

Вплив професіоналізації легкоатлетичного спорту на вікові межі збереження вищої спортивної майстерності спортсменів високої кваліфікації

Козлова О.К.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація:

Визначено вікові особливості спортсменів високої кваліфікації, які спеціалізуються у різних видах легкої атлетики. Встановлено, що професіоналізація легкоатлетичного спорту сприяє розширенню вікових меж виступів спортсменів на світовій спортивній арені на високому професійному рівні. Найбільша кількість спортсменів, вік яких перевищує 30 років, спеціалізується у таких видах легкої атлетики: спортивна ходьба 50 км (чоловіки) – 56,7%; метання молота (чоловіки) – 46,7%; метання диска (жінки) – 46,7%.

Козлова Е.К. Влияние профессионализации легкоатлетического спорта на возрастные границы сохранения высшего спортивного мастерства спортсменов высокой квалификации. Определены возрастные особенности спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в различных видах легкой атлетики. Установлено, что профессионализация легкоатлетического спорта способствует расширению возрастных границ выступления спортсменов на мировой спортивной арене на высоком профессиональном уровне. Наибольшее количество спортсменов, возраст которых превышает 30 лет, специализируются в таких видах легкой атлетики: спортивная ходьба 50 км (мужчины) – 56,7%; метание молота (мужчины) – 46,7%; метание диска (женщины) – 46,7%.

Kozlova O.K. The impact of track and field sports professionalization on age limits of athletes sports skills qualifications saving. The age-related features of elite athletes were defined track-and-field events. It was established, that professionalization of track-and-field sport assists the expansion of the age limits elite athletes performances on a world of sporting arena. The most of sportsmen age of which exceeds 30 years is specialized in such of track-and-field events: race walking 50 km (men) – 56,7%; hammer throw (men) – 46,7%; discuss throw (women) – 46,7%.

Ключові слова:

вік, види легкої атлетики, професіоналізація.

возраст, виды легкой атлетики, профессионализация.

age, track-and-field events, professionalization.

Вступ.

Сучасна підготовка спортсмена – складний багаторічний процес, в основі якого лежить безліч закономірностей техніко-тактичного, фізичного, психічного вдосконалення, що вимагає величезних обсягів роботи, котрі ґрунтуються на фізичних і психічних навантаженнях [4]. Структура процесу підготовки базується на об'єктивно існуючих закономірностях становлення спортивної майстерності, які обумовлюються чинниками, що визначають ефективність змагальної діяльності й оптимальну структуру підготовленості, визначається особливостями адаптації, індивідуальними особливостями спортсменів, термінами основних змагань і їхньою відповідністю оптимальному для досягнення найвищих результатів віку легкоатлетів [5]. Якщо у 1970-х роках панувала яскраво виражена тенденція до омолодження спортсменів у багатьох видах спорту, то у легкій атлетиці кількісні показники, що стосуються віку переможців і фіналістів Ігор Олімпіад 1896–1972 рр., були стабільними [2]. Проте серйозні соціально-політичні й економічні зміни, що сталися у світі у наприкінці 1980-х – на початку 1990-х років, сприяли появі цілого комплексу тенденцій розвитку спорту вищих досягнень, що обумовлюють його істотну відмінність від того, котрий існував раніше, до якого входить професіоналізація спорту. Офіційно спортсмени стали професіоналами (відповідно до правових документів МОК спортсменом-професіоналом вважається той, хто підписав трудовий контракт із організацією або приватною особою і цим визнав, що спорт є його основною трудовою діяльністю), їхня основна професія – спорт. Спортсмен-професіонал розглядається як кваліфікований фахівець, який професійно виконує свою роботу і отримує за неї адекватну винагороду. Інтенсивні процеси професіоналізації, що бурхливо розвиваються, нині вносять корективи

до вікових меж, усталених за довгі роки, що потребує детального вивчення.

