



Федеральное государственное бюджетное учреждение профессиональная образовательная организация  
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ) ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



XXIV Международная научно-практическая конференция  
«Современные подходы к оптимизации процесса физического  
воспитания, спортивной тренировки и оздоровления населения»

## **Основные итоги и перспективы внедрения модели функционирования системы комплексной подготовки спортивного резерва**

**2025**

**Солонкин А.А., к.п.н.**  
Директор ФГБУ ПОО «БГУОР»

## СРОК РЕАЛИЗАЦИИ

2022 – 2025 годы

## ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ

Приказ Министерства спорта  
Российской Федерации от 20.07.2022 года N603

## ЦЕЛЬ

Разработка и внедрение модели функционирования системы комплексной подготовки спортивного и кадрового резерва на примере ФГБУ ПОО «БГУОР»

## ОТВЕТСТВЕННЫЕ ИСПОЛНИТЕЛИ

- ФГБУ ПОО «Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва»
- ГАУЗ «Брянский областной врачебно-физкультурный диспансер»

## ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- Создание научно-методического центра в структуре федерального училища олимпийского резерва
- Совершенствование системы спортивного отбора
- Реализация комплекса мер по научно-методическому и медико-биологическому обеспечению подготовки спортивного резерва
- Оптимизация системы повышения квалификации кадров
- Реализация модели регионального взаимодействия училищ олимпийского резерва с врачебно-физкультурными диспансерами
- Внедрение технологии автоматического тестирования физических качеств
- Тестирование работников федерального училища олимпийского резерва по вопросам медико-биологического обеспечения спортивной подготовки



# Этапы внедрения системы комплексной подготовки

## I этап

2022

### Подготовительный этап

- Открытие в ФГБУ ПОО «БГУОР» научно-методического центра
- Формирование модели регионального взаимодействия БГУОР с врачебно-физкультурным диспансером по вопросам МБО подготовки спортивного резерва
- Анализ научно-методических материалов, обеспечивающих проведение комплексного сопровождения спортивной подготовки в учебно-тренировочном процессе
- Организация повышения квалификации работников отрасли физической культуры и спорта

## II этап

2023 - 2024

### Этап реализации

- Разработка программы развития ФГБУ ПОО «БГУОР»
- Разработка Программы и плана реализации комплексного сопровождения спортивной подготовки
- Апробация АПК для оперативного контроля и оценки физических качеств, функциональной и психологической подготовленности спортсменов
- Апробация технологии автоматизированного тестирования физических качеств на этапах спортивной подготовки

## III этап

2025

### Заключительный этап

- Обеспечение поставки аппаратно-программного комплекса
- Реализация программы развития ФГБУ ПОО «БГУОР»
- Реализация программы комплексного сопровождения спортивной подготовки
- Внедрение технологии автоматизированного тестирования физических качеств на этапах спортивной подготовки
- Анализ и обобщение полученных результатов исследования

В 2022 - 2023 годах разработан ряд методических материалов, которые были использованы для разработки программных стратегических документов

## 2022-2023

Модельные программы спортивной подготовки, предусматривающие мероприятия по медико-биологическому сопровождению учебно-тренировочного процесса

Модель взаимодействия БГУОР с БОВФД по вопросам медико-биологического обеспечения спортивной подготовки

Подходы к обеспечению эффективности взаимодействия между организациями различной ведомственной принадлежности при реализации программ спортивной подготовки



## 2024

Программа развития ФГБУ ПОО «БГУОР» до 2030 года с планом мероприятий по ее реализации

### ПРИЛОЖЕНИЯ

- Программа и план реализации комплексного сопровождения спортивной подготовки
- Программа спортивного отбора с применением комплекса научно-обоснованных методик

# Программа комплексного сопровождения спортивной подготовки

## ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

ОРГАНИЗАЦИЯ ЭФФЕКТИВНОЙ СИСТЕМЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ ОДАРЕННЫХ СПОРТСМЕНОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ ТЕХНОЛОГИИ ТЕКУЩЕГО И ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЯ ЗА ФИЗИЧЕСКИМ, ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ

## ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

- оценка показателей оперативного состояния, отражающих срочный эффект от выполнения тренировочной нагрузки (психолого-педагогические, медико-биологические, параметры техники выполнения упражнений)
- оценка динамики показателей, отражающих кумулятивный эффект от серии тренировочных занятий в рамках 2-4 микроциклов (обобщение оценки технической подготовленности, показатели проявления физических качеств и функционального состояния организма спортсмена)
- оценка динамики показателей устойчивого состояния, достоверные сдвиги которых могут быть получены через 1-3 месяца подготовки (оценка показателей физических качеств, технико-тактической подготовки, обобщающих функциональных проб)

## Аппаратно-программный комплекс «НС-Психотест» с программным обеспечением\*



- Простая зрительно-моторная реакция
- Помехоустойчивость
- Восемьцветовой тест Люшера
- Шульте-Платонова

## Компьютерный электрокардиограф «ВНС-Микро» с программным обеспечением «ПолиСпектр»\*

- Методика анализа сердечного ритма
- Регистрация ЧСС
- Реактивность парасимпатического отдела ВНС в ответ на ортостаз



