

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Научно-методический образовательный центр «Спорт-Наука-Просвещение»
Факультет физической культуры и спорта

ВЫПУСКНАЯ АТТЕСТАЦИОННАЯ РАБОТА

«Спортивная подготовка пилотов сверхлегких воздушных судов вида спорта «спорт сверхлегкой авиации», в части спортивных дисциплин:
«параплан - полет парящий», «параплан – пилотаж»,
«параплан – полет на точность», «параплан – скоростное парение»

Выполнил:
слушатель ДПП (программы профессиональной переподготовки «Организационно-методические основы спортивной тренировки в избранном виде спорта»
49.03.01. Физическая культура
Казаков И.Ю.

Подпись _____

Научный руководитель:
Беленов В.Н.

Подпись _____

Выпускная аттестационная работа
(проект) защищена
«__» _____ 2018 года
Оценка _____
Председатель ГАК

Подпись _____

Оглавление

Введение -----	3
Глава 1. Теоретико-методологические основы спорта сверхлегкой авиации ----	6
1.1 Характеристика и история развития вида спорта «спорт сверхлегкой авиации» -----	6
1.2 Проблемы подготовки пилотов-спортсменов спорта СЛА -----	12
1.3 Методика подготовки пилотов-спортсменов -----	14
1.3.1 Физическая подготовка -----	14
1.3.2 Техническая подготовка -----	16
1.3.3 Tактическая подготовка -----	19
1.3.4 Психологическая подготовка -----	21
1.3.5 Интеллектуальная подготовка -----	24
Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по разработке курса учебно-лётной подготовки пилотов парапланеристов -----	27
Заключение -----	34
Практические рекомендации -----	35
Список использованной литературы -----	36

Приложение – Курс учебно-лётной подготовки (далее – КУЛП), спортивные дисциплины «параплан - полет парящий», «параплан – пилотаж», «параплан – полет на точность», «параплан – скоростное парение»

Введение

Вид спорта «спорт сверхлегкой авиации» (далее - спорт СЛА) достаточно молодой вид спорта и был включен в Единый реестр видов спорта (ЕРВС) в 2013 году путем объединения двух ранее существовавших вида спорта: СЛА-планерный спорт и Дельталетный (СЛА-мото) спорт. В свою очередь первый состоял до 2008 года из парапланерного спорта и дельтапланерного спорта. Современный спорт СЛА включает в себя 24 спортивных дисциплины представленных в Международной Федерации Аэронавтики (FAI) как самостоятельные направления, что по сути и представлено в мировой практике как отдельные виды авиационного спорта. В нашей стране принято спортивные дисциплины используемые в своих наименованиях слово «параплан» обозначать термином – «парапланеризм» или «параглайдинг». Многие жители нашей страны имеют несколько искаженное представление о спорте СЛА и не редко думают что параплан почти не отличается от парашюта. Часто путают его с дельтапланом, а порой вообще не в состоянии сказать что это такое. В тоже самое время в странах Европы – во Франции, Австрии или Германия, параглайдинг является понятием не из области фантастики, а видом спорта развиваемым на государственном уровне не только в виде субсидирования массовых спортивных и физкультурных мероприятий, а так же в качестве ключевого источника содержания федераций, школ, клубов и организаций.

Забота о состоянии здоровья соотечественников, вовлечение их в активный, здоровый образ жизни стало важным и мощным средством многих руководителей европейских государств прилагающих усилия к развитию и популяризации этого действительно красивого вида спорта. Яркий, интересный и современный спорт, оставляющий равнодушными окружающих, своей уникальностью особенно молодых людей, смог спасти уже огромное количество так называемых «трудных» подростков от серьезных неприятностей возникших в их жизни в период так называемого переходного возраста. Необходимо при этом заметить, что занимаются спортом сверхлегкой авиации

не только молодые, крепкие и здоровые люди, но также увлечены этим занятием и зрелые, и есть даже пожилые люди (в Оренбурге самому взрослому пилоту более 80 лет, а в Европе есть пилоты и постарше), и люди с ограниченными возможностями, при этом используя технические приспособления для взлета в инвалидных колясках и т.д..

Параплан в данный момент - самый простой и самый дешёвый способ для человека освоить Небо и именно научиться летать подобно пернатым братьям. Даже проведя аналогию с дельтапланеризмом, величина материальных затрат обычного стандартного комплекта оборудования существенно меньше, а вес и объем вовсе не идут ни в какое сравнение. Масса самого легкого комплекта снаряжения способного выполнить настоящий полет, включая спасательный (запасной) парашют на сегодня уже ниже пяти килограммов! Велико значение параглайдинга не только в спорте и его довольно сложно переоценить. Многие найденные и спасённые заблудившиеся в диких лесах грибники или просто неопытные туристы, вырвавшиеся из городских джунглей на природу, каждый год этому яркий пример. В итоге спорт сверхлегкой авиации в части парапланов стал массовым увлечением во многих странах, сопоставимый со спортивным туризмом. Как следствие, пилоты-спортсмены спортивных команд этих государств чаще занимают призовые места на многих международных соревнованиях.

Актуальностью написания данной работы явилось крайне не достаточное количество имеющейся литературы и методического материала в сфере спортивной подготовки и физического воспитания в области спорта СЛА, отсутствие системы единого стандарта спортивной подготовки.

Основной целью было поставлено обеспечить практическое и методическое сопровождение учебного курса подготовки пилотов - парапланеристов. Финальной же целью данного исследования, является выработка принципиально новой системы спортивной подготовки, имеющей возможность не просто конкурировать с ведущими спортивными школами

Европы и Мира, но и иметь ряд преимуществ перед ними. Придание системе спортивной подготовки способностей и качеств, необходимых и достаточных для достижения самых высоких результатов на спортивных мероприятиях международного уровня. Подготовка спортивного резерва принципиально нового уровня. Внедрение параглайдинга в массы, разработка и применение новейших методик и методов как из профессионально-спортивной так и рекреационной компоненты данного вида спорта. Разработка и утверждение федерального стандарта спортивной подготовки пилотов спорта сверхлегкой авиации, в соответствии со всеми требованиями нормативно-правовых основ организации спортивной подготовки, который к сожалению на данный момент ещё не утвержден в федеральном органе государственной власти в области спорта в Российской Федерации.

Задачи:

1. Изучить и проанализировать состояние данных по организации спортивной подготовки;
2. Обобщить и систематизировать полученные в результате данные по организации процесса спортивной подготовки лучших организаций, занимающихся подготовкой спортсменов и ЦСП как наших, так и зарубежных партнеров, и уже на их основе разработка рекомендаций по внедрению на территории Российской Федерации передовых аспектов зарубежных организаций и принципов подготовки спортсменов спорта СЛА, гармоничная сублимация их с существующим опытом российской школы, адаптация к российским климатическим и ландшафтным условиям отличающимся от Европейских, при этом порой отличающихся именно в лучшую сторону;
3. Разработка курса подготовки пилотов парапланеристов.

Глава 1

Теоретико-методологические основы спорта сверхлегкой авиации

Анализировать сегодня ситуацию в спорте сверхлегкой авиации России не представляется возможным без детального изучения всего пути развития данного вида спорта как в Мировом, так и у нас, и опыта пилотов-спортсменов собственно нашего государства, самой специфики появления и развития спорта на территории России, а также опыта спортивных федераций и спортивных клубов других стран и континентов.

