

Научная статья
УДК 796.526

Отношение тренеров по скалолазанию к планированию и контролю спортивной подготовки

А. В. Шувалов^{1✉}, Ш. З. Хуббиев²

¹Санкт-Петербургский подростково-молодежный центр Калининский, Россия, 195273, Санкт-Петербург, ул. Руставели, д. 37

²Санкт-Петербургский государственный университет, Россия, 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., д. 7–9

Шувалов Антон Валериевич, руководитель клубного формирования, parbaty@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8285-5445>

Хуббиев Шайкат Закирович, доктор педагогических наук, профессор кафедры физической культуры и спорта, khubbiev@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-6143-8730>

Аннотация. В настоящее время отмечается недостаточность научно-методического обоснования учебно-тренировочного процесса в скалолазании. Целью исследования является обоснование применения тренерами по скалолазанию методов учета и контроля результатов спортивной подготовки, а также планирования видов подготовки в системе спортивной подготовки в зависимости от опыта работы и наличия образования. Использован опросник, в который включены вопросы по теме планирования и контроля результатов в скалолазании. Опросник был выполнен в электронном виде, в сети Интернет с использованием электронного облачного сервиса Гугл-формы, опрошены 63 тренера спортивных организаций, занимающиеся подготовкой скалолазов. Установлено, что тренеры со спортивным образованием чаще применяют планирование тренировочного процесса, процедуры контроля и учета результатов, отмечают достижение состояния спортивной формы к соревнованиям у воспитанников. Опыт работы и опыт занятия спортивным скалолазанием не являются значимыми.

Ключевые слова: скалолазание, планирование, контроль и учет, программы и планы подготовки

Для цитирования: Шувалов А. В., Хуббиев Ш. З. Отношение тренеров по скалолазанию к планированию и контролю спортивной подготовки // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2024. Т. 3, вып. 1. С. 96–102. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2024-3-1-96-102>, EDN: KDJIOU

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Rock climbing coaches' attitude to sports training planning and control

A. V. Shuvalov^{1✉}, Sh. Z. Hubbiyev²

¹Petersburg State Budgetary Institution PMC Kalininsky, 37 Rustaveli St., Saint Petersburg 195273, Russia

²Saint Petersburg State University, 7–9 Universitetskaya embankment, Saint Petersburg 199034, Russia

Anton V. Shuvalov, parbaty@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8285-5445>

Shaikat Z. Hubbiyev, khubbiev@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-6143-8730>

Abstract. Currently, there is a lack of scientific and methodological substantiation of the educational and training process in rock climbing. The purpose of the study is to substantiate the use by climbing coaches of methods for recording and monitoring the results of sports training, as well as planning types of training in the sports training system, depending on work experience and education. A questionnaire was used, which included questions on the topic of planning and monitoring results in rock climbing. The questionnaire was filled in electronically, on the Internet using the Google Forms service, and 63 trainers of sports organizations involved in training climbers were interviewed. It has been established that coaches with a sports education more often use planning of the training process, procedures for monitoring and recording results, and note the achievement of a state of sports form for competitions among students. Work experience and experience in sport climbing are not significant.

Keywords: rock climbing, planning, monitoring and accounting, training programs and plans

For citation: Shuvalov A. V., Hubbiyev Sh. Z. Rock climbing coaches' attitude to sports training planning and control. *Physical Education and University Sport*, 2024, vol. 3, iss. 1, pp. 96–102 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2024-3-1-96-102>, EDN: KDJIOU

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC0-BY 4.0)

Введение

Планирование в спорте – это разработка планов, составленных на различные промежутки времени (многолетний, годовой, полугодовой, месячный, недельный, на одно занятие), целью которых является развитие уровня подготовленности спортсменов. В планах подготовки отражаются задачи, которые должны быть достигнуты в соответствующие промежутки времени [1–3]. Знание реакции организма человека на получаемые в процессе тренировок и соревнований нагрузки позволяет вывести спортсмена на уровень высокой подготовленности, а также управлять процессом становления, сохранения и утраты спортивной формы в планируемые периоды подготовки. Информация о результатах тренировочных нагрузок и восстановления получается с помощью методов контроля [4, 5].