### Функциональное и психологическое состояние спортсменов

- Создание баз данных
- Формирование индивидуального отчета
- Формирование командного отчета
- Динамика показателей

# ОБОРУДОВАНИЕ



ИНТЕРАКТИВНЫЙ СЕРВИС

**ХОЧУ В СПОРТ.РФ**

- Тесты по ОФП в соответствии со спортивной специализацией и этапами спортивной подготовки

Автоматизированное  
тестирование физических  
качеств

Оценка физических качеств

- Таблицы Шульте
- Теппинг-тест
- Тест Лампочка
- Тест Дембо-Рубинштейна

Оценка психологической  
подготовленности

Заключения  
психологической  
подготовленности

- ЧСС в состоянии покоя
- Оценка функционального состояния дыхательной системы
- Проба Руфье
- Оценка адаптивных резервов кардиореспираторной системы (по пробам Генчи)

Оценка функциональной  
подготовленности

Заключения  
функциональной  
подготовленности



## Тепловой терапевтический аппарат Ceragem Master MB-1101 (V3)

- инфракрасное излучение
- акупрессура
- массаж

Интенсификации восстановления работоспособности спортсменов после физических нагрузок, средство предупреждения травм, перегрузок и утомления

- Сканирование позвоночника
- Механическая коррекция позвоночника и нервно-мышечной системы
- Термотерапия – воздействие теплом для облегчения боли и улучшения кровообращения
- Акупрессура – метод надавливания на определённые точки тела для активизации естественных функций организма
- Моксотерапия (прижигание) – тепловое воздействие на биологически активные точки для профилактики болезней и восстановления здоровья





# СИСТЕМА КОМПЛЕКСНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ



# РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ СИСТЕМЫ КОМПЛЕКСНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

- объективная оценка реакции организма на выполняемую нагрузку и правильности выбранного направления спортивной подготовки

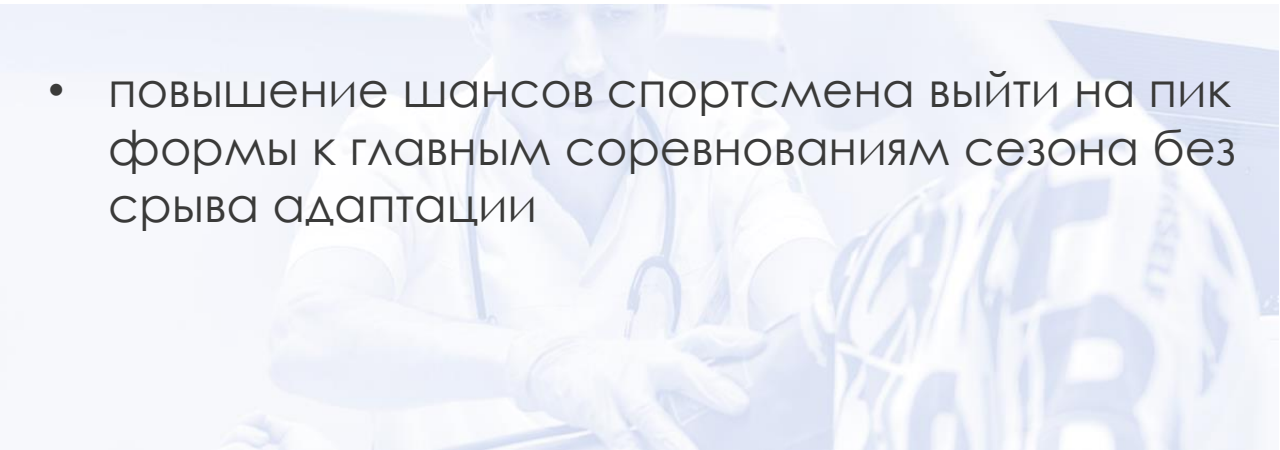
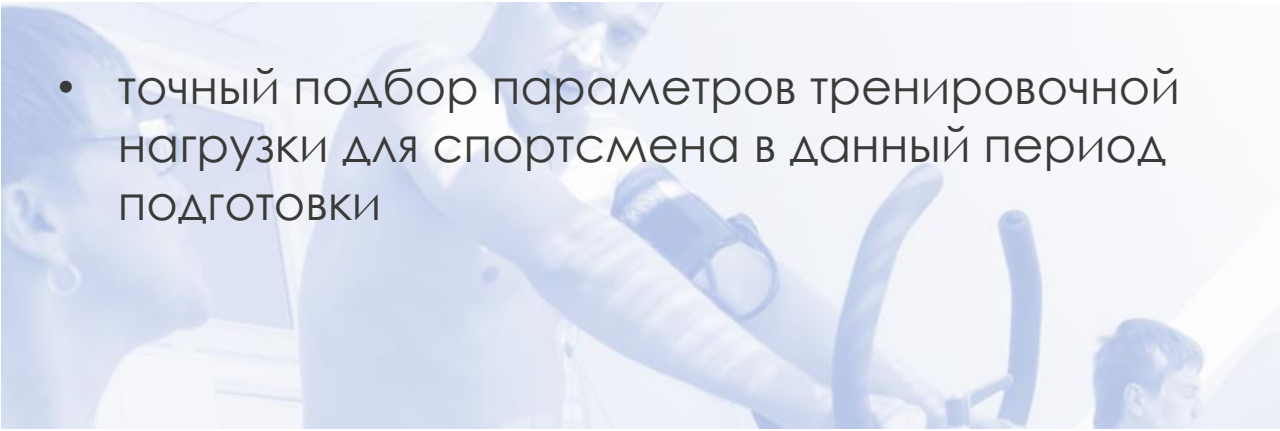
- высокая точность и оперативность сбора и анализа данных