Світова спортивна практика свідчить, що у фіналах найбільших міжнародних спортивних форумів збільшилася кількість легкоатлетів, вік яких перевищує 30–35 років. Серед них видатні легкоатлети сучасності, які виступають на високому світовому рівні понад 15–20 років, багатьом з них немає рівних в їхніх легкоатлетичних дисциплінах. В умовах професіоналізації особливого значення набуває проблема уточнення вікових характеристик легкоатлетів для раціональної побудови багаторічної і річної підготовки, впровадження в тренувальний процес високоефективних засобів, що сприяють збереженню досягнень.

Дослідження виконано згідно зі Звідним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. за темою 2.2. «Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації (на прикладі легкої атлетики)».

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета дослідження: Удосконалення підготовки спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації на основі визначення віку спортсменів, які спеціалізуються у різних видах легкої атлетики.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури й інформації світової мережі Internet; аналіз документів Міжнародної асоціації легкоатлетичних федерацій, даних інформаційної бази легкої атлетики (All – Athletics), друкованих і електронних джерел Асоціації статистиків із легкої атлетики (Association of Track & Field Statisticians – ATFS); Європейської асоціації легкої атлетики (European Athletics Association), континентальних легкоатлетичних асоціацій і федерацій з легкої атлетики різних країн світу; методи статистичного аналізу.

Результати дослідження.

Аналіз віку спортсменів високої кваліфікації, які показали кращі спортивні результати у 2009 р. в різних видах

Вікові межі зон спортивних досягнень у легкій атлетичі

Вид легкої атлетики	Вікові межі					
	перших успіхів		оптимальних можливостей		підтримання високих результатів	
	чоловіки	жінки	чоловіки	жінки	чоловіки	жінки
Біг, м						
100, 200, 400	19–21	18–20	22–26	20–24	27–28	25–26
800, 1500	21–23	19–21	24–26	22–25	27–30	26–28
5000, 10000	21–23	–	24–27	–	28–32	–
42,195	25–26	–	27–30	–	31–35	–
Бар'єрний біг, м						
100	–	18–20	–	21–24	–	25–27
110	22–23	–	24–26	–	27–28	–
400	22–23	–	24–26	–	27–28	–
Біг 3000 м з перешкодами	24–25	–	26–28	–	29–30	–
Спортивна ходьба, км						
20	25–26	–	27–29	–	30–32	–
50	26–27	–	28–29	–	31–35	–
Стрибок						
у висоту	20–21	18–20	22–26	21–25	27–30	26–28
з жердиною	21–22	19–21	23–27	22–26	28–30	27–29
у довжину	21–22	18–20	23–27	21–25	28–30	26–28
потрійний	21–22	18–20	23–27	21–25	28–30	26–28
Метання						
штовхання ядра	22–23	20–21	24–28	22–25	29–32	26–28
диска	23–24	20–21	25–29	22–25	30–33	26–28
списа	24–25	20–22	26–29	23–26	30–33	27–29
молота	24–25	–	26–30	–	31–33	–
Десятиборство	23–24	–	25–28	–	29–30	–
Семиборство	–	21–22	–	23–25	–	26–28

легкої атлетики, свідчить, що нині 42,71 % спортсменів ($n = 1290$) знаходиться у зоні підтримання високих спортивних результатів, з них: 31,21 % чоловіків ($n = 660$) і 54,76 % жінок ($n=630$). Кількість жінок на 23,55 % перевищує показники чоловіків [1]. Вікові межі зон спортивних досягнень у легкій атлетичі за даними В.М. Платонова [5] та Н.Г. Озоліна [3] наведено у табл. 1.

Середній вік спортсменів, які спеціалізуються у різних видах легкої атлетики, такий: чоловіки – $\bar{X} = 26,0$; $S=1,77$ року; жінки – $\bar{X} = 26,2$; $S=1,46$ року (табл. 2).

