

Лаборатория спортивного успеха ГГУ имени Ф. Скорины

16:40 / 01.02.2017

Автор: Вершинин Сергей

Фото: Анна Пащенко

Научно-исследовательская лаборатория олимпийских видов спорта при Гомельском государственном университете имени Ф. Скорины (руководитель – Геннадий Нарскин) очень часто упоминается, когда тот или иной белорусский спортсмен рассказывает, как он шёл к завоеванию медали, причём это зачастую касается наград чемпионатов Европы, мира и Олимпийских игр.



Вот уже пятнадцатый год лаборатория работает на базе и стараниями сотрудников факультета физической культуры университета. А началось всё в 2002 году, когда тренер сборной Беларуси по гребле на байдарках и каноэ Владимир Шантарович обратился к своему бывшему однокурснику Геннадию Нарскину с просьбой привнести больше науки в греблю. Начинали с каких-то мелочей, маленьких инструкций и методик (базы по сути тогда не было), но и они дали положи-

тельный эффект во время выступлений гребцов на Олимпийских играх 2004 года («бронза» Романа Петрушенко и Вадима Махнёва).

Перед Олимпиадой 2008 года сотрудники лаборатории пообещали тогдашнему губернатору Гомельской области Александру Якобсону золотую медаль. Но для этого попросили газоанализатор, а также некоторое другое оборудование. Вопрос был решён, а коллектив единомышленников очень плотно поработал и своё обещание выполнил. Шантарович просил полсекунды для улучшения результата «четвёрки», а получил полторы. Была правильно рассчитана акклиматизация, ребята «звенели», да и в психологическом плане всё было нормально. В итоге, в том числе и благодаря научной работе, олимпийское «золото» прибыло на Гомельщину.



И в дальнейшем гомельская олимпийская лаборатория работала на успехи наших спортсменов, о чём красноречиво свидетельствует фотогалерея с автографами в кабинете Геннадия Нарскина. Здесь можно увидеть фото многих белорусских героев Олимпиад: мужских и женских экипажей байдарок, пловчихи Александры Герасимени, биатлониста Сергея Новикова, борцов Джавида Гамзатова и Марии Мамошук. А можно вспомнить ещё многих других, кому сотрудничество с лабораторией помогало брать награды на турнирах самого высокого уровня. Это Алим Селимов, Тимофей Дейниченко, Андрей Кравченко, Игорь Макаров, Евгений Цуркин, Станислав Щербаченя... Есть здесь и книга почётных гостей, где самую проникновенную

благодарность-отзыв оставила героиня последней Олимпиады в Рио-де-Жанейро Мария Мамошук.



В своё время лаборатория стала работать не только с представителями индивидуальных видов спорта, но и с командами игровых видов. Среди прочих это футбольные «Гомель», солигорский «Шахтёр», бобруйская «Белшина», минское «Динамо», хоккейные – «Гомель» и минское «Динамо». В давнем партнёрстве представители гомельской спортивной науки и с флагманом белорусского футбола – борисовским БАТЭ. Кстати, буквально на днях лаборатория возвратилась домой из Борисова, где в тренировочном лагере БАТЭ проанализировала функциональное состояние игроков команды и, естественно, дала свои рекомендации. Есть опыт работы и за границей, когда по приглашению известного футбольного тренера Анатолия Юревича лаборатория выезжала в Казахстан. В игровых видах спорта есть своя специфика, как в подготовке к сезону, так и по его длительности, но исследования и рекомендации здесь находят понимание и востребованность у тренерских штабов команд. В футбол и хоккей играют те же спортсмены со своими индивидуальными физиологическими особенностями, которым необходимы и физическая выносливость, и психологическая устойчивость, и коммуникабельность, так как здесь очень важны коллективные действия.

Следует сказать, что выездные своеобразные мастер-классы приносят определённые финансовые средства.



Как подчеркнул во время нашего посещения лаборатории её руководитель доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник физической культуры и спорта Республики Беларусь Геннадий Нарскин, начинать надо с научного подхода и аналитики. Всё это мы стараемся привить тренеру и спортсмену в стенах нашей научно-исследовательской лаборатории. Опыт работы показывает, что высоких результатов в спорте можно добиться и без оголтелой фармакологической составляющей, которой многие тренеры в последнее время стали отдавать приоритет. Мы на практике доказываем, что есть большие резервы в основных системах организма спортсмена: сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и нервной, которые обеспечивают его работоспособность, пояснил руководитель лаборатории.

И ещё одна мысль Геннадия Ивановича проходила красной строкой во время нашей беседы. Главное в спорте, не умаляя значение других сопутствующих моментов, – это тренер и спортсмен. В подавляющем числе случаев больших успехов они добиваются тогда, когда работают как единое целое. Тренер должен не только контролировать тренировочный процесс, но и внимательно следить за изменениями в функциональном состоянии своего подопечного, постоянно корректировать нагрузки с учётом его текущего состояния, его слабых и сильных сторон. Сделать всё для того, чтобы лучший результат был показан на главном старте годичного цикла подготовки и особенно четырёхлетнем макроцикле – Олимпийских играх.



Кроме этого, Геннадий Нарскин часто приводит слова всё того же Анатолия Юревича о подготовке юных спортсменов: «Помимо спортивных показателей, у тренера должна быть и активная гражданская позиция. Он не должен уходить на уровень технаря, а вкладывать душу и сердце в своего ученика. Всегда надо оставаться с ним на принципах нравственности. Ученика надо развивать! Это самое интересное в тренерской работе, это высший класс! Надо творить». При этом Геннадий Иванович добавляет, что именно не тренировать, а развивать все физические качества юных спортсменов, планомерно закладывать в них фундамент общефизической подготовки на основе разнообразных тренировочных занятий, при этом уйти от форсированной подготовки, ради уверенного будущего пока ещё юного спортсмена.

Также Геннадий Нарскин и его главные помощники на сегодня кандидат педагогических наук, доцент Алексей Нарскин и магистр педагогических наук Сергей Мельников убеждены, что наши белорусские тренеры способны выводить своих учеников к вершинам Олимпа. Им только надо немного помочь в интерпретации полученных лабораторных данных, что будет способствовать более творческому отношению к своей работе, более осознанно управлять подготовкой своих учеников. Без чёткой системы научно-методического управления невозможен выход спортсмена на международный уровень. И здесь спортивная наука должна сказать своё веское слово.



Как мы видим по её работе, научно-исследовательская лаборатория олимпийских видов спорта при Гомельском государственном университете имени Ф. Скорины по-прежнему востребована. Не за горами новые Олимпийские игры, и надеемся, что фотогалерея с дарственными надписями в кабинете декана факультета физической культуры Геннадия Нарскина будет пополняться.

Читать полностью: <http://newsgomel.by/news/laboratoriya-sportivnogo-uspeha-ggu-imeni-f-skoriny>