

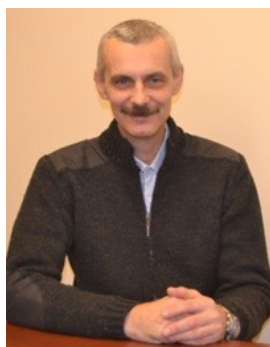
Культура физическая и здоровье. 2022. № 2 (82). С. 39-44.
Physical Culture and Health. 2022, 82 (2), 39-44.

Научная статья

УДК 796

DOI: 10.47438/1999-3455_2022_2_39

ВЫПОЛНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ НАЦИОНАЛЬНЫХ ЦЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ РФ ЧЕРЕЗ ВОВЛЕЧЕНИЕ В СПОРТИВНОЕ ВETERАНСКОЕ ДВИЖЕНИЕ



Любовь Михайловна Столяр¹, Константин Эдуардович Столяр²,
Сергей Юрьевич Витько³

*Московский педагогический государственный университет¹
Москва, Россия*

*Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова^{2,3}
Москва, Россия¹*

*¹ Кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин и методики их преподавания
тел.: +7(495)438-07-81, e-mail: lm.stolyar@mpgu.org
ORCID 0000-0003-0952-5076*

*² Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(495)800-12-00 (доб. 1158/1189), e-mail: stolyar.ke@rea.ru
ORCID 0000-0002-6724-2771*

*³ Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(495)800-12-00 (доб. 1158/1189); e-mail: vitko.sy@rea.ru
ORCID 0000-0002-0740-8119*

Аннотация. Для создания условий для эффективного функционирования системы подготовки и участия в соревнованиях спортсменов для всех возрастных групп актуальными являются исследования, обобщающие существующий длительный время (более 40 лет) феномен ветеранского спорта. Как положительный пример длительных регулярных тренировок, стимулируемых стремлением достижения максимальных индивидуальных показателей в условиях организованной соревновательной деятельности. Исследование социально-педагогического портрета участников ветеранских соревнований по лёгкой атлетике позволяет выявить целевую аудиторию для расширения численности регулярно занимающихся спортом. Основными характеристиками спортсменов, имеющих длительный стаж тренировочной деятельности в ветеранском спорте, являются: стаж занятий и спортивная квалификация в молодом возрасте, стремление сохранить высокую работоспособность и здоровье, эмоциональное удовлетворение от двигательной деятельности и конкурентной борьбы. Перспективными направлениями деятельности по расширению аудитории занимающимися регулярными тренировками будет: – расширение охвата спортивными секциями различного уровня для детей и юношества как создание базы или задела для активного спортивного долголетия, в том числе и в рамках ветеранского спорта (достиженческого направления); – определённая поддержка на федеральном и региональном уровне (спорткомитеты и федерации по видам спорта) массовых видов ветеранского спорта в организационном – расширение системы соревнований, создание условий для тренировок, медицинское и методическое обеспечение именно достиженческого направления, так и на индивидуальном – поддержка выдающихся спортсменов ветеранов.

Ключевые слова: спортсмены-ветераны, спортсмены старших возрастных групп, социально-психологические особенности, достиженческое направление физической активности, организованная соревновательная деятельность.

Для цитирования: Столяр Л.М., Столяр К.Э., Витько С.Ю. Выполнение показателей национальных целей развития РФ через вовлечение в спортивное ветеранское движение // Культура физическая и здоровье. 2022. № 2. С. 39-44. DOI: 10.47438/1999-3455_2022_2_39.

Введение

Государственные органы определяют целевые показатели довести долю занимающихся регулярной двигательной активностью к 2030 году до 70 % от всего активного населения, в том числе и через «создания условий для эффективного функционирования системы подготовки и участия в соревнованиях спортсменов для всех возрастных групп»¹ [3, 4]. Организованная соревновательная деятельность и подготовка к ней является одним из значимых стимулов для привлечения

всех слоёв населения к регулярным занятиям теми или иными видами спорта. В тоже время, ветеранский спорт как социальный феномен существует и развивается уже достаточно длительное время (например, легкоатлетические соревнования на международном уровне проводятся с 1975 года, а российские с 1986 года) [5, 6]. За это время произошло количественное и качественное развитие данного вида соревновательной деятельности. Однако в последнее время произошла некоторая стабилизация, так, к примеру количество участников летнего первенства России по лёгкой атлетике уже более 10 лет составляет около 500 человек разных возрастов [7]. Та же ситуация наблюдается и в других видах спорта (плавание, лыжный спорт и др.) [1]. Актуальными представляются исследования по выявлению особенностей занимающегося подготовкой к вете-

© Столяр Л.М., Столяр К.Э., Витько С.Ю., 2022

¹ «Сохранение населения, здоровье и благополучие людей», Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

ранским соревнованиям контингента, для выявления эффективных средств целенаправленного воздействия на аналогичные слои населения, чтобы выйти на запланированные показатели.