Мінімальний вік легкоатлетів (30 кращих спортсменів року за спортивними результатами) – 17 років, а максимальний – 52 роки (див. табл. 2). Вік спортсменів, що перевищує 30 років, які показали 30 кращих спортивних результатів у окремих видах легкої атлетики у 2009 р. мають 18,94 % чоловіків і 21,43 % жінок. У чоловіків він наближається до межі 35 років, а у жінок 36 років. Під впливом професіоналізації продовжують свою кар'єру легкоатлети, вік яких перевищує 40 років, а в окремих випадках – 50 років. Наприклад, Сергій Литвинов у віці 52 роки має 26-й результат у світі у метанні молота. Разом із цим мінімальні вікові межі характерні для окремих спортсменів, в основному Африканського континенту (Кенії та Ефіопії), що обумовлено яскраво вираженими індивідуальними особливостями і генетичними чинниками.

Специфіка виду легкої атлетики впливає на збереження досягнень. Найвищі вікові показники підтримання на високому рівні досягнень для спортсменів, які спеціалізуються у видах легкої атлетики, подано на рис. 1.

Найвищі вікові показники збереження досягнень характерні для спортсменів, які спеціалізуються у спортивній ходьбі на 50 км (чоловіки) – 80 %; у метанні диска (жінки) – 76,7 %; у марафонському бігу

(жінки) – 73,3 %; у бігу на 800 м (жінки) – 73,3 %; у стрибку в довжину (жінки) – 66,7; у стрибку з жердиною – 66,7 % (жінки); у бігу на 10000 м – 66,7 % (жінки).

Найбільша кількість спортсменів, вік яких перевищує 30 років, спеціалізується у спортивній ходьбі 50 км (чоловіки) – 56,7 %; метання молота (чоловіки) – 46,7%; метання диска (жінки) – 46,7%.

Висновки.

1. Аналіз науково-методичної літератури і передової спортивної практики свідчить про необхідність вивчення впливу професіоналізації на вікові межі спортсменів високої кваліфікації.
2. Результати досліджень дають підстави вважати, що професіоналізація легкоатлетичного спорту сприяє розширенню вікових меж виступів спортсменів на світовій спортивній арені на високому професійному рівні. Так, 42,71 % спортсменів ($n=1290$), які спеціалізуються у різних видах легкої атлетики, знаходяться у зоні підтримання високих спортивних результатів, із них: 31,21 % чоловіків ($n=660$) і 54,76 % жінок ($n=630$). Підвищилась кількість спортсменів, вік яких перевищує 30 років: чоловіки – 18,94 %; жінки – 21,43 %.
3. Перспективи подальших досліджень проблеми збереження досягнень легкоатлетів високої кваліфікації слід пов'язувати з раціональною побудовою підготовки, впровадженням сучасних технологій у тренувальний процес, вивченням питань соціальної захищеності спортсмена, підвищення ефективності медичного забезпечення, профілактикою травматизму з урахуванням тенденції розширення вікових меж спортсменів в умовах професіоналізації.

Вік спортсменів високої кваліфікації (n=1290), які спеціалізуються у різних видах легкої атлетики в умовах професіоналізації

Вид легкої атлетики	Вік, років							
	чоловіки (n=660)				жінки (n=630)			
	min	max	\bar{X}	S	min	max	\bar{X}	S
Біг 100 м (n=30)	19	32	24,7	2,93	20	38	25,0	3,05
Біг 200 м (n=30)	18	32	25,0	2,55	20	33	25,2	2,83
Біг 400 м (n=30)	17	31	23,7	2,57	20	33	25,7	3,32
Біг 800 м (n=30)	19	31	24,8	2,92	18	33	26,5	3,17
Біг 1500 м (n=30)	20	33	24,6	2,55	18	34	26,3	3,72
Біг 5000 м (n=30)	19	35	24,0	3,43	18	35	24,7	3,55
Біг 10000 м (n=30)	19	31	23,5	2,39	20	40	27,1	4,27
Марафонський біг	20	37	28,2	3,83	21	39	29,2	4,74
Бар'єрний біг 100 м (n=30)	–	–	–	–	21	35	27,2	3,71
Бар'єрний біг 110 м (n=30)	21	31	25,5	2,43	–	–	–	–
Бар'єрний біг 400 м (n=30)	18	37	25,4	3,38	19	32	25,2	3,32
Біг 3000 м з перешкодами (n=30)	19	36	25,2	3,48	17	34	23,5	3,92
Стрибок у висоту (n=30)	17	38	26,3	3,32	18	35	25,5	3,52
Стрибок з жердиною (n=30)	21	37	27,2	4,09	19	38	26,3	2,81
Стрибок у довжину (n=30)	19	32	25,4	3,31	17	41	26,5	3,93
Потрійний стрибок (n=30)	18	38	25,4	3,29	18	37	26,9	4,12
Штовхання ядра (n=30)	19	35	27,6	3,43	19	35	25,8	3,80
Метання диска (n=30)	21	37	27,7	3,90	19	49	29,9	5,81
Метання молота (n=30)	22	52	29,6	3,85	21	33	26,7	2,69
Метання списа (n=30)	21	36	26,5	2,97	20	39	26,7	4,16
Спортивна ходьба 20 км (n=30)	20	33	25,2	3,25	20	36	26,33	3,98
Спортивна ходьба 50 км (n=30)	22	40	30,1	4,53	–	–	–	–
Десятиборство (n=30)	21	35	25,9	3,23	–	–	–	–
Семиборство (n=30)	–	–	–	–	21	34	24,4	2,41

