

ПОРІВНЯННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В УКРАЇНІ ТА НОРВЕГІЇ

Спорт грає важливу роль у житті суспільства та держави. У провідних зарубіжних країнах накопичено багатий досвід розвитку спорту, реалізації програм за участю великих мас населення та культурно-оздоровчих заходів з метою організації дозвілля та поліпшення здоров'я населення всіх соціальних груп.

Система підготовки спортсменів в Україні складається з двох підсистем: процесної і персоніфікованої. Процесна підсистема складається із змагань, тренувань та відновлення. Персонофікована підсистема включає дві взаємодіючі структури: керовану (спортсмен, середовище) та керуючу (тренер, забезпечуючий персонал). Продуктивний розвиток теорії підготовки спортсменів багато в чому обумовлюється правильним вибором стратегічних напрямків її подальшого удосконалення, виявленням резервів, закладених у розробці різних її напрямків.

Відповідність системи підготовки до головних змагань враховує географічні і кліматичні умови місць, у яких планується їхнє проведення. Варто постійно мати на увазі, що проведення змагань в умовах жаркого або холодного клімату, середньогір'я, при значній зміні часових поясів здатне істотно вплинути на рівень досягнень спортсменів. Врахування цих факторів у системі підготовки дозволяє нейтралізувати їх негативну дію, домогтися досягнення найвищих результатів сезону в незвичних кліматичних і географічних умовах.

Аналіз матеріалів багаторічної підготовки спортсменів у Норвегії, що для Норвегії, в основному, характерні підходи, що використовуються у країнах із високим рівнем розвитку спорту та науки, а також накладають відбиток національні традиції та особливості. У Норвегії відсутня початковий відбір та орієнтація їх на якийсь конкретний вид спорту та багаторічну підготовку в ньому, і, звичайно ж, ранню спеціалізацію. В основі підготовки спортсменів Норвегії у спорті вищих досягнень лежить

формування такого мікроклімату та умов для тренування спортсменів, який дозволяє спортсмену максимально концентруватися на поставленому завданні досягнення максимального результату. В Норвегії не розвиваються такі види спорту, як спортивна та художня гімнастика, через відсутності ранньої спеціалізації, що не формується на ранніх етапах у дітей, мотивація до досягнень на світовому рівні та спрямованості на багаторічне вдосконалення, відсутня система відбору та орієнтації на початкових етапах багаторічного вдосконалення дітей.

Можна вважати, що такий підхід, який виключає ранню спеціалізацію, оберігає спортсмена від форсованої підготовки у ранньому віці, що властиво при підготовці юних спортсменів у інших країнах.

Отже, фізична підготовка спортсменів в Україні має свої виклики, але в той же час виявляє потенціал та різноманіття. Недостатність фінансування та застаріле спортивне обладнання можуть становити перешкоду, але високий рівень пристрасті до спорту та талановитість спортсменів підтримують надію на подальше покращення фізичної підготовки в країні. Фізична підготовка спортсменів в Норвегії вражає своєю системністю та високим стандартом. Зосередженість на різноманітних виданнях спорту, доступ до сучасних тренувальних об'єктів та висококваліфіковані тренери сприяють створенню конкурентоспроможних атлетів.

*Науковий керівник: Інна СКИДАН,
старший викладач*