

УСЛОВИЯ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ В ВУЗЕ

© 2017 Д. С. Григорьев, К. В. Туманцев, И. В. Григорьева,
Е. Г. Волкова, Т. Н. Стородубцева

*Воронежский государственный технический университет (г. Воронеж, Россия)
Воронежский государственный лесотехнический университет
им. Г. Ф. Морозова (г. Воронеж, Россия)*

В данной статье рассматриваются задачи, которые необходимо реализовать для успешной подготовки команды, способной участвовать в студенческих соревнованиях российского и международного уровня.

Ключевые слова: студенческий спорт, плавание, соревнования.

Студенческие соревнования областного, городского и, особенно, российского уровня требуют высокого уровня спортивной подготовки студентов. Она отличается от подготовки спортсменов-пловцов в командах мастеров. И связано это в первую очередь с тем, что на плечи спортсменов-студентов ложится двойная нагрузка: учеба в вузе и спортивная тренировка. Безусловно, такое состояние вопроса требует и иного подхода к тренировочному процессу.

Общеизвестно, что до сих пор теория и методика тренировки студентов-спортсменов до конца не является решенной проблемой. Особенно остро это ощущается в таком виде спорта как плавание. С нашей точки зрения, для подготовки команды, способной участвовать в студенческих соревнованиях российского и международного уровня, в условиях вуза требуется реализация нескольких задач.

Первая задача. Существования к близко идеальным условиям тренировки. Для этого необходимо наличие обязательных факторов, определяющих уровень подготовки команды. К ним относятся: специализированная спортивная база, высокого

современного уровня спортивный инвентарь, время для проведения занятий. При наличии в студенческой команде спортсменов различного уровня спортивной подготовки, с нашей точки зрения, их целесообразно поделить на две подгруппы. Первая подгруппа – это новички. Они могут тренироваться всего три раза в неделю. В то время как спортсмены высокого класса (после ДЮСШ) должны тренироваться как команда мастеров, т. е. ежедневно два раза в день.

Вторая задача. Оптимальное финансирование студенческой команды, которое зависит от финансовых возможностей вуза. Поскольку студенты-спортсмены выступают на крупных соревнованиях российского уровня, то для их подготовки необходимо планировать учебно-тренировочные сборы (перед каждым соревнованием).

Третья задача. Активная заинтересованность руководства вуза в участии студенческой команды в крупных российских и даже международных соревнованиях. Для возможности совмещения напряженной учебы и тренировочного процесса и спортивной подготовки к соревнованиям в студенческой команде студентам-спортсменам требуются значительные напряжения физических и психических усилий, поскольку им необходимо сочетать учебу с тренировками и соревнованиями. Именно поэтому для поддержки студентов-спортсменов деканам нужно организовать дополнительные занятия по изучению учебных дисциплин и самостоятельную подготовку, а также создать индивидуальные графики сдачи зачетов и экзаменов.

Четвертая задача. Студенческий спорт требует соблюдения тех же принципов, которыми руководствуется тренер в

Григорьев Д. С. – ВГТУ, студент ФИТКБ, griiua@mail.ru.

Туманцев К. В. – ВГТУ, ст. преподаватель кафедры физического воспитания.

Григорьева И. В. – ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» им. Г. Ф. Морозова, доцент кафедры физического воспитания, griiua@mail.ru.

Волкова Е. Г. – ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» им. Г. Ф. Морозова, ст. преподаватель кафедры физического воспитания, griiua@mail.ru.

Стородубцева Т. Н. – ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» им. Г. Ф. Морозова, д. т. н., профессор кафедры промышленного транспорта, строительства и геодезии, griiua@mail.ru.

подготовке команды-мастеров по плаванию. В первую очередь – это планирование и учет спортивных достижений, составление индивидуальных планов тренировки.

Пятая задача. Специальная подготовка студентов-спортсменов, основой которой является техника различных стилей плавания, тактика соревновательной деятельности, а также физические качества, присущие данному виду спорта. В студенческие коллективы приходят не только прошедшие подготовку в ДЮСШ, но и молодежь, желающая заниматься спортом. Перед тренером всегда возникает проблема исправления технических недостатков и обучение основам данного вида спорта. Это основная задача работы тренеров в вузе.

Шестая задача. В подготовке студенческой команды столь же важным, как и в подготовке команды мастеров, является высокий уровень физической подготовки. Именно развитию физических качеств, тренеру приходится уделять самое серьезное внимание в тренировочном процессе в условиях вуза.

Седьмая задача. Учитывая, что подготовка студенческой команды пловцов для участия в соревнованиях российского и международного уровня требуется как и в элитном спорте качественная тактическая подготовка, которая необходима для участия в соревнованиях высокого уровня.

Восьмая задача. Сочетание напряженной учебы в вузе и спортивной подготовки студенческой команды для участия в крупных студенческих соревнованиях российского уровня требует значительного напряжения сил и существенных затрат психофизического здоровья. Именно поэтому особенно важным моментом является проблема восстановления состояния организма до оптимального уровня для каждого студента-пловца. На основании этого особо важной

проблемой студенческого спорта является медицинский контроль за студентами-спортсменами, получающими высокую психофизическую и эмоциональную нагрузку. Студенты-спортсмены должны находиться на учете во врачебном физкультурном диспансере. Углубленный медицинский контроль они проходят не менее двух раз в год, но лучше каждые три месяца. К студенческим командам должен быть прикреплен спортивный врач. Именно он должен проводить не только текущий врачебный контроль, но и проводить врачебно-педагогические наблюдения на тренировках и сборах. Именно на спортивных врачах должна лежать ответственность допуска студентов-спортсменов по состоянию здоровья к соревнованиям. Они же обязаны проводить и восстановительные мероприятия, особенно после напряженного соревновательного сезона. В обязанность спортивного врача и тренера команды входит контроль за режимом дня студентов-спортсменов.

Таким образом, перед тренером-преподавателем в вузе стоит множество задач, выполнение которых позволит подготовить студенческую команду для участия в областных, российских и даже в международных соревнованиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Григорьева И. В. Современная система физического воспитания студентов / И. В. Григорьева, Е. Г. Волкова // Моделирование систем и информационные технологии: сборник научных трудов. – Воронеж, 2011. – Вып. 8. – С. 254-256.
2. Фокин Ю. Г. Преподавание и воспитание в высшей школе: методология, цели и содержание, творчество / Ю.Г. Фокин. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 224 с.

CONDITIONS OF PREPARATION OF SWIMMING POOLS IN THE UNIVERSITY

© 2017 D. S. Grigorev, K. V. Tumantsev, I. V. Grigoreva, E. G. Volkova, T. N. Storodubtseva

Voronezh State Technical University (Voronezh, Russia)

Voronezh State Forestry University named after Morozov (Voronezh, Russia)

This article examines the tasks that need to be implemented for the successful preparation of a team capable of participating in student competitions of the Russian and international level.

Keywords: student sports, swimming, competitions.