

Горбонос-Андропова Олена Русланівна

викладач кафедри водних видів спорту

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

АНАЛІЗ НОРМАТИВНИХ ДОКУМЕНТІВ З ПРОБЛЕМ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ВОДНОМУ ТУРИЗМІ

Анотація. У статті проведено детальний аналіз існуючих нормативних документів, які торкаються проблем підготовки спортсменів, що займаються водним туризмом. Виявлено недоліки та суперечності у їх підготовчому процесі.

Ключові слова: спортивний водний туризм, навчальна програма.

Актуальність. В сучасних умовах спостерігається зростання інтересу молоді до екстремальних видів спорту, зокрема водного туризму. При цьому питання підвищення рівня ефективності навчально-виховного та тренувального процесів в різних типах навчальних закладів залишається недостатньо дослідженим, що зумовлює актуальність нашого дослідження.

Мета – шляхом аналізу нормативних документів з проблем підготовки спортсменів у водному туризмі встановити недоліки та суперечності у їх підготовчому процесі.

Аналіз результатів та їх обговорення. Спортивний водний туризм належить до неолімпійських видів спорту, який є одним з наймасовіших і популярних в системі Міністерства освіти і науки України, який об'єднує понад 100 тисяч спортсменів серед учнівської молоді, який має свої особливості у побудові тренувального процесу, особливості змагальної діяльності, основою якої є участь у некатегорійних та категорійних походах, виконанні спортивних розрядів, звання «Майстер спорту України», суддівські звання. Водний туризм має свої правила проведення

змагань та походів, критерії оцінки, підвищення кваліфікації на семінарах, інструкторських практикумах [4].

Специфічність водного туризму від інших видів спорту полягає у подоланні штучних та природних перешкод під час походу чи змагань, взаємодії з водним середовищем, можливості сплаву на надувних чи каркасних судах, сольоно чи колективно (від 2 до 6 чоловік екіпаж). У водному туризмі ця специфічність проявляється в більшій мірі, так як постає необхідність тренуватися і змагатися на бурхливій воді [1].

Спортивний туризм, як і будь-який вид спорту, вимагає постійних тренувань для підтримки та вдосконалення всіх сторін підготовки.

Так, у водному туризмі здійснюється робота по відпрацюванню прийомів веслування та іншої роботи веслом, для чого значна частина тренувань має проходити на воді [2, 4].

Тренувальний процес спортсменів, які займаються водним туризмом, відбувається за індивідуальними програмами, які розробляє кожний клуб чи секція зі спортивного водного туризму самостійно, або ж за програмою позашкільної освіти «Водний туризм». Однак загальноприйнятої науково обґрунтованої програми підготовки спортсменів, які займаються водним туризмом на різних етапах підготовки, не виявлено.

Відповідно до наказу Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту від 18 травня 2009 року №1624 «Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл», зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 25 серпня 2009 року за № 797/16813, нами було встановлено, що мінімальний вік вихованців, які зараховуються до груп відділень з неолімпійських видів спорту комплексних дитячо-юнацьких спортивних шкіл за напрямком туризм, становить 10 років, норма тижневого режиму навчально-тренувальної роботи групи попередньої базової підготовки першого року складає 12 годин на тиждень. Крім того, з даного наказу вдалося встановити, що спортивний

туризм, який відноситься до неолімпійських видів спорту, має відповідні етапи підготовки та структуру побудови навчально-тренувального процесу як і олімпійські види спорту [3].

Але єдина існуюча навчальна програма для гуртків туристсько-краєзнавчого напрямку позашкільної освіти (спортивно-туристський профіль), блок «Водний туризму» [2], яка на даний час є єдиним стандартом по Україні (від 19.06.2013р.) і рекомендована Міністерством освіти і науки України, Українським державним центром туризму, краєзнавства та екскурсій учнівської молоді, розрахована лише на три роки навчання в гуртках та секціях відповідного профілю і охоплює лише етап попередньої базової підготовки.

Згідно з даною програмою для підготовки спортсменів відводиться лише 216 годин на рік, по 6 годин на тиждень, що вдвічі менше від зазначеного у наказі №1624 Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту. У програмі використовуються елементи участі в туристсько-краєзнавчих заходах, загальної туристської підготовки, фізичної підготовки, спеціальної туристської підготовки та краєзнавства.

Програму побудовано на основі блочного принципу, що формується шляхом включення блоків, частина яких є загальними для всіх видів туризму (вступ, фізична підготовка, загальнотуристська підготовка, підготовка та участь в туристсько-краєзнавчих заходах, підсумки), інші (краєзнавство та спеціальна туристська підготовка) обираються тренером відповідно до обраного виду туризму та напрямку роботи.

Тренер має право самостійно коригувати кількість годин, відведених на вивчення окремих тем, перерозподіляти навчальний час в залежності від місцевих умов, рівня підготовки спортсменів, запланованих походів та масових заходів тощо.

Обов'язковою складовою навчального процесу є участь спортсменів у одно-триденних туристських походах, а також участь у багатоденному

заліковому спортивному поході.

Програма передбачає участь у змаганнях, зльотах, інших масових заходах (в якості як учасників, так і суддів, організаторів). Можливе проведення екскурсій та/або експедицій з активними способами пересування, відповідно до нормативів МКК.