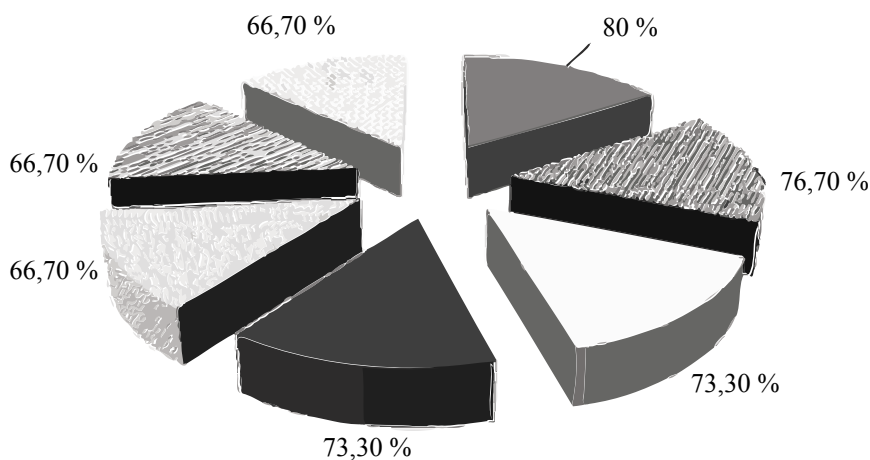


Рис. 1. Найвищі вікові показники збереження досягнень:

80 % – спортивна ходьба на 50 км (чоловіки); 76,70 % – метання диска (жінки);
 73,30 % – марафонський біг (жінки); 73,30 % – біг на 800 м (жінки);
 66,70 % – стрибок у довжину (жінки); 66,70 % – стрибок із жердиною (жінки);
 66,70 % – біг на 10 000 м (жінки)

Література:

1. Козлова Е.К. Возрастные особенности спортсменов высокой квалификации в различных видах легкой атлетики в условиях профессионализации / Е.К. Козлова // Probleme actuale metodologiei pregătirii sportivilor de performanță (21-22 octombrie 2010). – Chisinau: Editura USEFS, 2010. – P. 171–175.
2. Модельные характеристики легкоатлетов / В.В. Кузнецов, В.В. Петровский, Б.Н. Шустин. – К. Здоров'я, 1979. – 88 с.
3. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н. Г. Озолин. – М.: Астрель; АСТ, 2006. – 864 с.: ил. – (Профессия – тренер).
4. Олимпийский спорт / В.Н. Платонов, С.Н. Бубка, М.М. Булатова [и др.]; под общ. ред. В.Н.Платонова. – К.: Олимп. л-ра, 2009. – Т.2. – 696 с.
5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. л-ра, 2004. – 808 с.

Надійшла до редакції 04.03.2011 р.
 Козлова Елена Константиновна
 elena-nayka@yandex.ru