

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра спортивных дисциплин

АВТОРЕФЕРАТ

студента 2 курса
направление 49.04.01 Физическая культура

профиль подготовки Физкультурно-оздоровительные технологии

Института физической культуры и спорта

Поршнева Никиты Дмитриевича

**Тема работы. Проблемы переходного периода юниоров в сборную
команду России по биатлону**

Научный руководитель

Доцент
подпись, дата

В.Н. Мишагин

Зав. кафедрой,
кандидат педагогических наук

В.Н. Мишагин

Саратов 2020

1. Общая характеристика работы

Актуальность исследования. Спортивная карьера – это деятельность спортсмена, направленная на достижение определенных целей в спорте, развитие в соответствии с целями, желаниями и установками. Успешность спортивной карьеры зависит от многих факторов, и прежде всего от грамотно построенного тренировочного и соревновательного процесса, от слаженной работы системы «тренер – спортсмен», готовности спортсмена к преодолению повышенных психологических и физических нагрузок в избранном виде спорта, и, наконец, от правильного отбора.

В настоящей квалификационной работе мы рассматриваем **проблему** отбора спортсменов в состав сборной страны в период перехода их из юношеского спорта (включая промежуточный этап – юниорский) в спорт высших достижений.

Объект исследования: процесс отбора в сборную команду России по биатлону в период перехода из юношей в спорт высших достижений.

Предмет исследования: факторы, влияющие на успешность соревновательной деятельности юношей в период адаптации в категории спортсменов основного возраста.

Исходя из актуальности исследования, нами была определена **цель исследования:** выявить и обосновать причины, вызывающие трудности перехода (адаптаций) из юниорского возраста в категорию спортсменов основного возраста и возможные пути их преодоления.

Гипотеза исследования состояла в том, что успешность перехода из юниорского возраста в спорт высших достижений зависит от таких факторов, как адаптация к повышенным тренировочным и соревновательным нагрузкам, материально-методическое обеспечение спортивной подготовки и выступлений на соревнованиях, адекватность критериев для отбора в сборные команды страны.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие **задачи:**

- ✓ определить теоретические основы спортивной карьеры;
- ✓ исследовать основные факторы, влияющие на переход спортсменов-юниоров в спорт высших достижений;
- ✓ проанализировать критерии отбора для попадания в сборную России по биатлону Правлением Союза биатлонистов России на сезон 2018/2019 г;
- ✓ выявить объем тренировочной и соревновательной нагрузок;

Методы исследования:

- ✓ анализ научно-методической литературы;
- ✓ анкетирование;
- ✓ анализ документальных источников.
- ✓ Анализ документов Правления Союза Биатлонистов России

Практическая значимость:

Данные полученные в результате нашего исследования могут быть использованы тренерами, специалистами и спортсменами.

В первой главе «Аналитический обзор литературы» мы рассматриваем теоретические аспекты становления карьеры спортсменов и возрастную периодизацию в спорте, а также факторы, влияющие на карьеру спортсменов юниорского возраста и критерии отбора в сборную России по биатлону для участия в главных стартах сезона 2019/2020.

Глава вторая освещает методы и основные вопросы организации нашего исследования.

Третья глава посвящена обсуждению полученных результатов исследования, анализу результатов анкетирования. Мы также проанализировали динамику объемов тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов и сравнили зависимость количества спортсменов юниоров и основного возраста от фактора конкуренции.

Теоретические аспекты становления карьеры спортсменов

С 90-х гг. XX века одной из ведущих проблем психологии спорта является проблема кризисов спортивной карьеры. И, если спорт высших достижений был всегда в центре внимания исследователей, то детско-юношескому спорту уделялось недостаточно внимания. И практически совершенно не изучались причины завершения карьеры и сложности, возникающие у спортсменов при переходе от одного этапа карьеры к другому.

Однако в последнее десятилетие в работах исследователей появилась тенденция понимания важности и значимости изучения вопросов продолжения и завершения карьеры спортсменами, как с теоретической, так и с практической точек зрения.

Выделяют три основных признака любой карьеры:

- а) плодотворная многолетняя деятельность человека в избранной сфере деятельности;
- б) нацеленность на большой успех;
- в) постоянное самосовершенствование субъекта в своей области.

Следуя данным признакам, по мнению Стамбуловой Н.Б., спортивная карьера – это многолетняя спортивная деятельность, связанная с постоянным самосовершенствованием человека в одном виде спорта и нацеленная на высокие спортивные достижения [33].

