

Аналіз результатів у спортивній ходьбі на 20 км на іграх XXIX Олімпіади в Пекіні

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Постановка наукової проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Олімпійські ігри – це одні із найголовніших змагань, у яких спортсмену необхідно показати найвищий результат, проявити повну мобілізацію техніко-тактичних, функціональних можливостей і максимально високий рівень психічної підготовленості [2; 3].

Велике значення змагань як потужного фактора мобілізації функціональних резервів організму, удосконалення різних сторін підготовленості спортсмена – фізичної, технічної, тактичної та психологічної. Тому одним із основних напрямів удосконалення спортивної підготовки є постійне збільшення змагальної практики як ефективного засобу мобілізації функціональних резервів організму спортсменів, стимуляції адаптаційних процесів та підвищення на цій основі ефективності процесу підготовки [2].

Практично доступним й об'єктивним методом визначення функціональних можливостей організму спортсменів є аналіз рівня спортивних результатів. Тактику подолання дистанції на таких основних змаганнях, як Олімпійські ігри, чемпіонати світу та Європи, можна використовувати як модель для ефективної підготовки до змагань [1; 4; 8].

Ефективність використання узагальнених і групових моделей для орієнтації та корекції тренувального процесу, змагальної діяльності особливо висока під час підготовки спортсменів, які ще не досягли вершин спортивної майстерності [2].

Визначено, що диморфічні відмінності в будові й складі тіла, функціональних можливостях дихальної, серцево-судинної систем та системи крові мають відповідний вплив на спортивний результат чоловіків і жінок. Аналіз кращих спортивних результатів у легкоатлетичному бігу на довгі дистанції показує, що диморфічні відмінності результатів на рівні 11–13 % [1; 4–7].

Як свідчать дані дослідження змагальної діяльності, рекорди в жіночій спортивній ходьбі поступово наближаються до чоловічих, особливо тоді, коли спортсменки почали змагатися на дистанції 20 км у 1999 р. Так, диморфічні відмінності в рекордах світу зі спортивної ходьби на 20 км у 1931 р. становили 32,58 %, у 1980 – 21,23 %, у 1990 – 14,64 %, у 2000 – 9,68 % і на сьогодні вони мають тенденцію до зменшення й на сучасному етапі становлять 9,65 %. Порівнюючи виступи переможниць та спортсменок України на дистанції 20 км на Кубках світу, відстежується прогрес у досягненнях [1].

Завдання дослідження:

- 1) визначити рівень результатів у спортивній ходьбі на 20 км на іграх XXIX Олімпіади в Пекіні;
- 2) установити диморфічні відмінності рівня спортивних результатів у спортивній ходьбі на 20 км.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел і статистичних матеріалів із легкої атлетики та інших видів спорту.

Виклад основного матеріалу дослідження. На сьогодні світовим рекордом у чоловіків у ходьбі на 20 км володіє Морозов Сергій (1:16:43), а олімпійським рекордом – Роберт Корженевський (1:18:59). У жінок на цій дистанції світовим рекордом володіє Іванова Олімпіада (1:25:41), а олімпійським рекордом – Ванг Лімінг (1:29:05). Отже, із цих даних можна констатувати, що диморфічні відмінності в рекорді світу становить 11,69 %, а в олімпійському рекорді – 12,79 %. Така тенденція простежується і в бігу на довгі дистанції, що потребує прояву витривалості [9].

Для визначення рівня спортивних результатів і динаміки подолання дистанції 20 км жінками й чоловіками ми використовували спортивні результати на дистанції 20 км (рис. 1) [9; 10].