Спорт СЛА массово зарождался во Франции в 70-80х годах прошлого столетия в кругу парашютистов, порой сталкивающихся с таким удивительным явлением, что даже простой круглый парашют способен иногда лететь не только сверху вниз, но и вверх. Давно было замечено, что восходящие потоки воздуха могут не только надолго задержать парашютиста в небе, но и более того – поднять его на большую высоту, отдалив от земли или даже перенести на многокилометровые расстояния в сторону от того места, куда было запланировано приземление изначально. Весомым и существенным вкладом в развитии и становлении параглайдинга стал момент, когда придумали парашют прямоугольной формы, кессонной конструкции имеющий способность к управлению с помощью нехитрых приспособлений. Появилась идея слететь с горы изначально с наполненным куполом, которая к тому времени уже долго витала в головах энтузиастов тех лет. И вот уже в 70-х - начале 80-х годов, ее воплотили в жизнь французские спортсмены, исполнившие первые полеты в Альпах.

Эксперименты с парашютными системами стремительно привели к появлению первых прототипов парапланов. Этому новому летательному аппарату сверхлегкой конструкции не нужно выдерживать мощный удар при раскрытии, что стало причиной замены материала из которого изготовлена верхняя поверхность, возникла большая площадь и стали изобретаться всё более новые профили крыла.

Параглайдинг стремительно вскружил голову огромной массе своих поклонников. Уже в середине 80-х годов в Европе заметно увеличилось количество занятых парапланеризмом людей, также и возросло количество спортивных секций и клубов. Хоть аппараты того времени были не вполне надежны и летали просто сверху вниз, все были на пике энтузиазма и неумолимо верили в прогресс.

За короткий промежуток времени парапланы преодолели путь своих прародителей парашютов, которые к тому времени совершенствовались десятилетиями. Уже в середине девяностых годов прошлого века были созданы аппараты с аэродинамическим качеством свыше 5 единиц, что уже давало возможность совершать более продолжительные парящие полеты. Конструкторская мысль не стояла на месте. Современное спортивное крыло (2018 г.) имеет аэродинамическое качество свыше 11 единиц, а диапазон воздушных скоростей полета от 25 до 70 километров в час, что даёт возможность делать маршрутные полеты на сотни километров (мировой рекорд на сегодня свыше 500 километров). Последующим этапом процессе развития параплана стал набор высоты, используя термические восходящие потоки. Здесь как раз очень пригодился уже имеющийся немалый опыт дельтапланерных школ, к тому времени имевших небывалую популярность и успех среди организаций и структур ДОСААФ СССР. На 70-е года выпало время появления дельтаплана в СССР как модного и необычайного увлечения свободолюбивых и смелых людей. Летные кружки, секции, клубы и спортивные федерации возникли намного позже, в основном после реорганизации Советского Союза. А в то время все дельтапланерные клубы входили в подчинение ДОСААФ. В середине восьмидесятых уже были проведены первые соревнования по параглайдингу несомненно в тех государствах, где счастливые обладатели имели оборудованные «дельтадромы» с развитой инфраструктурой, и что немаловажно способные предоставить покупателям спортивную технику, на которой, тогда появлялась возможность если даже и не улететь куда-то, то

хотя бы какое-то время находиться в воздухе испытывая прелести полета. Оценка и контроль выполнения спортивных задач в то время, по своей сути сводился к анализу фото, что пилот должен был предоставить судьям в качестве доказательной базы выполнения упражнения. Спортсменам ставились задачи по примеру: «взлетаешь – летишь до песчаного карьера, затем на опушку леса, далее радиомачта, коровник на краю села и возвращаешься к финишу в лагере».

Сегодня всё это читается с легкой иронией, потому как прогресс и в приборостроении и в остальной периферии оборудования для полета ушел далеко вперед по сравнению с имеющимися в то далекое время. Ныне спортсмен имеет современнейшие спутниковые навигационные приборы, мощные компьютеры помогающие рассчитать маршрутные данные, время и скорость, предлагающие командиру спортивного сверхлегкого воздушного судна различные виды оптимизаций в ходе выполнения соревновательного упражнения, а также при совершении тренировочных полетов, имеющих понятные и удобно-применимые интерфейсы. На первый взгляд такое сравнение или взгляд в прошлое вызывает как минимум улыбку, но это проходит, когда понимаешь, что те начинающие спортсмены были куда образованнее в части навигации и тактики полета по своим ощущениям.

Сегодня спортсмен, у которого произошел отказ или какой сбой в летных приборах (вариометры, высотомеры, GPS-навигаторы, электронные компасы и др.) часто становится беспомощен перед внешними факторами внезапно возникшими ввиду каких-либо непредвиденных обстоятельств и в идеальном варианте неудовлетворительно выполняет упражнение, а может и вовсе его не выполнить. В былое время спортсмен как правило имел развитое чутье, тренировались и умели летать по много различным приметам и были настоящими профессионалами, как говорили про такого: человек – птица. В наши дни нечто подобное возможно увидеть где-то во Франции в Альпах с подвеской (часть снаряжения) сделанной из двух досок, порой даже без спасательной системы и шлема. Но при этом как они умеют летать!!!

Сегодняшним фаворитам спорта сверхлегкой авиации часто просто приходится мило удивляться, раскрыв рот от этого удивления. С течением времени параплан имел все большее удлинение и стал похож уже на настоящее крыло, способное унести пилота при правильном и грамотном обращении с ним на десятки и даже сотни километров по спланированному заранее маршруту.

Прогресс в парапланостроении начинал достигать уже своего апогея и рекорды становились уже в очередь не успевая быть зарегистрированными как возникали новые. Современный рекорд по своей сути - потолок возможностей обусловленных внешними факторами. Полет в 550 километров это максимум активности полного светового дня сопряженной со скоростью максимально допустимого ветра и технически возможной скорости параплана относительно воздуха. Рекорды среди соревнующихся по продолжительности полетов уже никто не отважится устанавливать после того, как 36-ти часовое висение в воздухе Джони Харти в Австралии на побережье в бризе, едва не закончилось трагедией – спортсмен просто заснул и уцелел лишь случайно. Рекорды по высоте также вероятнее всего очень надолго побиты пилотессой из ФРГ Евой Вишнерски (не по её желанию), которая попала в мощнейшую грозу и смогла случайно достичь высоты почти в 10км. Выжившая лишь благодаря физиологическим способностям женского организма, впавшего в нечто подобное анабиозу и избежавшая смерти от гипоксии и гипотермии, в отличии от китайского пилота Зонга Пинна (который попал в тот же день, в почти том же самом месте, но всего на 7-ми километровую высоту), банально замерзшего и найденного мертвым через несколько часов после происшествия.

Пилоты всегда стремятся совершить свой полет выше, рискуя подлетают к гималайским вершинам Аннапурна, Эверест и К2, пытаются с кислородным оборудованием «залезть» всё выше и выше, но «подвиг» Евы им вряд когда ли будет возможным повторить. Появляется вопрос, что же сейчас является основным двигателем этого на первый взгляд опасного спорта, что подталкивает спортсменов на порой неоправданный риск (а по своей сути даже

любое соревнование это всегда риск)? Ответ прост: жажда полета и стремление к неизведанному.