Целью исследования являлось выявление психолого-педагогических и социологических параметров лиц регулярно выступающих в соревнованиях старших возрастных групп по легкой атлетике и осуществляющих подготовку к ней для целенаправленного воздействия на аналогичные слои населения, чтобы увеличить количество занимающихся двигательной активностью.

Методами исследования являлся опрос ветеранского сообщества регулярно участвовавших в соревнованиях по легкой атлетике и статистическая обработка полученных результатов.

Результаты исследования и их обсуждение

Всего в проведенном опросе январь-февраль 2022 г. принимало участие 114 человек. Возрастной диапазон опрошенных охватывает от 35 до 80 лет. Следует отметить, что в своих возрастных группах данные спортсмены занимали высокие места на международных соревнованиях, хотя сейчас участие этих атлетов в международных соревнованиях временно ограничено

из-за политических причин и антидопинговых санкций к ВФЛА, хотя в никаких допинговых нарушениях данные спортсмены замечены не были [2]. В процентном соотношении наибольшее количество входит в группы 50–54 лет (19 чел.) – 17,3 %, 55–59 лет (17 чел.) – 15,5 %, 60–64 лет (16 чел.) – 14,5 %. Это свидетельствует о том, что они входят в активную группу населения и занимаются спортом параллельно с основной трудовой деятельностью [8, 9].

Большинство из опрошенных имеют многолетний стаж тренировок в ветеранском спорте – около 70 % занимаются более 5 лет. Следует отметить что в возрастной группе 35–39 лет менее 5 лет тренируются и выступают в ветеранских соревнованиях – 7 чел., 40–44 года – 5 чел., 44–49 лет – 5 чел., 50–55 лет – 6 чел. Это можно расценивать как отсутствие принципиальной разницы к ограничению возрастных рамок возвращения к регулярным тренировочным занятиям в легкоатлетических видах.

Важным моментов является и то, что только 5 % (6 человек) не занимались спортом в молодом возрасте. Остальные достигали успехов, в основном в том или иной виде легкой атлетики – достигли уровня МС, КМС и 1 разряда в сумме более 70 % (рис. 1).



Рис. 1 – Уровень спортивного мастерства участников опроса во время занятий спортом в молодом возрасте

Поэтому выглядит логичным, что и в ветеранском спорте опрошенные выбирают те виды, которыми занимались в молодом возрасте (рис. 2).

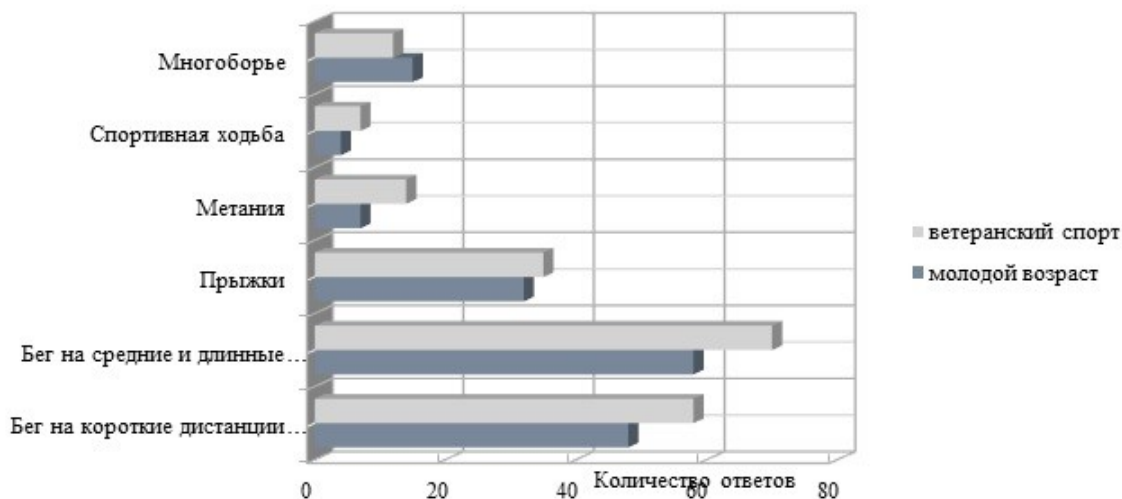


Рис. 2 – Виды лёгкой атлетики которыми занимаются опрошенные в молодом возрасте и в ветеранском спорте