- точный подбор параметров тренировочной нагрузки для спортсмена в данный период подготовки

- оценка текущего уровня психологической подготовленности для определения оптимального режима и направления дальнейшей работы по психологической подготовке

- разработка индивидуальной программы комплексного воздействия на спортсмена с целью достижения его максимальной психологической и физической готовности к главным соревнованиям цикла

- повышение шансов спортсмена выйти на пик формы к главным соревнованиям сезона без срыва адаптации



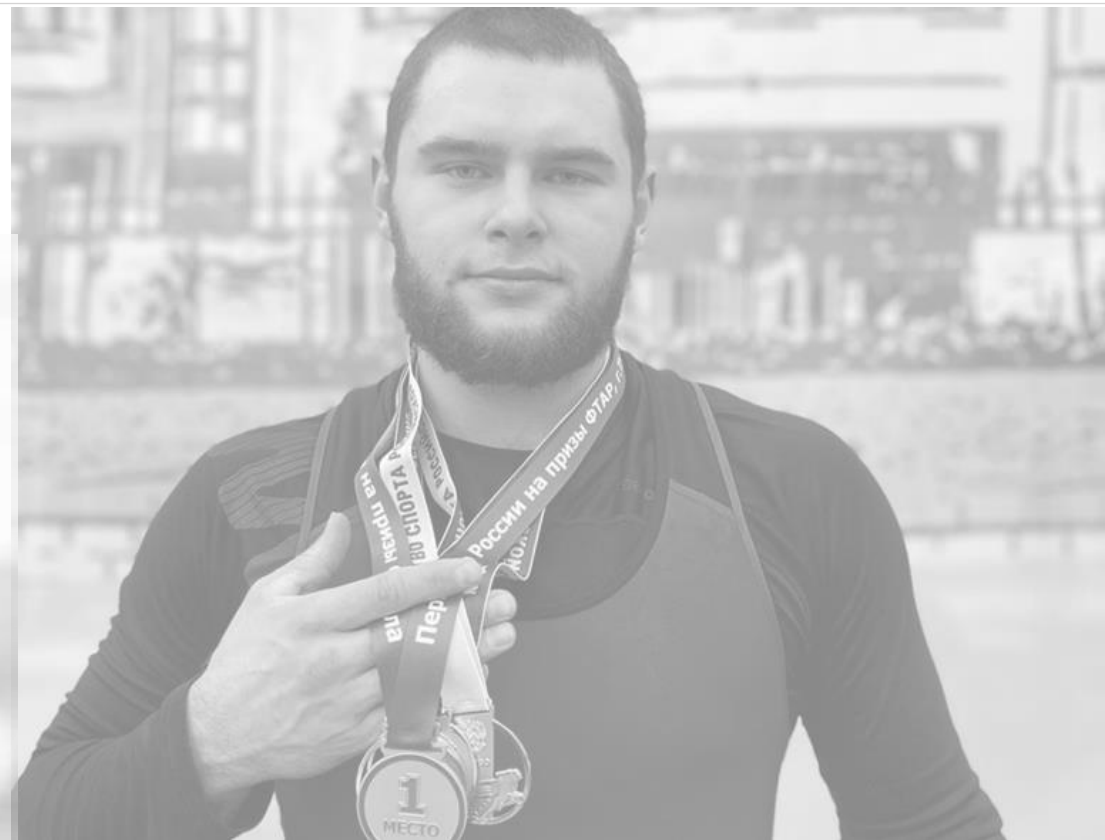
# РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ СИСТЕМЫ КОМПЛЕКСНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

- повышение эффективности учебно-тренировочного процесса за счёт интеграции методов педагогического, медико-биологического и психологического мониторинга
- улучшение физических, психологических и функциональных показателей спортсменов
- контроль формирования «спортивной формы» и своевременные корректировки тренировочного процесса
- разработка дополнительных критериев для повышения качества проведения спортивного отбора по культивируемым видам спорта



- сохранение здоровья и продление спортивного долголетия спортсменов

# ВЫВОДЫ



- Эффективность, научная и методологическая обоснованность, практическая значимость полученных результатов

- Соответствие современным тенденциям спортивной науки и спортивной медицины, ориентированность на практическое применение и высокий потенциал для масштабирования и распространения опыта



# Благодарю за внимание



● терапевтический аппарат Ceragem Master V3 для восстановления



● диагностика опорно-двигательного аппарата DIERS



● АПК для оперативного контроля