Природа человека устроена таким образом, что ему порой необходимо даже в социальной среде доказывать своё первенство над соперниками. И казалось есть мудрые поговорки по типу что грамотные, старые и опытные пилоты всегда способны отказаться от полета, но как мы видим не могут, а брошенный вызов конкурентов таким людям очень велик, что бы не попытаться показать что ты один из лучших. Сегодня спортивные соревнования уже давно перестали быть сборищем тех энтузиастов, из семидесятых, что на заре развития парапланеризма двигали и подталкивали к совершенствованию это направление в спорте СЛА. Стоящая больших денег совершенная парапланерная техника, продолжительные и трудоёмкие методы подготовки и обучения пилотов, мотивация и многое другое, сопутствующее сегодня многим другим видам спорта, не является исключением и в парапланеризме. Производители парапланерного снаряжения пристально следят за всеми крупными или просто массовыми спортивными соревнованиями, внимательно изучают способных спортсменов выделяя сильнейших и способных, предлагая им совершенную по современным меркам технику для полетов, со значительными привилегиями в цене, а в некоторых случаях даже выплачивая определенные денежные содержания.

Спортивные клубы, школы и федерации ведущих в параглайдинге государств, тоже проводят активную поддержку своих пилотов. Выделяются не просто субсидии на проезд и командировочные, а одновременно с этим, как и в случае со спонсорством, лидирующим в спорте спортсменам устанавливаются приличные заработные платы. С этим связана столь высокая конкуренция в парапланеризме, в той же самой Германии и Франции, где состязания за попадание в национальную сборную ведут несколько десятков сильнейших мировых пилотов именно из этих стран. Результатом подобного подхода иногда случается то, что итоговые отборочные соревнования таких стран по своему

уровню и составу, иногда превосходят такие соревнования как этап кубка Мира или даже континентальные чемпионаты. Это вполне логично, ведь даже на чемпионат Мира поедет всего 6 немцев и 6 французов, а на чемпионате Германии или Франции их будет несколько десятков, и все они сильнейшие в мире.

Спорт сверхлегкой авиации сегодня – большой комплекс различных мероприятий, приводящих спортивные сборные команды на пьедестал победителей, при этом пренебрежение и некоторыми частями процесса подготовки, даже на первый взгляд не столь важными откидывает деятельность спортивных организаций на годы перечеркивая труды кропотливой работы всего коллектива. Спорт сверхлегкой авиации конечно является по сути, так сказать экстремальным видом спорта, заставляющими людей вести свою деятельность в непривычной для себя среде, порой на пределе физических, эмоциональных и нервных возможностей человека, зачастую преодолевая за грань разумных понятий о безопасности. Попросту, в современном спорте СЛА достигнуть больших успехов невозможно без настоящего риска и иногда риска для жизни и здоровья. Умение и способность свести риск к минимальным значениям с наибольшей эффективностью – важнейшая цель и задача как пилотов-спортсменов, так и тренеров и специалистов работающих с спортивной сборной командой. Летная техника и снаряжение сегодня уже даже не то, что было всего лишь лет пять тому назад. Участвовавшие летальные исходы и многочисленные серьезные травмы сильнейших спортсменов на крупных международных эвентах всерьёз заставили задуматься представителей международной спортивной федерации об этой проблеме и даже принять меры по повышению безопасности участников соревнований. Принятые определенные и в целом правильные решения в части выполнения спортивных задач. К примеру введение секторов финального элемента в виде конуса или так называемые зоны окончания скоростного участка до преодоления финиша. Ранее спортсмен на предельной скорости летел до самого финиша, и это часто

происходило на предельно малых высотах и если происходило сложение крыла на малой высоте, то в лучшем случае это заканчивалось проблемами со здоровьем, а иногда даже становилось причиной трагедии. Преодоление финишной ленты после временной отсечки преодоления всей дистанции в целом снизило риски, но не ликвидировало их полностью.

Идет постоянная борьба между фирмами производителями снаряжения для спорта и представителями международной федерации авиации FAI, имеющими цель ограничить производителей в их вечной гонке за улучшением летных характеристик в ущерб безопасности. На данный момент наметилась неплохая тенденция в развитии правильного направления в этой области, но пока ещё далеко не образцово. Руководители и конструктора фирм-производителей спортивной техники изготавливают крылья с уже небезопасными их характерами, но с улучшенными лётными характеристиками, вполне отдавая себе отчет в том, что если они смогут увеличить в новой конструкции прибавку скорости хоть на одну десятую километра в час, то пилоты наверняка не смотря ни на что будут приобретать именно на такие аппараты, и вполне логично, ведь сегодня на крупных соревнованиях разрыв во времени между лидерами всего несколько минут, а гонка продолжается по несколько часов. В начале нашего столетия соревнования выигрывали пилоты те, кто лучше знал местность, её особенности, кто более качественно изучил и смог разобраться в тонкостях микрометеорологии, кто тщательнее изучил рельеф места проведения того или иного мероприятия. Сегодня, когда спортсмены прилетают на финиш в составе группы состоящей из более половины участников течения одной или двух минут после лидера, можно говорить и о преимуществах лётной техники и снаряжения, как раз про те самые минимальные прибавки в скорости, о которых было сказано ранее. Именно по этой причине и ведутся активные попытки в ограничении производителя в стремлениях, за счет допуска к сертификации лишь изделий имеющих строго определенные рамки (например определенное удлинение

крыла, конкретная суммарная длина строп и прочее).

Конструкторы, во главе с их работодателями, в свою очередь пытаются использовать более современные технологии, менять профили крыла и именно так конкурировать друг с другом, а не за счёт постоянных травм пилотов, но и ныне особенно спортивные парапланы несут в себе огромную опасность и ситуации, скорее всего, не будут улучшаться до следующего серьезного обострения противостояния представителей спортивного снаряжения и спортивных федераций (спортсменов).

Это всё необходимо учитывать исследуя проблемы воспитания и подготовки в том числе и пилотов-спортсменов. На данном этапе у нас в государстве отсутствует четкое понимание единой системы подготовки спортсменов спорта СЛА. Разношерстные клубы и школы, зачастую в лице одного единственного инструктора, учат каждый так, как ему это представляется и скорее стремятся поднять человека в небо, чтобы получить взамен какие-то деньги, в ущерб безопасному подходу к обучению прежде всего, который первоочередной задачей имеет постепенное проведение по принципу от простого к сложному, в соответствии с индивидуальными качествами обучающегося и конечно условий обучения. В погоне за материальным вознаграждением люди оставляют незамеченные очень проблемные части в системе подготовки и это основная болезнь современной индустрии параглайдинга, порой приводящая учеников школ и клубов в первую очередь к психологическим травмам. Особенно это заметно когда от недостаточно подготовленного курсанта пытаются требовать повышенных показателей, к которым по сути он даже не готов. Как финал - большинство просто уходят из спорта даже не начав показывать хоть какие-то достойные результаты, хотя наверное смогли бы продемонстрировать свои возможности в будущем и вполне достичь и высоких результатов в спорте высших достижений.