Причины побудившие возобновить тренировочную и соревновательную деятельность, а только 22,8 % не прерывали двигательную активность, у 50 % перерыв составлял более 15 лет, у большинства опрошенных связаны прежде всего с неудовлетворённостью спор-

тивной карьерой в молодом возрасте, а также сохранить активную жизнедеятельность, стремление сохранить высокую работоспособность и здоровье, эмоциональное удовлетворение от двигательной деятельности и конкурентной борьбы (рис. 3).



Рис. 3 – Наиболее популярные причины, побудившие опрошенных возобновить (продолжить) занятия ветеранским спортом (в % от общего количества ответов)

Это соотносится и с ответами на изменения связанные с объективными и субъективными показателями здоровья после возобновления тренировочной деятельности. Улучшилось самочувствие у 31,6 %, ухудшилось у 12,3 %.

Следует отметить, что не смотря на профессиональную подготовленностью в данном виде спорта большинство опрошенных не избежали травм – 73,7 %. Причём у 46,5 % травмы случались 1-3 раз, а у

28,9 % – более 3 раз. Причинами травматизма опрошенные обозначают в основном методико-педагогические ошибки: Неправильное планирование 54,5 %, перетренированность – 22,7 %. В тоже время отмечают и возрастные изменения в организме – 40,9 % и определённые стечения обстоятельств – 19,3 %. Из чего можно сделать заключение, что существует некоторый недостаток организационно-методического сопровождения для тренировки лиц

Укажите сколько примерно раз в неделю Вы тренируетесь в настоящее время – количество

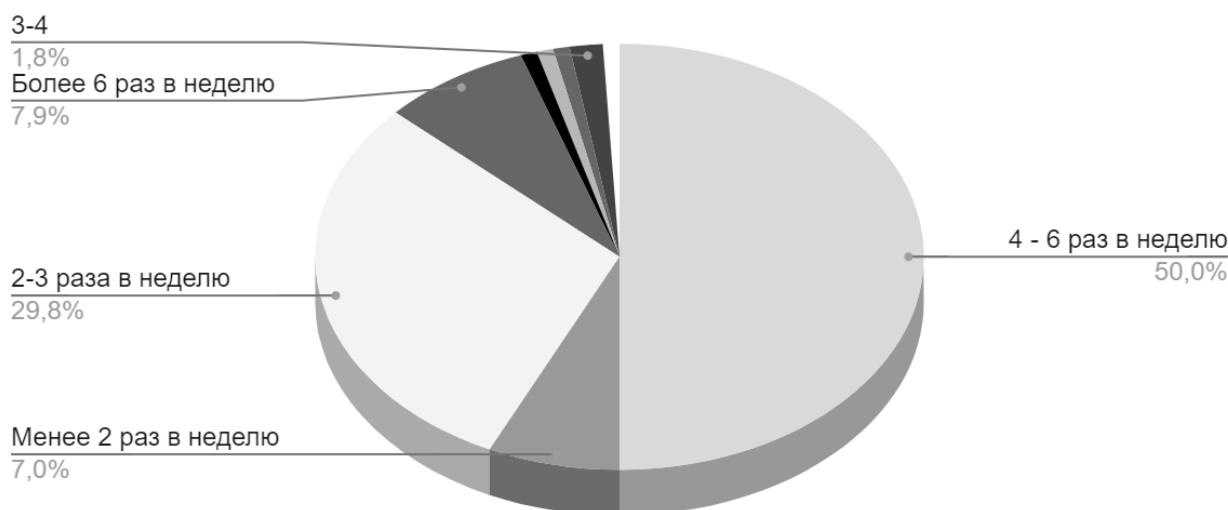


Рис. 4 – Недельные объёмы тренировочных нагрузок по результатам проведённого опроса