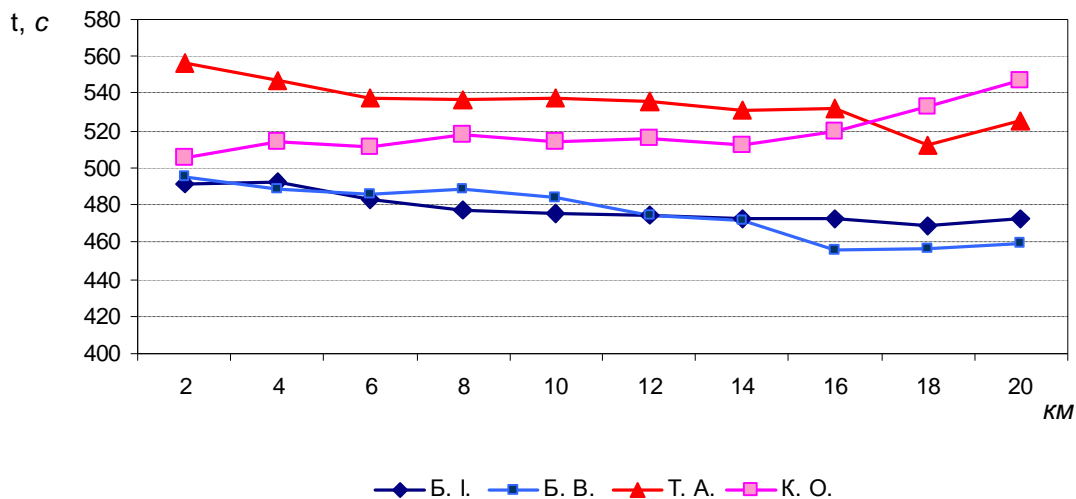


Рис. 1. Динаміка часу подолання дистанції 20 км чемпіонами Олімпійських ігор зі спортивної ходьби
 Б. І. – чемпіон XXVIII Олімпійських ігор у Афінах Бругнетті І. Італія (1:19:40)
 Б. В. – чемпіон XXIX Олімпійських ігор у Пекіні Борчин В. (1:19:01)
 Т. А. – чемпіонка XXVIII Олімпійських ігор в Афінах Тсоумелека А. (1:29:12)
 К. О. – чемпіонка XXIX Олімпійських ігор у Пекіні Каніська О. (1:26:31)

Розглядаючи результати чемпіонів зі спортивної ходьби на XXVIII олімпійських іграх в Афінах та XXIX Олімпійських іграх у Пекіні, можна зробити висновок, що в чоловіків (Б. І. та Б. В.) динаміка подолання 20 км дистанції практично не відрізняється. Спортсмен Б. І. почав долати дистанцію із меншою швидкістю, порівняно із середньою швидкістю на дистанції, після 4 км поступово збільшував швидкість й останніх 2 км зменшив швидкість. Подібна тактика на дистанції й у Б. В., який порівняно рівномірно її долав до 8 км, поступово збільшував швидкість до 16 км та останніх 4 км сповільнив темп.

Аналогічна тактика подолання дистанції також у Т. А., яка до 6 км поступово збільшувала швидкість, до 16 км йшла рівномірним темпом, із 16 до 18 – різко збільшила швидкість та останніх 2 км знизила темп.

Суттєво відрізняється тактика спортсменки К. О., яка швидше долала перших 4 км, до 14 км йшла рівномірним темпом й останніх 6 км сповільнювала темп ходьби, що, можливо, пов'язано з утомою, яка розвивалася під час високого темпу подолання дистанції у важких кліматичних умовах.

Установлено, що на XXIX Олімпійських іграх у Пекіні диморфічні відмінності в результатах ходьби на 20 км становили 25,36 %. Разом з тим чоловіки покращили свій результат, порівняно із XXVIII Олімпійськими іграми в Афінах, на 0,82 %, а жінки – на 3,10 %. Це свідчить про високі функціональні можливості жінок та, можливо, вищі адаптаційні можливості до видів спорту, які потребують прояву витривалості. Разом із тим рівень результатів на XXIX Олімпійських іграх у Пекіні значно нижчий від рекордів світу, що свідчить про більш складні кліматично-географічні умови змагань.

На рис. 2 показано динаміку подолання дистанції 20 км українськими спортсменами. Так, спортсмен К. А. подолав дистанцію із практично рівномірною швидкістю та показав свій достатньо високий результат. Спортсменка З. В. рівномірно утримувала швидкість на дистанції до 10 км, а на другій половині дистанції темп ходьби поступово знижувався, але разом із тим вона показала свій достатньо високий результат. Спортсменка Б. Н. протягом усієї дистанції поступово знижувала темп ходьби, що є наслідком психологічного напруження та знижених функціональних можливостей після проходження допінг-контролю.

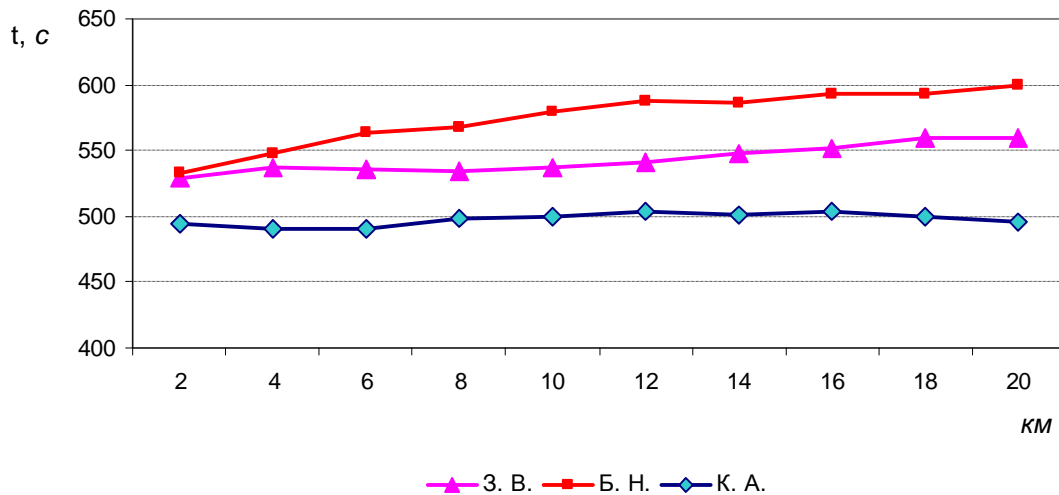


Рис. 2. Динаміка часу подолання дистанції 20 км (спортивна ходьба) українськими спортсменами на XXIX Олімпійських іграх у Пекіні

Отже, аналізуючи виступи чемпіонів Олімпійських ігор, стверджуємо, що спортсмени із високим рівнем підготовленості долають змагальну дистанцію з рівномірною швидкістю або поступово збільшують швидкість на дистанції, що дає їм можливість рівномірно розподілити свої сили на дистанції. Ще один варіант подолання дистанції – це швидкий початок та утримання високої швидкості під час дистанції для того, щоб відірватися від суперників, та сповільнення темпу на фініші. Спад швидкості на дистанції, особливо на фініші, свідчить про неможливість перенесення навантаження, настання втоми внаслідок різних факторів.

