

ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СПОРТСМЕНОВ В ОФИЦЕРСКОМ ТРОЕБОРЬЕ: КЛЮЧЕВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И АСПЕКТЫ

*Зайцев П.Г., магистрант
Научный руководитель - Язынина Н.Л., к.п.н., доцент
Смоленский государственный университет спорта*

Офицерское троеборье рассматривается как военно-прикладной вид спорта, состоящий из различных упражнений: бега, плавания и стрельбы из пистолета Макарова. Повышение эффективности процесса подготовки спортсменов по офицерскому троеборью может быть обеспечено при условии правильного подбора тренировочных средств с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. По мнению ряда авторов А.В. Кузнецова, К.Г. Поспелова (2020), Н.А. Наумова, Л.Н. Чуриковой, В.И. Аралова (2021) специфическая особенность офицерского троеборья состоит в том, что все вышеперечисленные виды, входящие в его состав, взаимодействуют с друг другом на достаточно сложном уровне, при этом изменение показателей в одном виде обуславливает определенные сдвиги в другом. Указанное выше требует соответствующего подбора средств и методов тренировки, а также и их сочетания, также необходимо учитывать предрасположенность спортсменов к тому или иному виду офицерского троеборья.

Ряд специалистов Г.А. Гатаулина, А.Р. Коренкова (2021), О.А. Климошенко (2023) утверждают, что в последние годы наблюдается растущий интерес к интегрированным методам тренировки, основанным на одновременном освоении всех дисциплин офицерского троеборья. Такой подход позволяет не только улучшить физическую подготовку спортсменов, но и развить их тактическое мышление и стратегические навыки, что является ключевым для достижения высоких результатов в соревнованиях.

Важно учитывать, что каждая дисциплина обладает своими уникальными требованиями, что требует от руководителей занятий по физической подготовке глубокого понимания индивидуальных особенностей каждого спортсмена.

Ю.Н. Потапов (2021) считает, что способность интегрировать различные виды офицерского троеборья в единую тренировочную систему способствует не только повышению общей физической подготовки, но и психологической устойчивости спортсменов. С таким подходом они учатся адаптироваться к изменениям и преодолевать трудности, делая их потенциально готовыми к любым вызовам, которые могут возникнуть в ходе соревнований и служебной деятельности.

Д.А. Солнцев, О.В. Мащенко, А.К. Шубин, К.В. Окунев (2023) свидетельствуют о том, что для успешного выступления на соревнованиях спортсмен, занимающийся офицерским троеборьем, должен иметь высокие результаты во всех его видах, что в свою очередь требует от него оптимально высокого результата в показателях бега, плавания и стрельбы из пистолета Макарова. Но на практике, к сожалению, крайне редко встречаются спортсмены, которые одинаково сильны во всех видах офицерского троеборья. Поэтому перед руководителем занятий по физической подготовке всегда стоит вопрос об эффективной организации правильного отбора спортсменов для занятий офицерским троеборьем.

А.И. Матвиенко (2022) отмечает, что в системе подготовки спортсменов по офицерскому троеборью необходимо обратить внимание на умение проявлять максимальное усилие в соревновательной деятельности в отдельных видах многоборья. Офицерское троеборье предъявляет высокие требования к развитию скоростной выносливости спортсменов, поскольку достижения в плавании на 100, 200 и 300 м в значительной степени определяются уровнем развития данной способности.

Проведенные исследования Н.Н. Цирульникова, В.В. Прокопенко, К.Н. Пахомова, П.А. Солдатова (2023) свидетельствуют о том, что после тренировки в беге и плавании достаточно сложно осваивать технику стрельбы из пистолета, так как стрельбы из пистолета несовместима с другими видами офицерского троеборья.

Анализируя научно-методическую литературу выявлено, что одним из значимых факторов, который определяет взаимосвязь между видами офицерского троеборья, является сходство проявления физических качеств.

Необходимо отметить, что в процессе многолетней тренировки спортсменов взаимосвязь достижений в различных видах офицерского троеборья с уровнем развития физических качеств изменяется.