«Как готовить психику к таким видам спортивной экстремальной

деятельности, как полеты на летательных аппаратах сверхлегкого класса (парaplанах, дельтапланах, планерах и др.), как противостоять стрессовым нагрузкам, как лучше обучать и обучаться полетам, используя особенности психического восприятия» - часто эти аспекты обучения начисто остаются без должного внимания и не учитываются при обучении, что ведет к нежелательным последствиям. (Мартынов А.И.)

Ни для кого не является тайной, что существующие в любом виде спорта различные виды подготовки, являются необходимыми и неотъемлемыми, и обязаны быть использованы и применены. Спорт СЛА также не является исключением, и именно на различных видах подготовки пилотов-спортсменов, её сегодняшней проблематике и хочется остановиться поподробнее.

Физическая подготовка пилота-спортсмена

Физическая подготовка спортсмена спорта СЛА несомненно важна, аналогично другим видам спортивной подготовки, и не должна оставаться без должного внимания, как это часто имеет место быть в некоторых клубах и спортивных федерациях. Игнорирование общей физической подготовкой несомненно основано на кажущейся легкости полета и управлении сверхлегким воздушным судном. К великому сожалению во многих регионах нашего государства каждый спортсмен сам решает что ему необходимо из огромной части физической подготовки и в каких количествах, что несомненно приводит к тому, что начинают пренебрегать основам собственного физического воспитания. Одновременно с этим каждый опытный спортсмен понимает и знает как тяжелы физические нагрузки приходящие на спортсмена не только в период спортивной подготовки, но и в период участия в соревнованиях, особенно итоговых соревнованиях – мероприятиях мирового уровня. На Чемпионате Мира 2017 года например было разыграно 9 дней из 10 возможных, с одним единственным выходным. Ежедневно упражнения были настолько сложны и составляли такой размер, что на их выполнение уходило свыше пяти

часов летного времени, и это когда спортсмен работает на пределе своих возможностей.

Именно в это время на спортсмена при ограниченной подвижности приходится пик физических и психо-эмоциональных нагрузок при этом он переживает глубочайшие стрессы. Имеющая место продолжительная статическая нагрузка на определенные группы мышц рук, пресса, спины, ног, постоянное обезвоживание организма постоянные перепады давления и температуры. Все это отражается на самочувствии спортсмена и пилоты имеющие недостаточный уровень физической подготовки несомненно в кратчайшие сроки начинают допускать ошибки и как следствие даже не долетают до финиша.

Лишь индивидуальный подход, комплексный к каждому пилоту СВС, на основе постоянной и кропотливой работы тренеров, инструкторов и конечно самого участника, способны дать результат и повышение физических способностей и возможностей спортсмена. Несомненно учитывая возраст, телосложение, психические и физические особенности и на этой основе уже выстраивать специализированные программы, с возможностью дать спортсмену ту нагрузку, какую именно необходимо, при этом распределенную не только на выполнение одного упражнения в течении дня, а всецело и на весь период соревнования и даже всего процесса спортивной подготовки.

Бег и плавание, дыхательная гимнастика, динамические и статические силовые упражнения, это всё далеко не полный список занятий, которые просто необходимы спортсмену в период всей его спортивной жизнедеятельности. Важно отметить и о играх. Настольный теннис, волейбол, баскетбол, футбол, гандбол, все они способствуют не только поддерживают в хорошей спортивной форме спортсмена, а также и приводят к развитию быстроты реакции и способности удерживать во внимании несколько объектов одновременно перемещающихся, что несомненно положительно влияет и на результат самих соревнований, когда от скорости реакции часто зависит и успех

соревновательного дня, и безопасность, а порой и сама жизнь пилотов. Не стоит забывать и о специальной физической подготовке, и важно связать её с прыжками, кувырками и на первых порах с элементарными падениями столь необходимыми для сохранения дееспособности спортсмена при возникновении каких-либо опасных ситуаций, особенно возникающих в период взлета или посадки на старте или на финише.

Техническая подготовка пилота-спортсмена

Данный вид подготовки наверное сегодня является наиболее востребованным и привлекающим к себе внимание видом подготовки. Сюда входит выработка способностей и умений в управлении сверхлегким воздушным судном от первичных умений до автоматизма, действуя на уже рефлекторном уровне. Как правило, на начальных стадиях подготовки даются исключительно начальные уровни техники владения летательным аппаратом. Начинающие спортсмены заканчивают обучение в целом ещё не достаточно подготовленные для обеспечения безопасного полета и тем более для возможности показывать достойные спортивные результаты в ходе состязаний. Именно в погоне за спортивным результатом тут встречается ряд опасностей, когда пилот не в состоянии справиться с сложной обстановкой возникшей в полете. А начинается это всё ещё на земле, когда не достаточным образом уделено внимание так называемой наземной подготовке.

Обычно учеников быстрее стремятся выпустить в полет, давая самый минимум приобретению навыков работы с крылом на земле, где имеется возможность безопасно исправить ошибки пилотирования. Не берется во внимание тот факт, что именно наземка (так её называют в среде спортсменов), продолжительное освоение этой части подготовки даёт ту самую необходимую моторику действий вырабатывая автоматизм и включая так называемую мышечную память, которых так не хватает начинающим пилотам в возникших порой сложных ситуациях в полете. Лишь долгие часы наземной подготовки в

сочетании с различными специальными упражнениями дают столь необходимые навыки при работе с парашютом. Не желая проводить много времени в кропотливой и неинтересной работе, большинство не заостряют на этом внимание, стремясь поскорее дать учащимся те счастливые минуты полета, что очень часто в последствии играет важнейшую роль в предпосылке и возникновении летных происшествий. Конечно многое зависит от стремления самого занимающегося и его отношения к вопросам методики подготовки, самооценки и самоподготовки и многое другое.

Попытка самовыразиться и улучшить свои навыки самостоятельно вполне сможет сделать из этого перспективного и опытного спортсмена, но чаще мы наблюдаем картину полную противоположностей, когда с огромными амбициозными настроениями, без должных навыков, пилоты пытаются доказать свое превосходство над уже подготовленными спортсменами и что закономерно получают физические или психологические травмы, а впоследствии уходят из спорта оставляя негативное представление у обывателей.

Курс учебно-летней подготовки, подготовленный в ходе изучения, исследования и анализа проведенной работы предполагает большое количество часов которые в первую очередь уделяются наземной подготовке, перед переходом непосредственно к полетам. Только на основе полного освоения работы с парашютом на земной поверхности производится допуск к полетам и только после успешного выполнения контрольных упражнений, соблюдая принцип от простого к сложному. В последствии данное положение создает уверенную основу в приобретении навыка, достигшего того момента, когда это становится автоматически на уровне мышечной памяти, что непременно способствует повышению безопасности полетов столь необходимых особенно в начальное время в среде обучаемых. Именно по принципу от простого к сложному, от просто подлетов с горки вниз с последующим переходом к полетам в термических условиях, в сложных турбулентных потоках воздушных

масс. При этом многие часы уделяемые наземной подготовке требуют пристального внимания со стороны инструкторов, а эти ресурсы, которые могут стоить значительных материальных затрат, как следствие в большинстве школ так или иначе остаются игнорируемыми со стороны как обучаемых, так и преподавателей. В лучшем случае предлагается перевести всё на самоподготовку.