Порівнюючи результати виступів українських спортсменів, які серед жінок зайняли 17 та 34 позиції і серед чоловіків – 24 позицію, виникає потреба в перегляді та корекції підготовки спортсменів до головних стартів, які повинні базуватися на науковому обґрунтуванні побудови тренувального процесу й позатренувальних засобів підготовки.

На сьогодні недостатнім є рівень знань про функціональні можливості жінок виконувати навантаження на витривалість, а саме в спортивній ходьбі на 20 км, що буде об'єктом наших подальших досліджень.

Висновки. Установлено, що рівень результатів у спортивній ходьбі на 20 км на XXIX Олімпійських іграх у Пекіні значно нижчий від рекордів світу, що свідчить про більш складні кліматично-географічні умови змагань.

Визначено, що диморфічні відмінності в рекорді світу в спортивній ходьбі на 20 км становлять 11,69 %, а в Олімпійському рекорді – 12,79 %.

Відзначено, що на XXIX Олімпійських іграх у Пекіні диморфічні відмінності в результатах ходьби на 20 км становили 25,36 %. Разом із тим чоловіки покращили свій результат, порівняно із XXVIII Олімпійськими іграми в Афінах, на 0,82 %, а жінки – на 3,10 %.

Отже, аналізуючи виступи чемпіонів Олімпійських ігор, бачимо, що спортсмени з високим рівнем підготовленості долають змагальну дистанцію із рівномірною швидкістю, або поступово збільшують швидкість на дистанції, або ж простежується швидкий початок та утримання високої швидкості під час дистанції та сповільнення темпу на фініші. Спад швидкості на дистанції, особливо на фініші, свідчить про неможливість перенесення навантаження, настання втоми внаслідок різних факторів.

Література

1. Калитка С. В. Диморфічні особливості рівня спортивних результатів у спортивній ходьбі / С. В. Калитка // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2008. – Т. 3. – С. 227–231.
2. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : [б. и.], 1997. – 583 с.
3. Сахновский К. П. Теоретико-методические основы системы многолетней спортивной подготовки : дис. ... д-ра пед. наук / К. П. Сахновский. – К., 1997. – 312 с.

4. Соха Т. Уровень спортивных результатов как метод оценки функциональных возможностей организма женщины / Т. Соха, С. Соха // Наука в олимпийском спорте. – 2000. – С. 76–80.
5. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта и двигательной активности : пер. с англ / Дж. Х. Уилмор, Д. Л. Костилл. – Киев : Олимпийская лит., 1997. – 500 с.
6. Шахлина Л. Г. Проблемы полового диморфизма в спорте высших достижений / Л. Г. Шахлина // Теория и практика физ. культуры. – 1999. – № 6 – С. 51–55.
7. Шахлина Л. Г. Женщины на рубеже третьего тысячелетия / Л. Г. Шахлина // Наука в олимпийском спорте. – 2000. – С. 10–21.
8. Statistics Handbook / Royal Spanish Athletics Federation in collaboration with LOC La Coruna'2006, Madrid. – 330 p.
9. Athletics statistics book. Games of the XXIX Olympiad Beijing 2008. IAAF Media & Public Relations Department, 2008. – 361 p.
10. www.games-olimpic.ru.

Анотації

У роботі розкрито ефективність використання узагальнених і групових моделей для орієнтації та корекції тренувального процесу, змагальної діяльності під час підготовки спортсменів, які ще не досягли вершин спортивної майстерності.

Ключові слова: *тренувальний процес, змагальна діяльність, спортивна майстерність, диморфічні відмінності.*

Светлана Калитка. Анализ результатов в спортивной ходьбе на 20 км на играх XXIX Олимпиады в Пекине. *В работе раскрыта ефективність використання обобщенных и групповых моделей для ориентации и коррекции тренировочного процесса, соревновательной деятельности при подготовке спортсменов, которые еще не достигли вершин спортивного мастерства.*

Ключевые слова: *тренировочный процесс, соревновательная деятельность, спортивное мастерство, диморфические отличия.*

Svetlana Kalitka. 20 Kilometers Race Walking Results Analysis at the Olympic Games in Beijing. *The article reveals effectiveness of using generalized and group models for orientation and correction of training process while training sportsmen who haven't yet achieved top results working race show.*

Key words: *training process, competing activity, sport craftsmanship, dimorficheskie differences.*