кандидатов для тестирования, которое в назначенное время проводит наша выездная мобильная группа в городах и районах Ростовской области.

На базе УОР ежемесячно проводится работа постоянно действующей комиссии по предварительному спортивному отбору и ориентации детей и подростков из Ростова-на-Дону, и близлежащих населенных пунктов, также тех, кто по какой-либо причине не проходили тестирование в территориях.

Тестирование детей проводится по пяти группам показателей: состояние здоровья, антропометрические, психологические, функциональные и физической подготовленности.

Данные обрабатываются и заносятся в «Электронную базу данных спортивно одаренных детей Ростовской области».



Рис. 1. Этапы спортивного отбора и ориентации

Особо одаренные спортсмены могут быть сразу включены в состав «экспериментальной группы» с зачислением в УОР.

Дети, которые по возрасту и уровню подготовки не попадают в УОР, рекомендуются в спортивную школу-интернат или спортивные школы.

Те, кто не прошел отбор в гребной спорт рекомендуется в другие виды спорта.

Задачей второго этапа спортивного отбора является готовность спортсмена к эффективному спортивному совершенствованию.

Основными критериями являются: отсутствие отклонений в состоянии здоровья; соответствие морфофункциональных особенностей, энергетического потенциала, двигательных способностей и психики, избранному виду спорта;



Рис. 2. Организационная структура системы спортивного отбора в Ростовской области.

подверженность основных функциональных систем адаптационным перестройкам под влиянием тренировки.

Кроме основных критериев необходимо учитывать:

- способность к освоению спортивной техники;
- способность к быстрому восстановлению после тренировочных и соревновательных нагрузок;
- стремление к напряженной подготовке к достижению высоких спортивных результатов;
- поддержка и ответственность родителей, семьи и их возможности по созданию условий для напряженной спортивной подготовки;
- желание соревноваться.

На первых этапах отбора важно удержаться от преждевременной специализации спортсмена, учитывая темпы биологического созревания, не допускать форсирования подготовки.

На втором этапе тренерский совет спортивной федерации и рабочая группа федеральной экспериментальной площадки (далее - ФЭП), на основании УМО, результатов тестирования и спортивных результатов, формируют команду для подготовки к Спартакиаде учащихся, и рекомендует их для зачисления в УОР.

Команда обеспечивается всем необходимым, их подготовка сопровождается специалистами рабочей группы ФЭП, два раза в год проводится УМО, проводится этапный, текущий и оперативный контроль состояния спортсмена, по результатам которого подводятся итоги, и определяется рейтинг спортсменов.

После выступления на Спартакиаде учащихся, проводится отбор на третий этап и делается корректировка критериев отбора первого этапа.

Задачами третьего этапа являются оценка возможности достижения спортсменами высокого мастерства и попадание в состав сборной команды России.

Основными критериями являются – резервы здоровья и основных функциональных систем, обеспечивающих достижение результатов международного уровня; устойчивая мотивация к достижению наивысших результатов; психологическая и функциональная готовность к перенесению больших нагрузок; уровень тех-

ническо-тактической, физической и психологической подготовленности.

К числу важнейших качеств спортсмена, определяющих результат на этом этапе, относятся:

- необходимый уровень интеллекта, позволяющий осмысленно совершенствовать совместно с тренером методику спортивной подготовки, общаться с врачом, научными работниками и другими специалистами, анализировать содержание подготовки, результаты тестирования, контролировать выполнение индивидуального плана, предлагать и вносить коррективы в свою подготовку;
- стремление к наивысшим результатам и победам, уверенность в собственных силах и возможностях, высокое чувство собственного достоинства;
- отсутствие самоуверенности, объективность, способность критически оценивать собственные действия, делать выводы из ошибок и поражений;
- умение переносить высокие тренировочные и соревновательные нагрузки, преодолевать тяжелое утомление и быстро восстанавливаться;
- отсутствие страха перед сильными конкурентами, стремление к соревнованиям с сильнейшими спортсменами, способность показывать наилучшие результаты в главных соревнованиях в условиях острейшего соперничества;
- внимательное отношение к своему здоровью, вдумчивая работа над профилактикой травм и заболеваний;
- ответственное отношение к образу жизни, строгое соблюдение режима, подчиненного эффективной подготовке;
- постоянный анализ рациона питания, качества продуктов и их соответствия особенностям тренировочного процесса и индивидуальным особенностям, уверенность в применении фармакологических средств, исключая использование допинга.