Все другие этапы аналогично требуют доработок и усовершенствований в системе подготовки. Так называемые полеты в динамике, в динамических восходящих потоках, порой неинтересны многим начинающим и это часто оправдано отсутствием условий и повышенным риском, а вот как раз в этот момент и предлагают начинающим пилотам столь привлекательные поездки в серьезные горы с теплым климатом возле моря под предлогом внимательного присмотра за обучаемым. Обусловлено это в первую очередь тем, что под предлогом посещения других государств стимулируется интерес привития к полетам совмещая с интересными путешествиями и как раз в этот момент легко можно заработать на фоне многих вещей что не возможно перепроверить. Всё это непременно приводит к увеличению количества обучаемых в подобной группе, что несомненно негативно сказывается на качестве обучения, а в большинстве случаев к неоправданному риску, и как следствие порой к травматизму среди учеников.

Полеты в динамике в части обучения необходимо проводить в обязательном порядке и при этом важно учитывать солнечную активность в течении светового дня для выбора наиболее безопасных условий при подготовке начинающих спортсменов. На практике, как уже упоминалось, они часто полностью игнорируются ввиду возникающих дополнительных затрат на многочасовые поездки ради нескольких минут полета, что требуют особо кропотливой работы и напряжения. Как следствие у нас возникают так называемые пробелы в процессе подготовки, что плохо сказывается на качестве подготовки и делает её неполноценной.

При всём вышесказанном определенный положительный момент в последнее время в части освоения маршрутных полетов немечен и определен. Непременно мы связываем это именно с конкретной и целенаправленной деятельностью отдельных людей, что конечно оказывает всецелое влияния на всё направление обучения и воспитания нового поколения спортсменов, так как в этом конкретном случае мы имеем проблему общего характера, решение которой всецело зависит от многих участников всего процесса и далеко не в последнюю очередь от руководства государства.

Тактическая подготовка пилота-спортсмена

В ходе изучения проблематики современного спорта сверхлегкой авиации также выявлены проблемы в ходе тактической подготовки спортсменов среди имеющихся клубов и федераций в регионах. Их небольшое количество сегодня определяет причину недостаточного уровня преподавания тактической подготовки и порой даже её отсутствие в тех регионах где отсутствуют региональные отделения общероссийской спортивной федерации. Некоторые начальные позывы в преподавании и подготовки принятия тактических решений в период выполнения простейшего соревновательного упражнения встречаются в клубах и спортивных федерациях регионов среди инструкторов, но эти приемы несомненно несут пользу, однако они не имеют возможности полностью раскрыть весь спектр приемов используемых соперниками на мероприятиях всероссийского масштаба, непосредственно на соревнованиях и особенно это хорошо просматривается на спортивных мероприятиях международного уровня.

Жажда изучения и потребность применять различные тактические приемы особо просматривается у опытных спортсменов уже на этапе совершенствования высшего спортивного мастерства, и также в период совершенствования его уже даже частично освоивших элементарные понятия и приемы тактической подготовки. Прекрасно видно это как спортсмены

организованно ведут себя начиная с самого утра и продолжая использовать данные приемы даже при погрузке летной техники, снаряжения для отправки к месту старта и оканчивая вечером на при подведении итогов дня.

Лишь современная верно выбранная и грамотно развитая способность применять всевозможные формы и способы ведения состязаний способны в конечном счете привести к высоким результатам спортсменов на различных соревнованиях.

Существуют различные виды тактической подготовки – индивидуальная и групповая или командная, активная и пассивная или даже комбинированная.

Необходимо воспитывать среди всех групп спортсменов на всех этапах спортивной подготовки применять и использовать варианты тактической подготовки как в период проведения тренировочных мероприятий, так и на спортивных состязаниях любого уровня и статуса. Сегодня невозможно использовать один и тот же стиль ведения состязания, одни и те же формы, такие как вариативная, аналитическая или эвристическая, хотя на первый взгляд и особенно новичка кажется это вполне достаточно.

Важно уметь работать в процессе выполнения летного задания как в одиночку, так и в группе. При использовании особенно командной тактики применять приемы провокаций соперников. Формировать комплексные знания о спортивной тактической подготовке. Систематически проводить обучение различным вариантам сбора всевозможных данных о соперниках, особенностях предстоящих соревнований и их условиях. Развивать в спортсменах тактическое мышление и изучая развивать одновременно способности такие как предвидение тактических замыслов соперников, наблюдательность, сообразительность, быстрота переключения с одних действий к другим в соответствии с конкретной обстановки и причем непосредственно связанной с действиями других соревнующихся. При комплексной подготовке важно уделять особое внимание разработке тактического плана участия на соревновании включающего:

- изучение правил соревнований;
- особенности судейства;
- гигиенические и бытовые условия при проведении соревнования;
- изучение опыта, достижений, возможностей соперников;
- изучение особенностей рельефа местности;
- изучение примеров упражнений и их особенностей;
- изучение метеорологических условий и характера их изменений в течении суток применительно для данного сезона и конкретного места.

Итогами тактической подготовки может быть овладение навыком распределять возможности спортсмена и в частности его силы и выносливости как в ходе всего соревнования, так и в процессе выполнения одного упражнения или нескольких в течении одного соревновательного дня.

Психологическая подготовка пилота-спортсмена

Психологическая подготовка — это комплекс психолого-педагогических мероприятий, воздействующих на формирование и улучшение у индивидуума характеристик личности и психических качеств, требуемых для успешного проведения мероприятий тренировочного характера в ходе подготовки к спортивным соревнованиям и достойного выступления на них. Она обычно подразделяется на общую и специальную.

Первая - *общая психологическая подготовка*, предусматривает развитие и улучшение у спортсмена исключительно таких психических характеристик и качеств, которые требуются для занятий непосредственно в конкретном виде спорта, для возможности достижения спортсменом уровня спортивной подготовки - этап высшего спортивного мастерства. Данный подвид общей психологической подготовки предусматривает и обучение спортсменом возможность самостоятельного регулирования психических состояний с целью выработки психо-эмоциональной устойчивости к стрессовым, гипер-экстремальным условиям в период проведения тренировок и спортивных

соревнований, воспитания умения стремительно изменять последствия физического и нервного переутомления и перенапряжения, и т.п..

Как различить мандраж и апатию? Что предпринимать при наступлении состояния ступора непосредственно перед стартом? Что необходимо предпринять для себя перед выполнением спортивной задачи? Способны ли сегодня тренеры и преподаватели ответить на эти вопросы по психологии? Наверное нет. Во многих Олимпийских видах спорта в спортивных сборных командах Российской Федерации, такие специалисты как массажист и психолог введены в состав команды, в то же самое время спорт СЛА об этом только мечтает, а спортсмены попадая в спортивную сборную страны даже удивляются тому, что это необходимо. И что говорить, когда личный тренер и даже тренер спортивной сборной команды, порой выполняющий работу психолога и массажиста – большая редкость для спортивных сборных субъектов РФ.