Опрос специалистов спортивных школ показал, что у них есть понимание необходимости разработки специализированных программ спортивной подготовки на основе федерального стандарта спортивной подготовки (ФССП). Они правильно представляют структуру и содержание программ спортивной подготовки по скалолазанию [6].

При проведении опроса тренеров ДЮСШ Санкт-Петербурга установлено, что у 90% из них имеется высшее образование по физической культуре и спорту, при этом около трети специалистов не имеют опыта разработки программ спортивной подготовки. Около 20% тренеров не знают о том, что имеются нормативно-правовые документы, регулирующие подготовку спортивного резерва. Что касается содержания программ спортивной подготовки, то тренеры затрудняются высказать свое понимание разделов «Методическая часть программы» и «Система контроля и зачетные требования» [7].

В международном опросе тренеров спортивных организаций, проведенном для определения их способности использовать в процессе построения спортивной подготовки концепцию периодизации спортивной тренировки, участвовали 84% квалифицированных тренеров. Около

двух третей из них в своей деятельности использует методы планирования процесса тренировки, но при этом не различают понятия «планирование» и «периодизация тренировки» [8].

Для получения общих представлений тренеров и спортсменов о различных сторонах состава средств и методов спортивной подготовки в скалолазании также довольно часто используют опросы. Имеются данные опросов о применении тренажера кампусборд для тренировки скалолазов с целью развития у них силы хвата [9], о соотношении различных сторон подготовки в скалолазании [10]. С учетом опыта проведения экспертного опроса опытных тренеров по скалолазанию создана анкета, позволяющая выявить оценку уровня развития психологической подготовленности скалолазов и направления ее развития [11]. Путем опроса установлено, что практически все респонденты считают количество существующих в скалолазании методов подготовки недостаточным [12]. Опрос спортсменов выявил, что результативность в скалолазании в большей мере зависит от физической подготовленности, в частности, от силы хвата, чем от других составляющих, а также силы рук и корпуса [13].

В скалолазании задача контроля результативности тренировочных нагрузок, а также вопросы планирования отражены в положениях ФССП по виду спорта «Скалолазание». Несмотря на наличие требований к планированию и контролю, в общем виде представленных в ФССП, отмечается недостаточность научно-методического обоснования учебно-тренировочного процесса в скалолазании [14, 15]. Также отсутствуют сведения об использовании средств планирования и контроля в скалолазании в зависимости от опыта и образования тренеров.

Целью исследования является определение специфики применения тренерами по скалолазанию методов учета и контроля результатов, планирования подготовки при проведении тренировочного процесса в зависимости от опыта работы, опыта занятий спортивным скалолазанием и спортивного образования.

Предположительно правильность в использовании методов планирования, контроля и учета результатов спортивной подготовки тренера

ми по скалолазанию зависит от опыта их работы, наличия спортивного образования и опыта в проведении занятий по спортивному скалолазанию.

Материалы и методы

Для достижения цели исследования был составлен опросник, в который включены вопросы по теме планирования и контроля результатов в скалолазании.

Все вопросы были согласованы с экспертами. В качестве экспертов выступили:

Маркелов В. В. – кандидат технических наук, старший научный сотрудник; доцент СПбГПУ; мастер спорта СССР по скалолазанию, Мастер спорта СССР по альпинизму; многократный чемпион и призер соревнований различного ранга по альпинизму и скалолазанию; старший тренер и капитан команды Ленинградского и Всесоюзного «Буревестника» по скалолазанию с 1960-х по 1990-е гг.;

Коваль Т. И. – мастер спорта СССР по скалолазанию, кандидат геолого-минералогических наук, доцент общеуниверситетской кафедры физической культуры и спорта СПбГУ, преподаватель высшей категории;

Котченко Ю. В. – мастер спорта по альпинизму, кандидат технических наук, доцент СевГУ;

Кикенов И. А. – кандидат в мастера спорта по скалолазанию, преподаватель первой категории.

