

УДК 796.092

## СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ В РОССИИ



## HIGH PERFORMANCE SPORTS IN RUSSIA

### Андрейченко А.В.

доцент кафедры физического воспитания и спорта,  
Кубанский государственный технологический университет  
and-andreychenko@yandex.ru

### Шептицкая А.С.

студент группы 22-ЭБ-ГУ1,  
Институт экономики, управления и бизнеса (ИЭУБ);  
Кубанский государственный технологический университет  
arisaru@mail.ru

**Аннотация.** В данной статье рассматривается спорт высших достижений, его влияние на спортсменов. Целью исследования является определение уровня развития данного вида спорта в России и потенциала российских спортсменов. В ходе исследования проводился анализ достижений спортсменов в Олимпийских играх и их собственного мнения.

**Ключевые слова:** спорт, спорт высших достижений, Олимпийские игры, достижения России, рекорды.

### Andreychenko A.V.

Associate Professor of the Department  
of Physical Education and Sports,  
Kuban State Technological University  
and-andreychenko@yandex.ru

### Sheptitskaya A.S.

Student of group 22-EB-GU1,  
Institute of Economics  
Management and Business (IEUB);  
Kuban State Technological University  
arisaru@mail.ru

**Annotation.** this article discusses elite sport and its impact on athletes. The purpose of the study is to determine the level of development of this sport in Russia and the potential of Russian athletes. The study analyzed the achievements of athletes in the Olympic Games and their own opinions.

**Keywords:** sport, elite sport, Olympic Games, Russian achievements, records.

Спортом занимаются многие люди, он является методом поддержания здоровья, формы, или является для человека увлечением. Физической культурой занимаются школьники и студенты в учебных заведениях олимпийского резерва. Однако есть спорт высших достижений, который предполагает многолетнюю подготовку для участия в соревнованиях и достижения высоких результатов. В этом случае для человека это уже не обычное хобби, а профессия. Иногда, выбирая этот путь, нужно быть готовым отказываться от привычных вещей.

Спортсмены высшей квалификации проходят долгий и упорный труд, начиная его с олимпийских школ и занятий под руководством профессиональных тренеров. Для того, чтобы посвятить свою жизнь высшему спорту, часто не хватает одного желания, человек должен быть одарен, чтобы преодолеть трудности, которые могут быть выражены в виде тяжёлых подготовок и психической нагрузки. Подготовка спортсменов осуществляется путем применения знаний и методов для достижения цели. Можно разделить процесс подготовки на 3 этапа: начальный – получение базовых навыков и знаний, второй – тренировочный, с целью достижения результатов, и третий – совершенствование. Со стороны тренера необходим контроль на каждом этапе. Он нужен для выявления слабых сторон спортсмена и их устранения. Во время подготовки у человека совершенствуются скорость, сила, ловкость, выносливость и другие качества. Все спортсмены проходят отбор, в результате которых отбираются лучшие. У спортсмена большая ответственность, начиная от непрерывных тренировок до участия и успешного завершения соревнования. Необходимо уметь достигать наилучших результатов в любых условиях. Часто приходится приспосабливаться к трудным ситуациям. В связи с постоянным развитием сферы, человек должен повышать квалификацию. После получения необходимого образования, самых успешных учеников включают в центр олимпийской подготовки. Помимо физических качеств необходимо иметь и психологические. Иногда они формируются в зависимости от разных видов спорта. Задачами психологической подготовки являются формирование мотивации, установление целей, развитие стрессоустойчивости, подготовка к соревнованиям и создание позитивного климата.

Соревнования могут быть разными. Рассмотрим спорт высших достижений на основе Олимпийских игр. Российские спортсмены участвовали в 34 Олимпийских играх: 19-летних и 15 зимних, представляя Российскую империю, СССР и Российскую Федерацию. В России игры проводились 2 раза: летние в 1980 году в Москве и зимние в 2014 году в Сочи. Россией было получено 546 медалей, из которых 195 золотых, 163 серебряных и 188 бронзовых. Из данных мы можем убедиться, что у нас в стране довольно развит спорт высших достижений. Для того, чтобы детальнее рассмотреть достижения по каждому виду спорта, обратимся к таблицам.

**Таблица 1** – количество медалей по летним видам спорта (с 1996 г.)

Вид спорта	Всего медалей	Золотых медалей
Борьба	57	29
Лёгкая атлетика	76	25
Спортивная гимнастика	44	10
Фехтование	26	13
Бокс	31	10

Из таблицы мы видим, что больше всего медалей по летнему спорту было получено по лёгкой атлетике, а больше всего золотых – по борьбе.