Нужно ли сказать, как негативно влияет отсутствие элементарной эмоциональной поддержки и простых навыков и познаний «психической гигиены» на спортсменов? Думаю, что нет, ведь предельно ясно что эти специалисты настолько важны при работе с спортсменами сборной, что трудно переоценить их роль.

Общая психологическая подготовка направлена на создание целостности процесса подготовки и воплощается в процессе спортивных тренировок. Она проводится совместно и с тактической и с технической спортивными подготовками. При этом вполне способна осуществляться и отдельно от всей спортивной деятельности, именно в то время, когда спортсмен самостоятельно выполняет определенные указания или упражнения на предмет улучшения своих психических качеств, свойств личности.

Вторая - *специальная психологическая подготовка* нацелена в основном на формирование психологической готовности спортсмена к участию непосредственно в каком-либо конкретном спортивном соревновании. Стоит отметить что по-разному приходится настраивать себя на чемпионат субъекта

Российской Федерации и на чемпионат Европы, где в первом случае можно быть одним из призеров имея соответствующий подход и настрой, и при этом точно такие же психологические приемы могут даже привести к психологической травме на соревновании международного уровня.

Психологическая готовность к соревнованиям характеризуется уверенностью спортсмена в своих силах, стремлением до конца бороться за достижение намеченной цели, оптимальным уровнем эмоционального возбуждения, высокой степенью устойчивости по отношению к различным неблагоприятным внешним и внутренним влияниям, способностью произвольно управлять своими действиями, чувствами, своим поведением в изменяющихся условиях спортивной борьбы. (А.Ц. Пуни)

Компонентами психологической подготовки являются: психические качества и процессы, способствующие овладению техникой и тактикой; свойства личности, обеспечивающие стабильные выступления на соревнованиях; высокий уровень работоспособности и психической деятельности в трудных условиях тренировки и соревнований; стабильные положительные психические состояния, проявляемые в этих условиях. (П.А. Рудик, Н.А. Худатов)

В один ряд качеств и процессов, способствующих овладению техникой и управлению двигательными действиями, становятся, в частности, идеально развитые мышечные ощущения и восприятия, позволяющие осуществлять контроль над различными разновидностями движения; ощущение времени, ритма, темпа, расстояния; способность ориентироваться в пространстве; развитые на высоком уровне качества внимания (концентрация его, возможность моментального переключения, распределение); так сказать оперативная память; быстрота и точность простых и сложных реакций (реакции выбора, переключения, интуитивные чувства, реакции на движущийся объект и прочие). Овладению тактикой способствуют развитые специфические мыслительные способности: способность к молниеносному анализу

поступающей информации о действиях соперников и принятию единственно верного решения в конкретной сложившейся обстановке; гибкость хода мышления и прочие.

Только с помощью многочисленных занятий по психологической подготовке возможно привить и выработать у спортсменов устойчивые механизмы воздействия агрессивным внешним факторам, в большом количестве присутствующих на соревнованиях по спорту сверхлегкой авиации.

Интеллектуальная подготовка пилота-спортсмена

Кто-то может подумать что интеллектуальная подготовка спортсмена-парашютиста сводится к изучению возможностей навигационных приборов и в большинстве российских школ, к сожалению, дела так и обстоят, но на самом деле процесс интеллектуальной подготовки является значительно более глубоким и объемным, и направлена по сути, на осмысление всей спортивной деятельности, непосредственно связанных с ней явлений, процессов и на развитие интеллектуальных способностей, без которых не мыслится достижение высоких спортивных результатов. (Л.П. Матвеев)

Способности интеллектуальные – это в первую очередь индивидуальные особенности человека способные формировать способ мышления исключительно индивидуальный, который влияет на саморазвитие спортсмена, обуславливающий определенный, своеобразный характер жизнедеятельности в целом, и это не столько возможность индивидуума к получению знаний в области спортивной деятельности, но и способность осмысливать всё самостоятельно и творчески.

У каждого спортсмена с достижением определенных высоких спортивных результатов возрастают и требования по отношению к интеллектуальным способностям этого человека. Они совершенствуются и развиваются только в той мере, в какой человек проявляет интеллектуальную активность.

Одновременно с этим появляется потребность специальной организации и стимулирования у спортсмена деятельности интеллектуальной.

Среди интеллектуальных способностей человека выделяют определенные компоненты, они имеют важное значение во любом виде спорта и одновременно проявляются в различной мере, и зависят от специфики спортивной направленности и общей специализации.

Составной частью интеллектуальных способностей человека является умение направлять концентрацию внимания на изучении закономерностей спортивной подготовки, проявлении способности к оперативному усвоению специализированных знаний и умению пользоваться ими в процессе спортивной деятельности, на возможность в кратчайшие сроки обрабатывать полученную в результате наблюдений информацию и реализовывать ее в соответствующие действия; способности хранить эту информацию и умения ее воспроизвести; способности мышления и что немаловажно особенно в усложненных ситуациях учитывая такие факторы и свойства как скорость и гибкость процессов мышления, возможность мыслить самостоятельно и прочие; способности действовать и самостоятельно принимать неординарные и оригинальные решения и часто делая это с некоторым упреждением в отношении прогнозируемых ситуаций и событий.

Интеллектуальная подготовка непосредственно оказывает влияние на формирование мотивации спортсмена, на состояние его воли и имеет самое прямое отношение к специальной психологической подготовке.

Кроме способностей и их развитие психологическая подготовка включает и интеллектуальное образование.

В него входит составной частью то сочетание разнообразных знаний, которое необходимо для успешного проведения тренировочного процесса и как итог состязательной деятельности имея высокие спортивные результаты. К ним можно отнести:

- различные познания в области мировоззрения, мотивации и этических

норм, другими словами те познания, которые формируют необходимый взгляд на мир целиком, позволяют понять саму суть спортивной деятельности; смысл спорта и спорта высших достижений конкретно;

- познания, причастные к воспитанию устойчивых мотивов и норм поведения;
- познания, составляющие научную основу подготовки индивидуума;
- также различные спортивно-прикладные познания, включающие сведения о принципах проведения спортивных соревнований, средствах, методах и методиках теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовок, методики организации и проведении спортивных тренировок, гигиенические требования к организации общего режима жизни и особенности спортивного питания, о мероприятиях восстановительного характера.

Все эти знания составляют суть теоретического образования и теоретической самоподготовки спортсмена. Организация их по своей форме ничем не отличается от общепринятых - лекции, семинары, различные встречи и беседы, индивидуальные и групповые занятия по изучению имеющейся литературы и других источников. На самих занятиях теоретическая подготовка направлена в первую очередь на формирование у человека сознательного и инициативного отношения к исполнению тренировочных заданий, которые направлены на обеспечение повышения уровня общей физической, технической, тактической и психологической подготовленности.

Возвращаясь к развитию интеллектуальных способностей спортсменов в сегменте параглайдинга, необходимо отметить, что оно осуществляется путем выполнения различных специализированных заданий с использованием разнообразных способов организации практических и теоретических занятий, иницирующих у спортсмена стремление к творческим проявлениям при создании новых вариантов техники движения, применению новейших тактик соревнований, улучшению методик, методов и средств подготовки.