Опросник был выполнен в электронном виде, в сети Интернет с использованием сервиса Гугл-формы. Ссылка на опросник была отправлена посредством сети Интернет в спортивные организации, занимающиеся подготовкой скалолазов. Участие в опросе приняли 63 тренера по скалолазанию из 27 городов России.

Результаты и их обсуждение

В связи с тем что ответы на вопросы были составлены в ранговой шкале, достоверность различий определялась с использованием критерия хи-квадрат. Всего в исследовании приняли участие 26 тренеров, имеющих спортивное образование, и 37, не имеющих его. Использование критерия хи-квадрат показало отсутствие достоверного различия в распределении ($> 0,05$), что свидетельствует об одинаковом количестве тренеров по скалолазанию со спортивным образованием и без него. Опыт работы тренеров в среднем 8,5 лет (от 6,5 до 10,5 с учетом доверительного интервала). Большинство

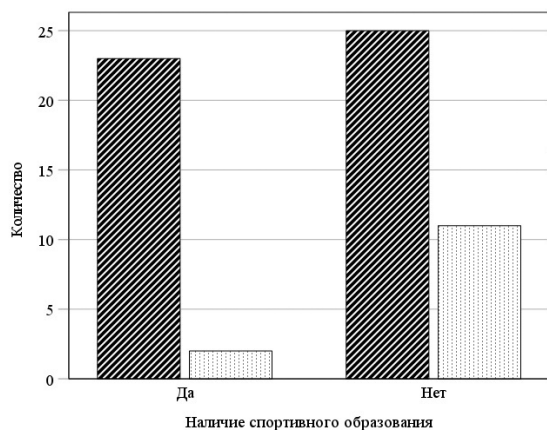
тренеров ответили утвердительно на вопрос об опыте занятий спортивным скалолазанием (48 из 63), распределение достоверно ($p = 0,001$) и отличается от ожидаемого равномерного.

На вопрос об использовании в работе планов и программ подготовки большинство тренеров (50 из 63) ответили положительно, различия достигли высокой степени достоверности ($p = 0,001$). В ответ на вопрос об использовании воспитанниками индивидуального тренировочного дневника большинство тренеров (45 из 63) ответили отрицательно ($p = 0,001$). Большинство тренеров проводят процедуру текущего и оперативного контроля (39 из 63, $p = 0,02$). Половина тренеров не проводят процедуру этапного контроля. Различия между двумя группами не достоверны ($p > 0,05$), что свидетельствует об отсутствии различий между группами.

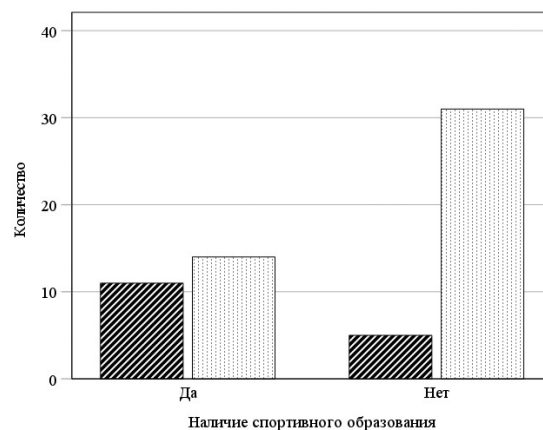
В ответах на вопросы о проведении этапного контроля и выведения воспитанников на достижение спортивной формы к соревнованиям не получено достоверных различий ($p > 0,05$), что свидетельствует о распределении ответов, не отличающихся от ожидаемого. Половина тренеров не проводят этапный контроль.