В работах немецкого исследователя Г. Буссмана дается следующее определение спортивной карьеры: «Спортивная карьера – это последовательность периодов в спорте, которые проходит спортсмен в течение длительного времени» [9].

. Возрастная периодизация в спорте

В современном мире растет тенденция «омоложения» спорта, соответственно вызывающая увеличение физических нагрузок в раннем возрасте. В разных видах спорта в возрасте от 14 до 25 лет спортсмены переживают кризис перехода из юношеского спорта во взрослый спорт, захватывая промежуточный этап – юниорский возраст.

В таблице 2 представлена возрастная классификация, которая подходит для большинства традиционных видов спорта. Исключения составляют такие виды спорта как художественная и спортивная гимнастика, где существует тенденция ранней специализации и бобслей, где спортсмены до 26 лет считаются юниорами [23].

Таблица 2 – Возрастные группы спортсменов на примере биатлоне.

Возрастные группы	Возраст (лет)
Младшая юношеская	Девушки и юноши 14-15
Старшая юношеская	Девушки и юноши 16-17
Подгруппа юниоров	Женщины и мужчины 18-19
Подгруппа молодежи	Женщины и мужчины 20-22
Группа взрослых спортсменов	Женщины и мужчины старше 18 лет

1). Младшая юношеская группа (девушки и юноши 14–15). Межличностное общение, общение с ровесниками, а также общение с взрослыми являются главной стороной жизни спортсменов данного возраста [11].

На этот период жизни спортсмена (Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П., 1994) приходятся первые успехи и первые разочарования на спортивной деятельности [1].

На данном этапе перед молодым спортсменом встают серьезные вопросы: продолжить ли обучение в школе после 9 класса или поступить в колледж/училище/техникум (или устроиться на работу), заканчивать серьезные занятия спортом или продолжать их, совмещая учебу и спорт и на чем сделать главный акцент [9].

Этот процесс самоопределения, по мнению Павловой О.И. (1999), легче проходит у тех спортсменов, чьи родители сами занимались спортом и чей опыт поможет принять правильное решение [28]. .

2). Старшая юношеская (девушки и юноши 16–17 лет). Для становления спортивной карьеры этот возраст считается критическим, так как, примерно с

16 лет у молодых людей наступает момент самоопределения в жизни и складывается системы устойчивых взглядов на мир.

Критерии отбора в сборную России по биатлону для участия в главных стартах сезона 2019/2020

Союз биатлонистов России опубликовал новую систему отбора на этапы Кубка мира. Теперь в сборную команду России попадут только сильнейшие спортсмены.

У специалистов критерии предыдущих лет вызывали ряд вполне обоснованных вопросов. Из всех сложных формулировок можно было вынести только одно: прошел спортсмен общую подготовку, понравился тренерам — будет зачислен в команду. Но болельщикам мудреные слова не интересны. Они ведь знают, что выступать на соревнованиях такого уровня должны лучшие: те, кто стабильно занимает призовые на Кубке мира и в totale не опускается ниже 15 места.

Тренерский штаб сборной России не мог вразумительно объяснить, почему в сборную попал тот или иной биатлонист. Эксперты приходили в шок из-за очередного отсутствия на этапах лидеров второй команды, а фанаты окрестили все происходящее сплошным блатом.

Из-за существовавшей, прямо скажем, неудачной системы отбора самый большой урон получила молодежь. Пока тренерский штаб сборных Норвегии и Германии активно привлекал в основную команду ребят с Кубка IBU, наши специалисты упорно не хотели замечать тех же Кайшеву или Пашенко. А если и вызывали в расположение сборной, то после одной неудачной гонки их привычно отправляли по домам.

Но с появлением новой системы отбора на этапы Кубка мира многое изменяется. Наконец-то появились адекватные критерии отбора в сборные команды.

Изменения, в первую очередь коснулись пресловутого критерия «по решению тренеров». Биатлонисты отбираются по результатам контрольных стартов во время централизованной подготовки, очкам и баллам.

Состав сборной команды на первые три этапа Кубка мира будет сформирован по итогам двух гонок (индивидуальной и спринта) на сборе в финском Конттиолахти. Выступать будут все: основная команда, резервная и допущенные дополнительно лидеры общероссийского рейтинга.

По результатам контрольных стартов и будет сформирована главная команда страны, состоящая из четырех мужчин и пяти женщин. Всего же в сборную будут включены по шесть человек тех и других.