**Таблица 2** – количество медалей по зимним видам спорта (с 1994 г.)

Вид спорта	Всего медалей	Золотых медалей
Лыжные гонки	33	14
Фигурное катание	26	14
Биатлон	24	10
Конькобежный спорт	13	3
Шорт-трек	5	3
Сноуборд	5	2

Мы видим, что больше по общему количеству и количеству золотых медалей среди зимнего спорта лидируют лыжные гонки. Если рассматривать спорт в общем, то больше всего достижений прослеживаются в борьбе. Вклад российских спортсменов тяжело переоценить. Доказательство этому может быть первое в мире исполнение на Олимпийских играх в 2022 году пяти четверных прыжков Александрой Трусовой, которые непросто будет превзойти, или рекорд в 2018 году Гульнары Галкиной-Самитовой в беге на 3000 метров за 8 минут и 58,81 секунды. Называя рекорды наших спортсменов, вспомним рекорд Климента Колесникова в плавании на спине на 50 метров на Чемпионате Европы 2018 года, проплыв дистанцию ровно за 24 секунды. Конькобежец Павел Кулижников держит сразу два мировых рекорда. На этапе Кубка мира в Солт-Лейк-Сити в 2019 году он преодолел 500 метров за 33,61 секунды, а годом позже там же пробежал 1000 метров за 1 минуту 5,69 секунды. На тех же соревнованиях в 2020 году еще один абсолютный рекорд установила Наталья Воронина в беге на коньках на 5000 метров, преодолев их за 6 минут 39,02 секунды [1]. Однако часто спортсменом тяжело даются соревнования. Например, после получения 2 места по фигурному катанию Александра Трусова говорила, что ненавидит этот спорт и недовольна своим результатом, несмотря на рекорд. Послушаем слова Алексея Леонидова: «Если вы хотите услышать мое мнение, я, конечно, могу сказать, что я с грустью смотрю на это самое положение, потому что все-таки когда спорт был любительским, он был настоящим. Сейчас, когда лучшие спортсмены получают большие деньги и большие призы, призовые деньги, мне кажется, что все это немножко тускнеет» [2]. Будучи мастером спорта, он не позитивно отзывался об этой «профессии». В этом выражаются отрицательные стороны данного спорта. Часто людям приходится отказываться от свободного времени, игр, образования и общения с друзьями в пользу тренировок. Нередко занятия могут привести к травмам и проблемам со здоровьем, а не лучшие результаты могут сильно сказаться на психологическом состоянии спортсмена. Однако есть и по-

ложительные стороны – данный спорт помогает добиваться больших успехов, даёт людям большой багаж знаний и опыта, закаляет характер и обеспечивает крепкое здоровье.

Подводя итоги, мы можем сказать, что профессиональный спорт сильно отражается на человеке, принося ему как хорошие, так и негативные последствия. Спорт высших достижений в России не стоит на месте, спортсмены достигали и достигают все новых результатов, ставя рекорды и вдохновляя людей на занятия спортом. Потенциал огромен, и несомненно можно быть уверенным, что спортсмены принесут нашей стране ещё немало наград и рекордов.

### **Литература**

1. Достижения спорта. – 2022. – URL : <https://xn--d1acchc3adyj9k.xn--p1ai/longreads/1395> (дата обращения 30.11.2023).
2. Спорта высших достижений. – 2016. – URL : <https://www.google.com/amp/s/www.bbc.com/russian/features-37100746.amp> (дата обращения 30.11.2023).
3. Профессиональный спорт: плюсы и минусы. – 2021. – URL : <https://rebenokvsporte.ru/professionalnyj-sport-dlya-detej-pljusy-i-minusy> (дата обращения 30.11.2023).

### **References**

1. Achievements in sports. – 2022. – URL : <https://xn--d1acchc3adyj9k.xn--p1ai/longreads/1395> (date of the application 11/30/2023).
2. High performance sports. – 2016. – URL : <https://www.google.com/amp/s/www.bbc.com/russian/features-37100746.amp> (date of the application 11/30/2023).
3. Professional sports: pros and cons. – 2021. – URL : <https://rebenokvsporte.ru/professionalnyj-sport-dlya-detej-pljusy-i-minusy> (date of the application 11/30/2023).