Для поиска связи между переменными, измеряющими проведение тренерами процедур контроля, планирования подготовки и имеющих спортивное образование, использовался анализ таблиц сопряженности и критерий хи-квадрат, так как все переменные измерены в ранговой размерности. Для определения силы связи применялся критерий фи, так как все переменные измерены в двухранговой шкале.

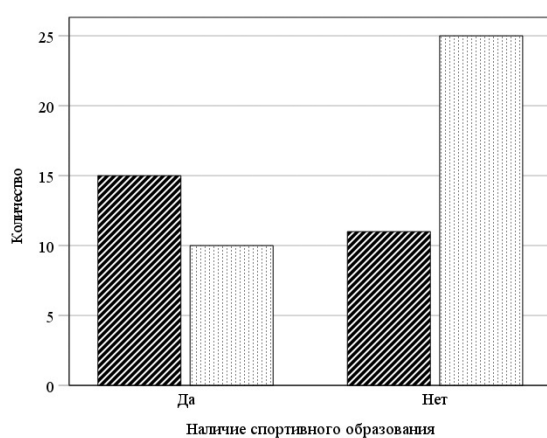
Установлено, что тренеры, имеющие спортивное образование, чаще ожидаемого равномерного распределения используют в работе планы и программы подготовки ($p = 0,034$), уровень связи между переменными достигает низкого уровня (фи = 0,27). Воспитанники тренеров со спортивным образованием чаще ожидаемого равномерного распределения ведут индивидуальные тренировочные дневники ($p = 0,009$) при среднем уровне связи (фи = 0,33). Тренеры со спортивным образованием чаще ожидаемого равномерного распределения, по сравнению с тренерами без спортивного образования, проводят процедуру этапного контроля ($p = 0,022$, фи = 0,29), используют концепцию периодизации при организации тренировочного процесса ($p = 0,04$, фи = 0,26), чаще реализуют достижение воспитанниками состояния спортивной формы к соревнованиям ($p = 0,009$, фи = 0,34). Наглядно полученный результат виден на рисунке.



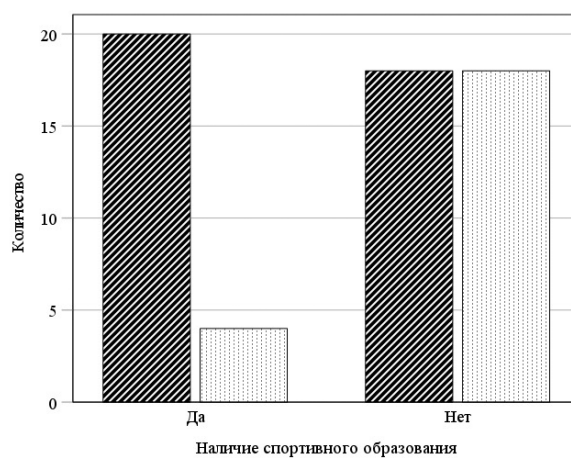
a/a



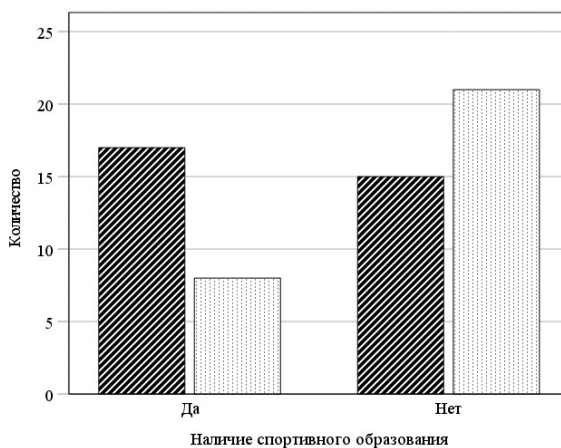
б/б



в/в



г/г



д/д

Связь между наличием и отсутствием спортивного образования у тренеров по скалолазанию, планированием и использованием методов контроля в тренировочном процессе ($n = 63$): а – использование планов и программ подготовки; б – ведение воспитанниками индивидуального тренировочного дневника с заполнением планируемых и полученных нагрузок; в – проведение этапного контроля; г – выведение воспитанников на пик спортивной формы к соревнованиям; д – использование при планировании тренировок концепции периодизации; ▨ – да, ▩ – нет