Выводы

По результатам проведённого исследования можно сделать некоторые обобщения. Увеличение численности регулярно занимающихся двигательной активностью, особенно в старших возрастных группах, требует комплексного решения ряда существующих вопросов, связанных как с организационными проблемами, так и с определением средств воздействия на разные целевые группы населения. Существующий длительное время (более 40 лет) феномен ветеранского спорта даёт положительный пример длительных регулярных тренировок, стимулируемых стремлением достижения максимальных индивидуальных показателей в условиях организованной соревновательной деятельности. Особенно в доступных, массовых видах спорта, не связанных с дорогой экипировкой, сложных спортивных сооружений и др. (лёгкая атлетика, плавание, спортивные игры, лыжный спорт и др.). Основной резерв в привлечении к ветеранским соревнованиям новых последователей заключается в мобилизации бывших воспитанников спортивных школ и секций, возможно не достигших профессиональных результатов, но имеющих представление о сущности данной спортивной деятельности. По различным данным ежегодно на эта-

пе высшего спортивного мастерства численность занимающихся составляет около 10000 чел., а этапе спортивного совершенствования – более 50 000 чел.

В связи с этим можно обозначить несколько перспективных направлений деятельности: - расширение охвата спортивными секциями различного уровня для детей и юношества как создание базы или задела для активного спортивного долголетия, в том числе и в рамках ветеранского спорта (достиженческого направления): определённая поддержка на федеральном и региональном уровне (спорткомитеты и федерации по видам спорта) массовых видов ветеранского спорта в организационном – расширении системы соревнований, создание условий для тренировок, медицинское и методическое обеспечение именно достиженческого направления, так и на индивидуальном – поддержка выдающихся спортсменов ветеранов.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Иванов В.А. Исследование воздействия тренировки на средних высотах на уровень подготовленности спортсменов // В сборнике: Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов. Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Москва, 2021. С. 984-988.
2. Пуховская М.Н. Формирование антидопинговой культуры в пространстве вуза. СПб: Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 10 (176). С. 283-287.
3. Столяр К.Э. Перспективы проведения российских комплексных соревнований ветеранов. Тула: Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2017. № 1. С. 201-207.

4. Столяр К.Э. «Стратегия развития ФКиС» и достиженческое направление соревновательной деятельности спортсменов старших возрастных групп. Тула: Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. № 3. С. 147-154.

5. Столяр, Л.М. Особенности возрастных изменений физических способностей на основе результатов в видах лёгкой атлетики у спортсменов старших возрастных групп / Л.М. Столяр, К.Э. Столяр, С.Ю. Витько // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2020. - № 5 (183). - С. 419-424.

6. Столяр, Л.М. Особенности динамики тренированности спортсменов старших возрастных групп в скоростно-силовых видах лёгкой атлетики / Л.М. Столяр, К.Э. Столяр, И.А. Бабенов // Культура физическая и здоровье. - 2020. - № 2 (74). - С. 20-25.

7. Столяр Л.М. Социальный феномен ветеранского спорта / Л.М. Столяр, К.Э. Столяр, И.А. Бабенов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2019. № 1. С. 9-10.

8. Шутова Т.Н. Модель социально-психологической адаптации высококвалифицированных спортсменов в постсоревновательном периоде жизни / Т.Н. Шутова, К.Э. Столяр, М.А. Кузьмин, Т.П. Высоцкая, С.М. Носов – СПб: Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 7 (161). С. 312-317.

9. Shutova T., Stolyar K., Vysotskaya T. Socio-psychological problems of highly trained athletes upon completion of Social psychology sports career //Journal of Physical Education and Sport. - 2019. - Т. 19. - №. 1. - С. 652-657.

References

1. Ivanov, V.A. Investigation of the impact of training at medium heights on the level of preparedness of athletes / Ivanov V.A., Zapparov R.I., Salavatov K.A., Betmirzaev A.A. // In the collection: Current problems, current trends in the development of physical culture and sports, taking into account the implementation of national projects. Materials of the III All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation. Moscow, 2021. pp. 984-988.

2. Pukhovskaya M. N. Formation of anti-doping culture in the University space / M. N. Pukhovskaya-SPb: Scientific notes of the University. P. F. Lesgaft. 2019. No. 10 (176). Pp. 283-287.

3. Stolyar K. E. Prospects for conducting Russian comprehensive research / K. E. Stolyar, L. M. Stolyar, I. A. Babenov - Tula: proceedings of the Tula state University. Physical Culture. Sport. 2017. No. 1. Pp. 201-207.