За девушек особенно радостно, так как последние пару лет наша страна выступала в составе не по максимальной национальной квоте. Вместо 6 спортсменок выступало 5. Таким образом, у большего числа биатлонисток появляется шанс себя реализовать.

Но все же по одному спортсмену отберут тренеры. Главное, чтобы потом свой выбор они сумели грамотно и четко обосновать как подопечным, так и болельщикам. .

Методы исследования

Для решения поставленных задач исследования использовались следующие методы:

1. Теоретический анализ литературы – проводился с целью выявления степени изученности и разработанности исследуемой проблемы в специальной литературе.

Источники анализировались по следующим темам:

Понятие и этапы спортивной карьеры,

Условное деление юных спортсменов при занятиях спортом,

Факторы, влияющие на переход спортсменов юниорского возраста в «высшую лигу»,

Критерии отбора в сборную России по биатлону для участия в главных стартах сезона 2019/2020.

Был исследован и проанализирован 41 литературный источник.

2. Анализ документальных источников (дневники спортсменов, протоколы Чемпионата России и Первенства России (март 2018 г.)): в данной

исследовательской работе были изучены дневники спортсменов и протоколы соревнований в качестве документальных источников информации.

Благодаря данным, полученным из дневников, подтверждается предположение, что одной из проблем перехода спортсменов из юношеской сборной в возрасте 21 года во взрослую сборную является существенное повышение физической нагрузки, с которой не каждый спортсмен может успешно справиться.

Протоколы соревнований были изучены с целью выявления влияния на процесс перехода из юниорского возраста в спорт высших достижений и соответственно на спортивные результаты такого фактора как конкуренция.

3. Методы эмпирического исследования (беседа, анкетирование). В начале исследования были проведены беседы с биатлонистами, которые уже завершили свою карьеру спортсмена для выявления факторов, влияющих на успешность карьеры спортсмена: мотивации, отношения с родителями и тренером, конфликта учебы и спорта, трудностей тренировочного процесса (повышенные нагрузки) и других факторов.

Анализ результатов анкетирования

Анализируя результаты проведенного анкетирования, мы выявили следующее:

при ответе на первый вопрос «Что, по Вашему мнению, является основной проблемой при переходе из юниорской сборной во взрослую?» в качестве главного фактора 50% респондентов отметили – существенное повышение физической нагрузки, проценты по другим вариантам ответов распределились следующим образом:

- ✓ 13,6 % - финансовые трудности;
- ✓ 3,9 % - конфликты с тренером;
- ✓ 9,5% - семейные обстоятельства;
- ✓ 9,8% - отсутствие мотивации;

- ✓ 13,2% - другое (конкуренция, поддержка тренера и руководства, отсутствие высококвалифицированных специалистов, психология и т.д.).

Никто из респондентов не выбрал ответ конфликты с командой (0%). (см

При ответе на второй вопрос «Вы действующий спортсмен», целью которого было выявление основных причин завершения карьеры биатлонистов, 70,3% опрошенных заявили, что являются действующими спортсменами, 29,7% - уже завершили свою карьеру (см. рис. 2).

Среди окончивших карьеру спортсменов основными причинами ее завершения отмечали: финансовые трудности, переориентацию на другие интересы (семья, институт, тренерская деятельность), проблемы со здоровьем, психологическую нагрузку, отсутствие мотивацию, конфликт с тренером, отсутствие результатов.

Третий вопрос анкеты «Каких самых лучших результатов Вы достигли в юниорском возрасте» помогает нам оценить влияние спортивных результатов, достигнутых в юниорском возрасте на продолжение карьеры в спорте высших достижений (см. рис. 3). 37,8% респондентов были победителями и призерами международных стартов, 32,4% - победителями и призерами российских соревнований, 13,5% - участниками международных соревнований, 8,1% - победителями и призерами региональных соревнований, у 8,1% - не было особых спортивных результатов. Исходя из результатов данного анкетирования, можно констатировать следующее:

- ✓ основной причиной завершения спортивной карьеры в юниорском возрасте является повышенная физическая нагрузка, также многие спортсмены выбирали как основную проблему при переходе из юношеского спорта в спорт высших достижений – конкуренцию;
- ✓ одной из главных причин завершения спортивной карьеры, по мнению большинства респондентов, явилось отсутствие результатов, причем, сравнивая результаты опроса о достижениях в юниорском возрасте, то большинство молодых спортсменов в возрасте от 21 до 26 лет, бывших