Fig. Correlation between availability of sports education for rock climbing coaches, planning and the use of control methods in training process ($n = 63$): a – use of training plans and programs; b – keeping an individual training diary by students with filling in the planned and received loads; c – carrying out stage-by-stage control; d – bringing students to the peak of their sports form for competitions; e – using the concept of periodization when planning training; ▨ – yes, ▩ – no

В исследовании не установлено связи между переменными, измеряющими применение процедур планирования и контроля при организации тренировочного процесса тренерами по скалолазанию и опытом у них спортивного скалолазания и опытом работы (уровень достоверности во всех случаях более 0,05). В связи с тем что опыт работы измерен в количественной размерности, а применение тренерами методов планирования и контроля в двухранговой, для поиска связи применялся непараметрический критерий Манна – Уитни. Во всех случаях уровень достоверности не достиг необходимого уровня (p во всех случаях более 0,05).

В настоящий момент в России в спортивных организациях половина тренеров по скалолазанию не имеют профессионального образования по физической культуре и спорту. Большинство тренеров лишь занимались спортивным скалолазанием. Опыт их работы составляет от 6,5 до 10,5 лет.

Значительная часть тренеров использует существующие программы и планы подготовки, проводит процедуру текущего и оперативного контроля. Они не принуждают воспитанников использовать индивидуальные тренировочные дневники. Половина тренеров реализуют достижение воспитанниками состояния спортивной формы к соревнованиям, а также реализуют процедуру этапного контроля.

На понимание тренерами по скалолазанию необходимости планирования, контроля и учета результатов тренировочного процесса, а также достижения воспитанниками должного состояния спортивной формы к соревнованиям значимо влияет наличие у них профессионального образования по физической культуре и спорту. Другие факторы, учитываемые нами в исследовании (опыт работы, опыт занятия спортивным скалолазанием), не влияют на обязательность осуществления планирования, контроля и учета тренировочного процесса и соревновательной деятельности.

Выводы

Методическое сопровождение тренировочного процесса в скалолазании зависит, в первую очередь, от подготовки кадров (наличия или отсутствия у тренеров по скалолазанию профессионального образования по физической культуре и спорту). Другие факторы, к которым относятся опыт работы и опыт занятия спортивным скалолазанием, имеют второстепенное значение. В связи с тем, что методическое сопровождение играет важную роль в повышении качества

и эффективности работы тренера, в целях роста показателей воспитанников необходимо повышение уровня образования тренеров по скалолазанию.

Результаты данного исследования демонстрируют малое количество тренеров по скалолазанию, имеющих профессиональное образование, в настоящее время в России (половина тренеров не имеет профессионального образования по физической культуре и спорту) и подтверждают необходимость проведения у тренерского состава профессиональной переподготовки или повышения квалификации. Увеличение числа тренеров с профессиональным образованием по физической культуре и спорту будет способствовать повышению качества методического сопровождения тренировочного процесса и соревновательной деятельности в спортивных организациях и в целом сможет повысить качество спортивной подготовки занимающихся.

Результаты настоящего исследования адресуются к рассмотрению руководством спортивных организаций, занимающихся подготовкой скалолазов.