4. Stolyar K. E. "Strategy of development of Fkis" and achievable direction of joint activity of athletes of senior age groups / K. E. Stolyar, L. M. Stolyar-Tula: news of the Tula state University. Physical Culture. Sport. 2015. No. 3. Pp. 147-154.

5. Stolyar, L.M. Features of age-related changes in physical abilities based on results in athletics in athletes of older age groups / L.M. Stolyar, K.E. Stolyar, S.Y. Vitko // Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. - 2020. - № 5 (183). - Pp. 419-424.

6. Stolyar, L.M. Features of the dynamics of the fitness of athletes of older age groups in speed and power athletics / L.M. Stolyar, K.E. Stolyar, I.A. Babenov // Physical culture and health. - 2020. - № 2 (74). - Pp. 20-25.

7. Stolyar L. M. Social phenomenon of veteran sports / L. M. Stolyar, K. E. Stolyar, I. A. Babenov // Physical culture: upbringing, education, training. - 2019. No. 1. Pp. 9-10.

8. Shutova T. N. Model of socio-psychological adaptation of highly qualified athletes in the post-Soviet period of life / T. N. Shutova, K. E. Stolyar, M. A. Kuzmin, T. p. Vysotskaya, S. M. Nosov - Saint Petersburg: Scientific notes of the University. P. F. Lesgaft. 2018. No. 7 (161). Pp. 312-317.

9. Shutova T., Stolyar K., Vysotskaya T. Socio-psychological problems of highly trained athletes upon completion of Social psychology sports career //Journal of Physical Education and Sport. - 2019. - Т. 19. - №. 1. - С. 652-657.

Поступила в редакцию 06.05.2022

Подписана в печать 30.06.2022

**IMPLEMENTATION OF INDICATORS OF THE NATIONAL DEVELOPMENT PURPOSES
OF THE RUSSIAN FEDERATION THROUGH INVOLVEMENT IN THE SPORTS VETERAN MOVEMENT**Lyubov M. Stolyar¹, Konstantin E. Stolyar², Sergey Yu. Vitko³*Moscow Pedagogical State University¹**Moscow, Russia**Plekhanov Russian University of Economics^{2,3}**Moscow, Russia*¹ *PhD of Pedagogy, Associate Professor, Department of Sport Disciplines and Methods of Teaching**ph.: +7(495)438-07-81, e-mail: lm.stolyar@mpgu.org**ORCID 0000-0003-0952-5076*² *PhD of Pedagogy, Associate Professor of Physical Education Department**ph.: +7(495)800-12-00 (ext. 1158/1189), e-mail: stolyar.ke@rea.ru**ORCID 0000-0002-6724-2771*³ *Senior Lecturer of Physical Training Department**ph.: +7(495)800-12-00 (ext. 1158/1189); e-mail: vitko.sy@rea.ru**ORCID 0000-0002-0740-8119*

Abstract. In order to create conditions for the effective functioning of the system of training and participation in competitions of athletes for all age groups, studies summarizing the phenomenon of veteran sports that has existed for a long time (more than 40 years) are relevant. As a positive example of long-term regular training stimulated by the desire to achieve maximum individual performance in an organized competitive activity. The study of the socio-pedagogical portrait of participants in veteran athletics competitions allows us to identify the target audience for expanding the number of regularly engaged in sports. The main characteristics of athletes with a long experience of training activities in veteran sports are: training experience and sports qualifications at a young age, the desire to maintain high performance and health, emotional satisfaction from motor activity and competitive struggle. Promising areas of activity for expanding the audience engaged in regular training will be: – expanding the coverage of sports sections of various levels for children and youth as a base or reserve for active sports longevity, including within the framework of veteran sports (achievement direction); – certain support at the federal and regional level (sports committees and sports federations) of mass types of veteran sports in organizational terms – expansion of the competition system, creation of conditions for training, medical and methodological support of the achievement direction, and at the individual level – support of outstanding masters athletes.

Keywords: masters athletes, athletes of older age groups, socio-psychological characteristics, achievable direction of physical activity, organized competitive activity.

Cite as: Stolyar, L. M., Stolyar, K. E., Vitko, S. Yu. (2022) Implementation of indicators of the national development purposes of the Russian Federation through involvement in the sports veteran movement. *Physical Culture and Health*. (2), 39-44. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2022_2_39.

Received 06.05.2022

Accepted 30.06.2022