Установлено, что в процессе многолетней тренировки стрельба из пистолета Макарова становится более стабильной, также как результаты в беге и плавании. В связи с вышесказанным необходимо учитывать возрастные особенности развития основных физических качеств у спортсменов и становления спортивной техники в плавании и стрельбе, при осуществлении дифференцированного подхода к содержанию физической и технической подготовки многоборцев.

Исследуя вопросы взаимосвязи физических качеств на различных этапах тренировки Ю.Н. Потапов (2021) отмечает целесообразность акцентированного развития «отстающих» видов офицерского троеборья. При этом должна меняться структура взаимосвязи развития основных физических качеств у спортсменов, как по своей величине, так и по содержанию.

Отличительной особенностью спортивной деятельности в офицерском троеборье является выполнение видов с различным характером биомеханической структуры и различными механизмами энергообеспечения. Это в конечном итоге предъявляет высокие требования к уровню подготовленности спортсмена-многоборца.

Таким образом обобщая данные первого параграфа первой главы, следует сделать заключение о том, что основой офицерского троеборья является выносливость. Это объясняется наличием выраженной группы видов, связанных с выносливостью: бег на 1, 2, 3 км, плавание на 100, 200, 300 м вольным стилем, в зависимости от возрастной группы участников соревнований.

Литература

1. Гатаулина, Г.А. Современные тенденции развития военного многоборья / Г.А. Гатаулина, А.Р. Коренкова // Актуальные вопросы развития спортивной индустрии: Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной Году науки и технологий РФ, Москва, 24 ноября 2021 года: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2021. – С. 100-102.
2. Кузнецов, А.В. Офицерское троеборье как средство гармоничного развития офицеров войск национальной гвардии Российской Федерации / А.В. Кузнецов, К.Г. Поспелов // Организация физической подготовки и спортивной работы по военно-прикладным и служебно-прикладным видам спорта в войсках национальной гвардии Российской Федерации: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции / Под общей редакцией В.П. Бышовец. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии Российской Федерации, 2020. – С. 41-44.
3. Матвиенко, А.И. Изучение факторов физической подготовленности спортсменов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности в зимнем офицерском троеборье / А.И. Матвиенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 11(201). – С. 278-283.
4. Наумов, Н.А. Особенности подготовки спортсменов в военном многоборье / Н.А. Наумов, Л.Н. Чурикова, В.И. Аралов // Современные векторы прикладных исследований в сфере физической культуры и спорта: Сборник научных статей II Международной научно-практической конференции для молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов / Под редакцией А. В. Сысоева [и др.]. – Воронеж: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Ритм», 2021. – С. 354-356.
5. Потапов, Ю.Н. Повышение качества тренировочного процесса военнослужащих, занимающихся офицерским троеборьем / Ю.Н. Потапов // Современные аспекты физкультурной, спортивной и психолого-педагогической работы с учащейся молодежью: Сборник научных статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Под редакцией Е.В. Дворяниновой, А.Н. Луткова, А.А. Рогова, С.В. Петруниной. – Пенза: Пензенский государственный университет, 2021. – С. 123-129.

6. Солнцев, Д.А. Определение особенностей реализации двигательных навыков в условиях соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации, специализирующихся в летнем офицерском троеборье / Д.А. Солнцев, О.В. Мащенко, А.К. Шубин, К.В. Окунев // Проблемные вопросы деятельности специалистов физической культуры и спорта образовательных организаций МО РФ. Пути их решения: материалы II Межвузовской научно-практической конференции. Санкт-Петербург, Петергоф: Военный институт (железнодорожных войск и военных сообщений), 2023. – С. 19-25.

7. Цирульников, Н.Н. Особенности эффективной подготовки сборной команды по офицерскому троеборью в военном институте / Н.Н. Цирульников, В.В. Прокопенко, К.Н. Пахомов, П.А. Солдатов // Современные тенденции совершенствования прикладной направленности физической подготовки: теория, методика, практика: Сборник материалов всероссийской научно-практической конференции. К 100-летию образования Общественно-государственного объединения «Всероссийское физкультурно-спортивное общество «Динамо», Санкт-Петербург, 03 февраля 2023 года / Сост.: В.В. Ефимов, В.В. Прокопенко, под общей редакцией А.Ю. Кийко. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии Российской Федерации, 2023. – С. 236-245.