Список литературы

1. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев : Олимпийская литература, 1997. 557 с
2. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. Киев : Олимпийская литература, 2004. 806 с
3. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. М. : Советский спорт, 2004. 463 с.
4. Царанков В. Л., Степанцов В. М., Борсук В. Н. Комплексный контроль в управлении тренировочным процессом // Здоровье для всех: сборник статей V Международной научно-практической конференции, Пинск, 25–26 апреля 2013 года. Ч. II. Пинск : Полесский государственный университет, 2013. С. 234–237. EDN ZDANZB
5. Махов С. Ю. Комплексный контроль в управлении тренировочным процессом // Наука-2020. 2020. № 6 (42). С. 124–133.
6. Филиппов С. С., Михайлова Е. Я., Ермилова В. В. Результаты исследования отношения специалистов ДЮСШ к разработке программ спортивной подготовки // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2015. № 12 (130). С. 268–273.
7. Курамшин Ю. Ф., Филиппов С. С., Бирюкова К. А. Отношение тренеров спортивных школ к разработке программ спортивной подготовки // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2017. № 12 (154). С. 151–156.
8. Anyadike-Danes K., Donath L., Kiely J. Coaches' perceptions of common planning concepts within training theory: An international survey // Sports Medicine-Open. 2023. Vol. 9, iss. 1. Article number 109. <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00657-6>

9. McMullen C. W., Mugleston B. J., Booker L. N. Coaches' attitudes toward campus board training in adolescent climbers in the United States // *Wilderness & Environmental Medicine*. 2021. Vol. 32, iss. 2. P. 168–175.
10. Севостьянова Е. В. Педагогическая технология повышения стрессоустойчивости у спортсменов-скалолазов: дис. ... канд. пед. наук М., 2021. 207 с.
11. Santolaya M., Rubio V., Ruiz-Barquín R. Checklist of psychological variables involved in climbing. Operationalizing expert's knowledge // *Revista de Psicología del Deporte (Journal of Sport Psychology)*. 2022. Vol. 31, iss. 4. P. 152–166.
12. Мищенко Н. Ю. Развитие координационных способностей спортсменов 10–12 лет, занимающихся скалолазанием // *Культура физическая и здоровье*. 2020. № 2. С. 111–120. https://doi.org/10.47438/1999-3455_2020_2_111
13. Терентьев С. А., Завьялова О. Б. Выявление особенностей организации тренировочного процесса скалолазов // Педагогика и современное образование: традиции, опыт и инновации: сборник статей IV Международной научно-практической конференции, Пенза, 10 ноября 2018 г. Пенза : МЦНС «Наука и Просвещение», 2018. С. 203–205. EDN VOVWOQ
14. Приказ Министерства спорта РФ от 1 июня 2021 г. № 393 Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «скалолазание». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401339210/> (дата обращения: 11.01.2024).
15. Бухарина М. П. Современные подходы к повышению эффективности тренировочного процесса в скалолазании // Современное образование, физическая культура и спорт: материалы региональной научно-практической конференции, посвященной 25-летию образования факультета зимних видов спорта и единоборств Уральского государственного университета физической культуры. Челябинск, 15 декабря 2015 г. Челябинск : Уральский государственный университет физической культуры, 2015. С. 31–34. EDN WIVEBX
- Part II]. Pinsk, Polesie State University Publ., 2013, pp. 234–237 (in Russian). EDN ZDAHZB
5. Makhov S. Y. Comprehensive control in management of the training process. *Science-2020*, 2020, no. 6 (42), pp. 124–133 (in Russian). EDN QKWPAW
6. Filippov S. S., Mikhailova E. Ya., Ermilova V. V. Results of research of the attitude of specialists working for children and youth sports schools to development of programs of sports preparation. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta [Scientific notes of P. F. Lesgaft University]*, 2015, no. 12 (130), pp. 268–273 (in Russian).
7. Kuramshin Yu. F., Filippov S. S., Biryukova K. A. Sports school coaches' attitude to developing sports training programs *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta [Scientific notes of P. F. Lesgaft University]*, 2017 no. 12 (154), pp. 151–156 (in Russian).
8. Anyadike-Danes K., Donath L., Kiely J. Coaches' perceptions of common planning concepts within training theory: An international survey. *Sports Medicine-Open*, 2023, vol. 9, iss. 1, article no. 109. <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00657-6>
9. McMullen C. W., Mugleston B. J., Booker L. N. Coaches' attitudes toward campus board training in adolescent climbers in the United States. *Wilderness & Environmental Medicine*, 2021, vol. 32, no. 2, pp. 168–175.
10. Sevost'janova E. V. *Pedagogical technology for increasing stress resistance in climbing athletes*. Diss. Cand. Sci. (Ped.). Moscow, 2021. 207 p. (in Russian).
11. Santolaya M., Rubio V., Ruiz-Barquín R. Checklist of psychological variables involved in climbing. Operationalizing expert's knowledge. *Revista de Psicología del Deporte (Journal of Sport Psychology)*, 2022, vol. 31, no. 4, pp. 152–166.
12. Mishchenko N. Yu. Development of coordination abilities of athletes 10–12 years old engaged in rock climbing *Physical Culture and Health*, 2020, no. 2, pp. 111–120 (in Russian). https://doi.org/10.47438/1999-3455_2020_2_111
13. Terent'ev S. A., Zav'yalova O. B. Identification features of organization of climbers training process. *Pedagogika i sovremennoe obrazovanie: traditsii, opyt i innovatsii: sbornik statej IV Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii, Penza, 10 nojabrja 2018 g.* [Pedagogy and modern education: Traditions, experience and innovations: Collection of articles of the IV International Scientific and Practical Conference, Penza, November 10, 2018]. Penza, MTsNS “Наука и Prosveshchenie”, 2018, pp. 203–205 (in Russian). EDN VOVWOQ.
14. *On approval of the federal standard of sports training for the sport “rock climbing” Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation No. 393 dated June 1, 2021* (in Russian). Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401339210/> (accessed January 11, 2024).
15. Bukharina M. P. Modern approaches to improving the effectiveness of training process in rock climbing. In: *Sovremennoe obrazovanie, fizicheskaja kul'tura i sport: materialy regional'noj nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvjashchennoj 25-letiju obrazovanija fakul'teta zimnikh vidov sporta i edinoborstv Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoy kul'tury, Cheljabinsk, 15 dekabrja 2015 g.* [Modern education, physical culture and sports: Materials