Оглашенных аргументов вполне хватает, что бы осознать всю полноту и весь смысл стоящих перед российским спортом СЛА проблем. Даже частичное отсутствие некоторых видов спортивной подготовки способно и в итоге делает большинство применяющихся на сегодня методов не состоятельными и неполноценными, что ведет к потере у большого количества потенциально сильных спортсменов интереса и к увеличению летных происшествий и как следствие уже к травматизму. Лишь подход сочетающий все существующие виды спортивной подготовки выработанный на основе анализа многолетнего опыта в основе которого лежат классические знания о теории спорта и разнообразных методов, методик и средств спортивной подготовки может дать результат в подготовке следующих поколений спортсменов занимающихся спортом СЛА как на начальном этапе спортивной подготовки, так и на этапах совершенствования спортивного мастерства.

Глава 2

Опытно-экспериментальная работа по разработке курса учебно-летней подготовки пилотов-парапланеристов

Организация исследования включила в себя три основных этапа:

I этап середина сентября – ноябрь 2017 года – изучение имеющихся проблем, непосредственно связанных с процессом подготовки пилотов - спортсменов в Российской Федерации. Определение целей и задач данного исследования.

II этап ноябрь 2017 – конец января 2018 года – изучение имеющегося положительного опыта зарубежных партнеров, анализ российской и импортной литературы, интервьюирование лидирующих зарубежных и наших спортсменов, обобщение и переосмысление имеющегося собственного спортивного опыта, применение его на существующие виды спортивной подготовки.

III этап конец января 2018 – март 2018 на основе уже произведенного

исследования - разработка документов спортивной первоначальной подготовки спортсменов–парапланеристов (КУЛП-2018) и федеральных стандартов спортивной подготовки в Российской Федерации по виду спорта «спорт сверхлегкой авиации».

В данном исследовании были применены следующие методы:

- Анализ зарубежной и российской литературы и интернет - изданий, фото и видеоматериалов процесса подготовки спортсменов в Российской Федерации и за её пределами;

- Анализ системы подготовки спортсменов – пилотов СВС, существующей в Европе, её недостатков и положительных сторон;

- Интервьюирование спортсменов и тренеров занимающих лидирующие позиции как на мировом уровне, так и в Российской Федерации;

-Анализ имеющегося собственного 18 - летнего спортивного опыта;

-Анализ имеющихся систем обучения и подготовки спортсменов в других видах спорта, регулярно применяемых на практике. Применение данных методов непосредственно в спорте сверхлегкой авиации.

Результаты исследования

Данное исследование послужило созидательным звеном в подготовке и выработке основополагающего для обучения сегодня документа - «Курс учебно-летней подготовки пилотов–парапланеристов» применительно уже к современной российской действительности в спорте СЛА на основании имеющегося опыта иностранных и отечественных клубов и федераций, с учетом опыта спортивных школ различных видов спорта.

Несомненно в ходе исследования обнаружилось несколько серьезных недостатков в работе современных отечественных организаций занимающихся спортивной подготовкой, их проблемы и крупные недоработки не только в самом процессе спортивной подготовки спортсменов, но также представителей рекреационного направления нашего государства.

Внедрение и адаптирование прежнего курса КУЛП-88 в соответствии с требованиями Министерства спорта Российской Федерации для включения его в находящийся на завершающей стадии утверждения федеральный стандарт спортивной подготовки по спорту СЛА. Распределение всех необходимых мероприятий каждого вида спортивной подготовки по всем стадиям от этапа начальной спортивной подготовки до этапа высшего спортивного мастерства.

Безопасность и постепенность, под девизом «от простого к сложному» – вот основная концепция разработанного КУЛП, ставшего финальным результатом полученным в результате данного исследования. Исключение торопливости в процессе подготовки и поэтапное продвижение занимающихся по стадиям обучения, систематическое тестирование возможностей, способностей и состояния спортсменов – залог максимально возможного безопасного и устойчивого прогресса.

Системное увеличение количества часов так называемой наземки способствует уверенному и безопасному приобретению навыков работы с парашютом, еще за долго до совершения первых так сказать полетов, в условиях, когда спортсмену не имеющему ещё должных навыков ни что не угрожает. Индивидуальный подход к подготовке каждого спортсмена особенно до выполнения первых полетов, и при этом использование всевозможных тренажеров. Развитие интеллектуальных способностей уже у пилота и умения понимать и ориентироваться в воздушном пространстве. Воспитание уважительного отношения к составу инструкторов, тренеров-преподавателей и другим специалистам участвующим в спортивной подготовке, руководителям полетов.

Применение Единого федерального стандарта спортивной подготовки спорта СЛА позволит преодолеть имеющиеся препятствия в развитии спорта СЛА в нашей стране и особенно положительным образом отразиться на структуре подготовки спортивного резерва. Утверждение федерального стандарта в федеральном органе и последующая разработка на его основе

программ обучения, позволит кардинальным образом изменить ситуацию в спорте СЛА. Помощь со стороны государственных органов исполнительной власти не в отдельно взятых регионах, а всецело по стране способна убрать полностью негативный финансовый фактор, на сегодня являющийся важным препятствием для большинства желающих заниматься спортом СЛА.

Продолжить уже начатую работу по открытию центров спортивной подготовки и в первую очередь организовать её в крупных городах имеющих статус регионального центра. В комплексе мер с бюджетным финансированием ЦСП способны привлечь многие тысячи заинтересованных соотечественников из самых различных слоев общества.

Вполне реальная и благородная цель - сделать параглайдинг доступным для большого количества людей. Особенно учитывая тот фактор, что полеты не совместимы с так модными сегодня вредными привычками и на этом фоне сложно недооценить значение спорта СЛА для здоровья нации в целом. Современная медицина проведя массу исследований наглядно показала прямую зависимость между умеренными занятиями экстремальными видами спорта и продолжительностью жизни. Другими словами – умные, осмотрительные зря не рискующие пилоты живут дольше среднестатистического гражданина даже с более высоким качеством жизни. Для многих наших сограждан возможность летать, а не спортзал или велосипед, вполне может стать мощным стимулом прекратить взаимосвязь с вредными и пагубными привычками, таким как употребление алкоголя, курение и прочее. Невозможно переоценить и воздействие не только полетов, но и самой летной среды и даже просто возможности летать на подрастающее поколение. Юноши или девушки увлеченные Небом вряд ли соблазнятся злоупотреблять алкогольными напитками и тем более наркотиками, только от одного осознания того, что таким образом они смогут перекрыть себе путь в Небо. Романтика в юные годы и мечта летать как никогда особо ярко сияет именно в глазах и мыслях молодых людей, когда интерес ко всему новому проявляется в одном строю с

любопытством познания мироощущения и мировоззрения.