На третьем этапе тренерский совет спортивной федерации и рабочая группа ФЭП, на основании спортивных результатов, результатов тестирования и УМО, формирует сборную

команду области. Команда обеспечивается всем необходимым, сопровождается специалистами рабочей группы ФЭП и готовится к соревнованиям для попадания в состав сборной команды Российской Федерации.

По результатам работы делается корректировка критериев на первом и втором этапах отбора.

Задачей четвертого этапа является оценка перспектив достижения спортсменом результатов международного уровня.

Основные критерии – степень мотивации к завоеванию вершин мастерства и отсутствие препятствий к этому по состоянию здоровья; психологическая и функциональная подготовленность к перенесению тренировочных и соревновательных нагрузок, в том числе в сложных условиях – непривычном или неблагоприятном климате, при смене часовых поясов, в условиях жары, среднегорья, психологически напряженной атмосферы ответственных соревнований; способность к максимальной реализации достигнутого уровня подготовленности в условиях острой конкуренции в глав-

ных соревнованиях и к достижению в таких соревнованиях личных рекордов; способность к адекватному восприятию соревновательной ситуации, варьированию компонентами технической, тактической и других видов подготовленности; социальное и материальное положение, благоприятствующее продолжению спортивной карьеры.

На четвертом этапе остаются только члены сборных команд Российской Федерации. Они обеспечиваются всем необходимым в Федеральном центре и в области. При необходимости и по согласованию с главным тренером сборной команды получают сопровождение тренировочного процесса, когда находятся в г. Ростове-на-Дону. Рабочая группа ФЭП изучает и анализирует результаты их обследований, тестирований и спортивные результаты для корректировки критериев на начальных этапах отбора.

Обращаю внимание, что эта система уже работает. Пока это «сырой» вариант, наша задача - поднять качество результата как можно выше. Это не разовая акция, а система, конвейер по подготовке спортивного резерва. ■





НОВОСТИ • ИНТЕРВЬЮ ФОТОГРАФИИ • ВИДЕО

СТАНЬ ПОДПИСЧИКОМ НАШЕЙ ГРУППЫ В КОНТАКТЕ
И ЧИТАЙ О СЕБЕ И СВОИХ ДРУЗЬЯХ,
ДЕЛИСЬ ФОТОГРАФИЯМИ С СОРЕВНОВАНИЙ
И УЧАСТВУЙ В КОНКУРСАХ!



vk.com/fcpsr_ru



ФГБУ «Федеральный центр
подготовки спортивного
резерва»

**Директор и главный
редактор:**

Константин Вырупаев

**Ответственный
секретарь:**

Дарья Панова

Верстка и дизайн:

Алексей Новиков

Авторы публикаций:

И.Г. Аксенова,
У.З. Ахмадуллин,
Х.М. Ахмадуллина,
А.А. Беккер,
А.А. Беляева,
Е.В. Бирюлина,
К.А. Бирюкова,
К.В. Вырупаев,
Е.Г. Гирьатович,
Т.Г. Григорьева,
А.Н. Гуляева,
Н.Н. Гуляев,
Е.И. Емельянов,
А.Г. Кайдаракова,
В.Н. Ким,
С.О. Ключников,
Л.В. Коваленко,
А.П. Койносов,
В.Н. Коновалов,
Г.Б. Кривулина,
В.А. Курашвили,
П.И. Лидов,
В.Ф. Малышкин,
А.В. Мельников,
Б.Н. Найданов,
Б.Г. Ничипуренко,
С.А. Парастаев,
В.К. Райков,
Г.Г. Семенихина,
Н.А. Титова,
А.Г. Ткаченко,
Ю.Н. Федосов,
Т.В. Фендель,
В.С. Фещенко,
С.С. Филиппов,
А.Е. Шестопалов,
А.В. Шляпников.

Фото:

В журнале использованы иллюстрации, предоставленные авторами, а также фотографии из архива ФГБУ ФЦПСР

Адрес редакции:

105064, г. Москва,
ул. Казакова, 18
Тел.: +7 (499) 941-13-01
sekretar.fcpsr@gmail.com
fcpsr.ru

Территория

распространения:

Россия



fcpsr.ru