призерами региональных соревнований, или не проявили особых результатов или завершили свою карьеру. Можно сделать вывод, что если в юниорском возрасте спортсмен был призером или участником международных стартов, то мотивация для занятий спортом будет более высокой, и соответственно спортсмен будет стремиться попасть во взрослую сборную;

- ✓ поступление в университет никак не влияет на спортивные результаты, если спортсмены получают спортивное образование, так как среди жизненных приоритетов спорт остается на первом месте, а образование на втором;
- ✓ основными мотивами к занятиям спортом являются самоутверждение (достижение высоких результатов) и финансовый мотив. Что касается финансового мотива, то он в основном был определен спортсменами, младше 40 лет. В отличие от респондентов, занимавшихся биатлоном во времена СССР, у которых на первом месте стояли интерес к спорту, самоутверждение и общение с друзьями, но никак не финансовый аспект;
- ✓ у некоторых респондентов наблюдался конфликт интересов между учебой и спортом, и выбор делался в сторону обучения и будущей карьеры;
- ✓ некоторые респонденты при ответе на первый вопрос выбирали ответ «семейные обстоятельства», далее наблюдалось, что у них не спортивное образование, что показывает, что родители считали, что спортивная карьера не серьезная вещь, поэтому дети идут чаще всего учиться не на спортивный факультет по совету или настоянию родителей.

Заключение

Спорт высших достижений нуждается в талантливых спортсменах, способных для достижения высоких результатов преодолевать большие физические и психологические нагрузки и быть конкурентно способным в соревновательной деятельности.

Однако большинство одаренной молодежи теряется на этапе перехода из массового спорта в спорт высших достижений и из юношеского спорта во взрослый спорт. Часто спортсмен, вышедший на уровень спорта высших достижений, сталкивается с массой проблем, среди которых и выбор приоритетных целей на дальнейшую жизнь, и поддержка или ее отсутствие ближайшего окружения, и возрастающая конкуренция со стороны партнеров по команде, но важнейшими факторами являются все же рост тренировочных и соревновательных нагрузок и критерии отбора спортсменов в сборные команды различного уровня. Грамотное и рациональное построение тренировочного процесса способствуют нивелированию трудностей перехода спортсменов-юниоров во взрослые команды, когда спортивные цели становятся главными жизненными целями, что определяет необходимость перестройки образа жизни в целом. Благодаря критериям отбора в сборную команду России спортсмены разного уровня имеют возможность проявить себя на протяжении всего сезона и выступить на соревнованиях международного уровня. Если не получилось попасть в команду на контрольных стартах, то это может произойти в середине или даже в конце сезона, что дает дополнительную мотивацию для спортсменов. Спортсмен мотивирован работать дальше, несмотря на первоначальные неудачи.

Список использованной литературы

1. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов. [Текст] / В.Г. Алабин, А.В. Алабин, В.П. Бизин М., 1994. 243 с.
2. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: в 2-х т. [Текст] / Б.Г. Ананьев М.: Педагогика, 1980. Т. I. 230 с. Т. II. 287 с.
3. Адольф В.А. Подготовка педагога к работе по личностному самоопределению старшеклассников [Текст] / В.А. Адольф // Изв. Сарат. ун-

та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2016. Т. 5. № 1(17). С. 82–85

4. Багадирова С.К. Психология спортивной карьеры // к курсу «Спортивная психология»: учеб. пособие. [Текст] / С.К. Багадирова Майкоп: «Магарин О.Г.», 2014. 243 с. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/6c78118b-3557-4cf5-9cfc-91328e6f44d2#185>

5. Баландин В.И. Психолого-педагогические основы прогнозирования в спорте: автореф. дис. ...д-ра пед. наук: 13.00.04. [Текст] / В.И. Баландин Баландин В.И. СПб., 2000. 35 с.

6. Бахрах И.И. Актуальные проблемы детской спортивной медицины [Текст] / И.И. Бахрах // Теория и практика физической культуры. 1996. № 12. С. 26–29

7. Борисова Н.Ю. Кризисы спорта высших достижений. Попытки предотвратить неминуемое [Электронный ресурс] [Текст] / Н.Ю. Борисова // Электрон. науч. журн. Междунар. студ. вестн. 2015. № 5. Режим доступа: <http://www.eduherald.ru/132-13250>