

УДК 796.421:796.015.8(477)

Н. І. Прокопук – аспірант кафедри теорії та методики фізичного виховання Волинського національного університету імені Лесі Українки

Аналіз стану спортивної ходьби в Україні на основі виступів на кубках світу

Роботу виконано на кафедрі теорії та методики фізичного виховання ВНУ ім. Лесі Українки

У статті показано динаміку результатів виступів збірної команди України зі спортивної ходьби на кубках світу, зроблено порівняльну характеристику виступів жіночої команди України із кращими результатами.

Ключові слова: спортивна ходьба, жіночий спорт, кубки світу, спортивні результати.

Прокопук Н. І. Анализ состояния спортивной ходьбы в Украине на основе выступлений на кубках мира. В статье показано динаміку результатів виступів збірної команди України по спортивній ходьбі на Кубках мира, зроблено порівняльну характеристику виступів жіночої команди України з кращими результатами.

Ключевые слова: спортивная ходьба, женский спорт, кубки мира, спортивные результаты.

Prokopuk N. I. Ukrainian Walking Race Competitions at the World Championships and Their Analysis.

The article highlights the changes of the Ukrainian walking race Combined Team Results for a World Cup. The Ukrainian walking race team results are compared with those of other teams' best results.

Key words: walking race, women sports, World Cup, sport results.

Постановка проблеми. У сучасному спорті вищих досягнень особливий інтерес викликають масовість та розвиток жіночого спорту. Жінки беруть участь у змаганнях із таких видів спорту, які в минулому вважалися тільки чоловічими. Підтвердженням цього є той факт, що в олімпійській програмі залишилося лише чотири види спорту, які не освоїли жінки. У деяких видах спорту темпи приросту світових та національних рекордів у жінок вищі, ніж у чоловіків [2].

Для успішного виступу спортсменок нашої держави слід постійно вивчати й аналізувати виступи сильніших спортсменок Європи та світу, застосовувати новітні підходи до побудови тренувань, застосовувати їх у змагальній діяльності.

Характерною рисою останніх років є те, що прогресує ріст результатів українських та закордонних спортсменок. Це зумовлює посилення конкуренції і на внутрішніх, і на міжнародних змаганнях усіх рівнів.

Проблема аналізу виступів спортсменів на міжнародних змаганнях є актуальною не тільки у спортивній ходьбі, що засвідчує перспективу використання та застосування отриманих даних із практичною метою. Використовуючи отримані дані, можна прогнозувати реальне місце спортсменів на відповідальних змаганнях, враховуючи динаміку результатів офіційних відбіркових змагань. Досягнення певної точки результативності дає спортсменові відповідні шанси відбиратися й успішно виступати на міжнародних змаганнях.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У багатьох країнах світу популярність спортивної ходьби серед жінок – одного з наймолодших видів легкої атлетики – постійно зростає. У 1979 році спортивна ходьба на дистанції 5 км серед жінок уперше з'явилася як офіційний вид спорту у програмі міжнародних легкоатлетичних змагань. Із 1983 року на Кубку світу (Берген, Норвегія) спортсменки долали дистанцію 10 км. У 1992 році українські спортсменки дебютували на Олімпійських іграх у Барселоні. На Кубку світу 1999 року (Мезідон – Канон, Франція) жінки стартували на дистанції 20 км [1; 5].

Отож жінки подолали ще один чоловічий вид спорту – спортивну ходьбу на 20 км, що потребує прояву витривалості та високого рівня функціональних можливостей їх організму. Водночас великі фізичні й емоційні навантаження є однією з причин перенапруження регуляторних систем, виснаження адаптаційного резерву жіночого організму та може призвести до скорочення термінів виступів жінок у спорті вищих досягнень.

Сьогодні не викликає сумнівів той факт, що управління спортивною підготовкою жінок-спортсменок має особливості, пов'язані зі зміною фізичної працездатності протягом менструального циклу. Саме в цьому полягає важливий фактор у підготовці спортсменок до змагань – індивідуальний підхід [3; 4].

Мета дослідження – проаналізувати та визначити тенденції зміни результатів кращих закордонних й українських спортсменів за їх виступами на кубках світу.

Завдання дослідження:

- 1) проаналізувати виступи збірної команди України зі спортивної ходьби на кубках світу за період 1993–2006 рр.;
- 2) зробити порівняльний аналіз результатів проходження дистанції українськими спортсменками із кращими результатами на кубках світу.

Методи дослідження:

- 1) аналіз й узагальнення науково-методичної літератури;
- 2) вивчення й узагальнення передового практичного досвіду підготовки висококваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються зі спортивної ходьби;
- 3) педагогічні: спостереження за змагальною діяльністю;
- 4) математичної статистики.

Для поглибленого аналізу виступів із сучасної спортивної ходьби серед жінок ми брали до уваги результати кубків світу. Це дасть більш глобальне уявлення про динаміку виступів сильніших українських спортсменок на міжнародній арені.