References

1. Platonov V. N. *Obshchaya teoriya podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte* [The general theory of athletes' training in Olympic sports]. Kiev, Olimpijskaya literatura, 1997. 557 p. (in Russian).
2. Platonov V. N. *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obshchaya teoriya i ee prakticheskie prilozheniya* [The system of training athletes in Olympic sports. General theory and its practical applications] Kiev, Olimpijskaya literatura, 2004. 806 p. (in Russian).
3. *Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury. Pod red. Yu. F. Kuramshina* [Kuramshin Yu. F., ed. Theory and methodology of physical culture]. Moscow, Sovetskii sport, 204. 463 p. (in Russian).
4. Tsarankov V. L., Stepantsov V. M., Borsuk V. N. Integrated control in the management of training process. *Zdorov'ye dlya vsekh: Sbornik statej V Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii, Pinsk, 25–26 aprelya 2013 g. Ch. II* [Health for all: Collection of articles of the V International Scientific and Practical Conference, Pinsk, April 25–26, 2013.

of the regional scientific and practical conference dedicated to the 25th anniversary of the formation of the Faculty of Winter Sports and Martial Arts of the Ural State University of Physical

Culture, Chelyabinsk, December 15, 2015]. Chelyabinsk, Ural State University of Physical Culture Publ., 2015, pp. 31–34 (in Russian). EDN WIVEBX

Поступила в редакцию 12.01.2024; одобрена после рецензирования 18.01.2024; принята к публикации 20.01.2024
The article was submitted 12.01.2024; approved after reviewing 18.01.2024; accepted for publication 20.01.2024