Обов'язковим елементом навчального процесу є проведення залікового багатоденного туристського походу відповідного рівня складності, який проводиться в літній час, поза межами сітки годин.

Визначення рівня досягнення прогнозованих результатів здійснюється шляхом участі юних спортсменів у походах та змаганнях відповідного рівня складності, а також на підставі виконання ними та присвоєння у встановленому порядку спортивних розрядів зі спортивного туризму.

Участь у змаганнях з водного туризму є обов'язковою частиною спортивної підготовки спортсменів, які займаються водним туризмом, завдяки чому спортсмен отримує технічний і змагальний досвід. Але недоліком є те, що спортсмена готують за єдиною методикою до змагань з водного туризму та веслувального слалому.

Крім того, головним недоліком спортивного тренування спортсменів, які займаються водним туризмом, є копіювання змісту тренування з інших дисциплін веслувального спорту [5], що не відображає специфіки водного туризму. Відсутність специфічності тренування в зимовому періоді та специфічності навантаження в змагальному періоді, вимагає оптимізації методики тренування туристів на початковому етапі з урахуванням усіх факторів, що впливають на спортивну підготовку.

Розподіл годин на різні види підготовки не відповідає сучасним потребам і рекомендаціям провідних вчених щодо побудови тренувального процесу спортсменів на етапі попередньої базової підготовки.

Так, згідно навчальної програми на фізичну підготовку спортсменів в

річному циклі тренувань пропонується відводити 48 годин [2].

Однак в програмі відсутній розподіл годин на загальну, спеціальну та допоміжну фізичні підготовки, що не дає можливості спортсменам здобути належний рівень фізичної підготовленості та подужати класифікаційні вимоги змагальних дистанцій та навантажень у спортивних походах.

В той же час 56 годин відводиться на підготовку та участь у 1-3-денному поході, змаганнях [2].

Необхідно звернути увагу, що в навчальній програмі відсутній розподіл годин на технічну, тактичну та інтегральну підготовки, а також розподіл годин фізичної підготовки на загальну, спеціальну і допоміжну фізичну підготовки. Важливим недоліком навчальної програми є відсутність періодизації тренувального процесу.

Слід зазначити, що система підготовки спортсменів у водному туризмі має певну циклічність тренувального процесу. Вона обумовлена календарем змагань, системою підготовки спортсменів, віковими особливостями спортсменів тощо.

Враховуючи викладене, зміст навчально-тренувального процесу спортсменів, які займаються водним туризмом повинен бути спрямований на підготовку спортсменів до майбутнього багатоденного походу та напруженого навчально-тренувального процесу в основному періоді багаторічного циклу тренувань, орієнтованого на виконання певних спортивних результатів. Він повинен включати сукупність спеціальних засобів і методів підготовки, що відрізняються від інших.

Підготовка повинна здійснюватися з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей спортсменів, сучасних тенденцій матеріально-технічного забезпечення в туризмі, регіональних особливостей та ін.

Також значним недоліком існуючої навчальної програми є те, що

вона розрахована лише на три роки, а сам навчально-тренувальний процес планується на суб'єктивному досвіді тренерів, що не завжди підкріплено сучасною теорією і методикою спортивної підготовки. Зміст програми не враховує індивідуальні особливості юних спортсменів; територіальні особливості; наявність матеріально-технічної бази; сучасні вимоги спортивного водного туризму; відсутні нормативи та шкали оцінок розвитку фізичних якостей для кожного року навчання. Виникає суперечність між традиційно сформованими підходами до тренувального процесу і постійно зростаючими вимогами до технічної та спеціальної фізичної підготовленості спортсменів, які займаються водним туризмом. До того ж багато фахівців І.Н.Слаутина, В.А.Володін, В.М. Веткін та ін. ставлять завдання освоєння юними спортсменами широкого діапазону ефективних технічних прийомів, а також здатності в найкоротші терміни адаптуватися до нових незвичних умов навколишнього середовища.

Порушуючи проблему фізичної підготовки та вдосконалення фізичних якостей спортсменів, які займаються водним туризмом, потрібно зазначити, що даний процес здійснюється на всіх етапах багаторічної підготовки. Однак найбільш фундаментальний, комплексний та цілеспрямований вплив на рівень фізичної підготовленості спортсменів, на думку Платонова В.М., реалізується саме на етапі попередньої базової підготовки, якому й необхідно приділяти значну увагу при плануванні роботи зі спортсменами, які займаються водним туризмом.

Література:

1. Закон України «Про туризм» від 18 листопада 2003 року. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.tada.gov.ua/laws/show/1282-15>.
2. Кондратенко О. М. Навчальна програма для гуртків туристсько-краєзнавчого напрямку позашкільної освіти (спортивно-туристський

профіль), комплекс «Водний туризму»./ О. М. Кондратенко. – Київ, 2013. – Випуск 2. – 119 с.

3. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки / Кабінет Міністрів України від 31 серпня 2011 р. № 828-р. – Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/828-2011-p>.

4. Правила змагань зі спортивного туризму. – Київ. – 2008. –146 с.

5. Володин В. Н. Учебная программа по гребному слалому для ДЮСШ и СДЮСШОР (этап начальной подготовки) / В. Н. Володин, Е. А. Короткова. – Тюмень : Вектор Бук, 2009. – 30 с.