Результати досліджень та їх обговорення. Виступ на змаганнях міжнародного рівня збірна України зі спортивної ходьби розпочала вперше в 1993 році на Кубку світу в Монтерей (Мексика). Спочатку спортсменки змагалися на дистанції 10 км і лише з 1999 року – на дистанції 20 км [5].

Як видно з табл. 1, перші виступи на міжнародній арені були не зовсім успішні. Два кубки поспіль команда займала 18-те місце. Результати усіх подальших виступів, крім 2004 року, значно покращились.

Таблиця 1

Динаміка виступів збірної команди України зі спортивної ходьби на кубках світу

Місце проведення	Дата проведення	Командне місце
Монтерей, Мексика	квітень 1993 р.	18
Пекін, Китай	квітень 1995 р.	18
Подєбради, Чехія	квітень 1997 р.	8
Мезідон-Канон, Франція	травень 1999 р.	11
Турин, Італія	жовтень 2002 р.	10
Гамбург, Німеччина	травень 2004 р.	–
Ла-Корунья, Іспанія	травень 2006 р.	10

До факторів низьких результатів виступів спортсменок 1993 та 1995 років можна віднести й географічний чинник змагань, що проводились у віддалених країнах – Мексиці та Китаї. Усі подальші кубки світу відбувались у Європі.

Це вкотре підкреслює важливість проведення адаптаційних заходів та психологічної підготовки спортсменок до умов виступів, які відрізняються від більш комфортних умов географічного і кліматичного характеру.

Відносно виступів 1997–2006 рр. простежується тенденція утримання командою України місць у зоні десятки перших команд. Винятком є Кубок світу в Намбурзі (2004), де двоє наших спортсменів були дискваліфіковані за порушення стилю спортивної ходьби.

Це, своєю чергою, дає змогу під час вивчення найближчих конкурентів чіткіше виділити недоліки, котрі слід усунути у процесі підготовки спортсменок.

Для виявлення тенденцій розвитку результативності сильніших спортсменок України на міжнародних змаганнях доцільно брати до уваги середній результат їх виступів, що дає змогу чіткіше визначити прогрес чи регрес в абсолютних результатах та врахувати негативні фактори в подальшому.

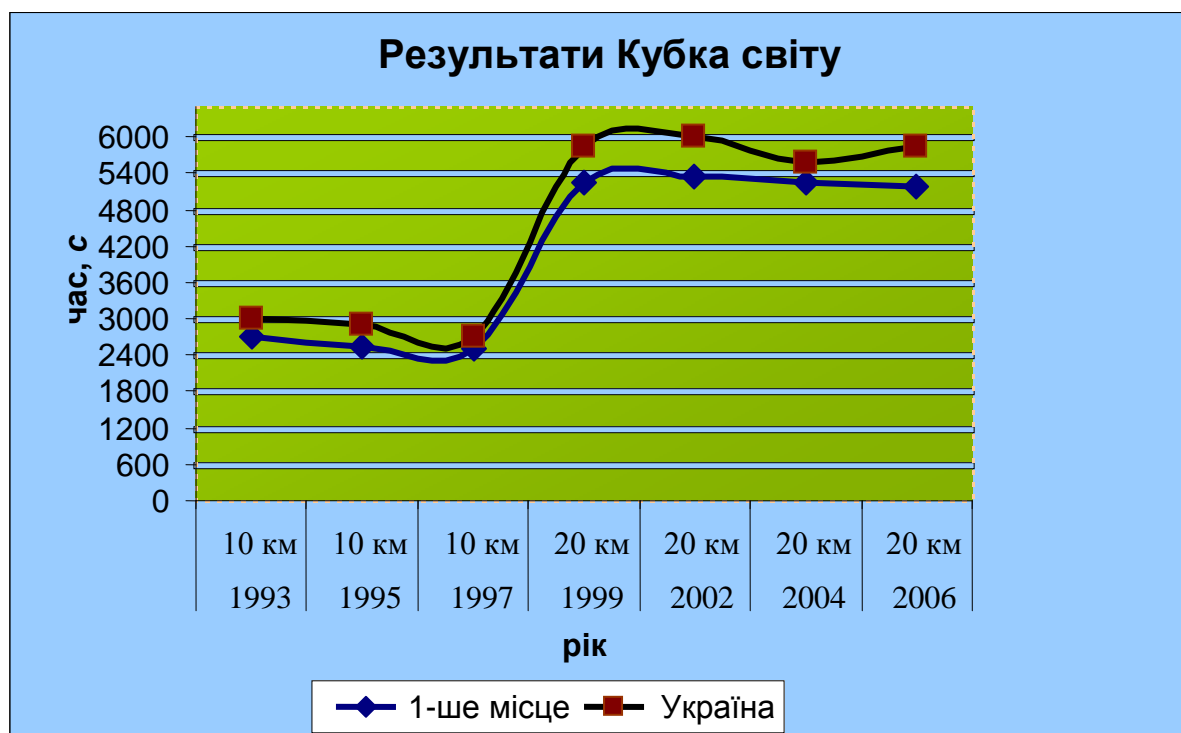


Рис. 1. Динаміка результатів збірної команди України та переможниць кубків світу зі спортивної ходьби

На рис. 1 показано відхилення середньоарифметичного результату української команди зі спортивної ходьби від результату переможниць змагань, причому перші три кубки світу відбувалися на дистанції 10 км, а всі наступні – 20 км.

Відповідно до отриманих даних ми бачимо, що рівень досягнень на 10 км мав стабільну тенденцію до покращення загальних результатів виступів команди України й загалом світових досягнень (крива 1993–1997 рр.)

Починаючи з 1999 року, Кубок світу зі спортивної ходьби проводиться на дистанції 20 км. Порівнюючи виступи переможниць цих змагань, бачимо прогрес у досягненнях. Так, на останніх змаганнях у 2006 р. Ла-Корунья (Іспанія) показано найкращий результат із ходьби на цій дистанції.

Виступ українських спортсменок більш неоднорідний. Порівнюючи наближення середньокмандних результатів до результату переможців змагань, бачимо наступне: кращі співвідношення характерні для 1999 та 2004 рр. Більш слабкі виступи у 2002 та 2006 рр. Найбільше наближення до виступів переможниць відбувається у 2004 році, при цьому слід урахувати, що до уваги брався час спортсменок, котрі дійшли до фінішу, а в 2004 році двоє було знято з дистанції за порушення стилю ходьби.

Одним із чинників, що сприятиме покращенню виступів нашої збірної, буде вдосконалення тактики та стратегії підготовки до змагань і безпосередньої участі в них.

Стратегія підготовки до окремих великих змагань та стратегія змагальної боротьби в цих змаганнях повинна здійснюватись із урахуванням:

- складу кандидатів до збірної команди, рівня їх кваліфікації, змагального досвіду, наявності лідерів, резерву;
- сучасних знань про структуру і зміст підготовки, ефективних засобів та методів удосконалення підготовленості, оптимальної динаміки тренувальних та змагальних навантажень;
- реальності досягнення запланованого спортивного результату, потенційних можливостей спортсменок, націленості всіх учасників команди на конкретний результат, їх психічної сумісності, індивідуальний підхід й ін. [4, 67].

Перелічені дані повинні братися до уваги й під час прогнозування підготовленості команд і спортсменів суперників, можливих окремих конкурентів.

Отже, аналізуючи виступ жіночої команди з 1993 року на кубках світу, можна сказати про стабільність їх виступів загалом. Проте утримання в зоні десятки світових команд – це не межа. Потенціал нашої збірної ще не повністю розкритий. Для покращення результативності передусім потріб-

но створювати умови для підготовки спортсменів, максимум націлити їх на досягнення найкращого результату, забезпечити мотивацію для успішних виступів.

Висновки

1. Аналіз виступів жіночої команди з 1993 року на кубках світу показує, що перші виступи на міжнародній арені були не зовсім успішні. На двох кубках поспіль команда займала 18-те місце, усі подальші виступи, крім 2004 року, значно покращилися. До причин низьких результатів виступів належить географічний чинник змагань, що проводились у віддалених країнах Мексиці та Китаї, умови географічного та кліматичного характеру яких значно відрізняються від умов підготовки до змагань. Усі подальші кубки світу відбувались у Європі.

2. Відповідно до отриманих даних ми бачимо, що рівень досягнень на 10 км мав стабільну тенденцію до покращення загальних результатів виступів команди України й загалом світових досягнень (крива 1993–1997 рр.). Порівнюючи виступи переможниць на дистанції 20 км, бачимо прогрес у досягненнях. Так, на останніх змаганнях у 2006 р. Ла-Корунья (Іспанія) показано найкращий результат із ходьби на цій дистанції.

Література

1. Калитка С. В. Вплив гормонального статусу на функціональний стан і спеціальну працездатність спортсменок високої кваліфікації, які спеціалізуються у спортивній ходьбі // Теорія та методика фіз. виховання НУФВСУ.– К., 2003.– С. 11–15.
2. Лубышева Л. Жінчина в мире спорта: взгляд спортивного социолога // Наука в олимп. спорте.– 2004.– № 2.– С. 3–6.
3. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте.– К.: Олимп. лит., 1997.– 583 с.
4. Шахлина Л. Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин.– К.: Наук. думка, 2001.– 326 с.
5. Statistics Handbook / Royal Spanish Athletics Federation in collaboration with IOC La Coruna'2006, Madrid, 330 p.

Адреса для листування:

43 000 Луцьк, вул. Ярошука, 30/21.

Статтю подано до редколегії
05.10.2007 р.