В ходе исследования также выявлена необходимость целенаправленной систематизации работы пилотов-инструкторов и тренеров-преподавателей. Бесчисленные самопровозглашенные инструктора, являются на сегодня особой проблемой современной системы подготовки спортсменов особенно на начальном этапе спортивной подготовки. Затянувшаяся реорганизация в области гражданской авиации общего назначения уже много лет не позволяет соответствующим образом оформлять необходимые документы пользователям воздушного пространства в части сверхлегкой авиации. Без соответствующих свидетельств и лицензий сложно понять особенно начинающему спортсмену какой уровень его наставника. На этом фоне проявился сегодня такой принцип – тот инструктор, кто сам назвался, набрался поверхностных знаний, оперирует некоторыми специализированными терминами. Это самым негативным образом влияет на общий уровень подготовки пилотов и как следствие на общее отношение к спорту СЛА со стороны общественности. Такой факт обязательно создает различные предпосылки для возникновения травматизма особенно среди начинающих спортсменов, ввиду полного отсутствия понимания у подобных инструкторов о системе спортивной подготовки, о физиологических и психологических особенностях человека, о методах, методиках и средствах спортивной подготовки, гигиенических требованиях организации занятия спортом СЛА.

Выявлена необходимость плотного взаимодействия среди существующей системы подготовки инструктор, между клубами и федерациями, особенно уже аккредитованными органами исполнительной власти в области спорта. В процессе создания нескольких ЦСП необходимо и создание целостной системы по обмену уже имеющегося опыта подготовки специалистов, проведения конференций и семинаров, различных курсов и переекспертаций. Командирование ведущих российских специалистов особенно непосредственно работающих со спортивной сборной командой Российской Федерации по

спорту сверхлегкой авиации на курсы улучшения методик обучения в зарубежные учебные заведения и на основе этих дополнительных знаний выработка инновационной концепции спортивной подготовки.

Содействовать стремлению существующих спортивных организаций, клубов и региональных федераций в постоянном повышении количества проведения официальных муниципальных, региональных, всероссийских и международных спортивных мероприятий и спортивных соревнований на территории нашего государства. Каждое такое мероприятие во взаимодействии с региональными СМИ путем привлечения внимания жителей соответствующего региона к спорту и освещения регулярно проводимых спортивных соревнований особенно в игровом формате вызывающим интерес у широких масс своей необычностью и новизной вполне возможно сделать спорт СЛА по действительно массовым.

Немаловажным оказалось в результате исследования и рекреационное направление. Массовое увлечение парапланеризмом людей и в первую очередь людей летающих не для установления рекордов или достижения каких-либо побед на соревнованиях, а исключительно для удовольствия и ощущения полноты жизни, непременно обязано так же поддерживаться на уровне федеральном в лице государства. Популяризация здорового образа жизни становится эксклюзивной и увлекательной когда она включает в себя несомненно и информацию о спорте СЛА. Видео презентации, публикации на интернет ресурсах, буклеты, журналы и т.д.. Большое количество людей освоивших полеты на параплане и полюбивших это занятие несомненно может являться и показателем всеобщего состояния качества жизни в государстве. Периодически с исследованиями на данную тему, анализом и именно такими выводами мы сталкиваемся при изучении европейской прессы. На сегодня мы заметно отстаем по количеству занимающихся полетами и спортом СЛА людей как самостоятельно, так и организовано в клубах от стран, где этому уделено внимание и поддержка со стороны госчиновников.

Необходимо помнить и о поддержке производств занимающихся изготовлением спортивной техники и снаряжения именно для занятия спортом СЛА в нашей стране. Вводя определенные налоговые льготы на производство расположенное в пределах нашей страны возможно сделать спорт СЛА более доступным для масс, понизив цену комплекта летного оборудования и тем самым сделав ее более доступной для малообеспеченных слоев населения.

Несомненно стоит отметить и уже ставшей проблемой взаимодействие пилотов СЛА с органами ЕС ОРВД в некоторых регионах нашей огромной Родины, порой стремящихся игнорировать сверхлегкую авиацию, организуя свою деятельность путем наложения запретов на полеты и таким образом снимая с себя некую ответственность за организацию полетов на подконтрольной им территории.

Изученные и освещенные в данной работе проблемы безусловно являются лишь частью, так сказать верхушкой айсберга всех трудностей. Глубокий анализ всех аспектов спортивной подготовки данного вида спорта, может занять несколько месяцев и даже лет. Проявление других деталей вполне может возникать и в процессе выполнения уже полученных рекомендаций. Нужно твердо усвоить, что спорт сверхлегкой авиации, непосредственно связан с использованием необычайной среды – представляет собой особую зону повышенных рисков и требует постоянного особого внимания, при этом опыт нам говорит о том, что пилоты и в большей степени спортсмены достаточно легко делят Небо с военной и гражданской авиацией.

Наша действительно Великая и огромная страна, жителями и гражданами которой все мы являемся обязана отвечать интересам несомненно всех слоев общества, особым сегментом этого гигантского коллектива всегда существует СПОРТ!

Лишь сообща, единым порывом в стремлении к качественным изменениям возможно добиться увеличения роста и пропорционального развития всех отраслей жизнеспособности страны и в частности спорта, спорта

сверхлегкой авиации, одного из самых ярких и популярных его направления – парапланеризма!

Заключение

В ходе данного исследования определена первоочередная необходимость в создании специализированных центров спортивной подготовки пилотов СВС и в частности пилотов - парапланеристов, либо на базе существующих центров открытие соответствующих отделений. Важным моментом также воплощение в жизнь положений и законодательных актов уже существующих по организации финансирования из соответствующих бюджетов государственного устройства, в отсутствии которого существующая коммерциализация подготовки негативно оказывает влияние на качество подготовки будущих пилотов, оставляя все на совести так называемых пилотов - инструкторов. Необходимость применения современной системы подготовки как специалистов в области обучения, так и собственно самих спортсменов.

Утверждение в федеральном органе Единого федерального стандарта спортивной подготовки по спорту сверхлегкой авиации и внедрение разработанной программы в соответствии с этими стандартами в сочетании с субсидированием от лица государства, способно привлечь многие новые перспективные личности, а также способствовать увеличению количества людей ведущих здоровый образ жизни, организовать помощь многим так называемым трудным подросткам найти себя в этом сложном и порой жестоком мире, подготовить сильный спортивный резерв, способный уже в недалеком будущем конкурировать на мировом уровне спортивной жизни нашего общества.

Практические рекомендации

1. Необходимо утвердить Единый федеральный стандарт по спорту СЛА в федеральном органе и внедрение КУЛП разработанного на основе этих стандартов;
2. Открыть в субъектах Российской Федерации центров спортивной подготовки спортсменов – парапланеристов;
3. Осуществить планомерный перевод разрозненных клубов и школ и их инструкторов на деятельность по этим единым утвержденным государством стандартам спортивной подготовки;
4. Обеспечить улучшение имеющейся системы взаимодействия по обмену опытом образованных ЦСП. Проведение постоянных (как минимум раз в год) семинаров руководителей по обмену опытом соответствующих направлений спортивной подготовки;
5. Проводить необходимое количество муниципальных, региональных, всероссийских и международных спортивных и физкультурных мероприятий и спортивных соревнований на территории Российской Федерации;
6. Обеспечить участие спортсменов в составе сборной команды от имени Российской Федерации в международных спортивных мероприятиях;
7. Постоянно осуществлять поддержку рекреационного направления спорта сверхлегкой авиации в части параглайдинга способствующего общему укреплению здоровья соотечественников;
8. Обеспечить активное взаимодействие с органами ЕС ОРВД на всей территории нашего государства;
9. Разработать и воплотить в жизнь систему налоговых поощрений, отечественных производителей спортивного снаряжения в области применения СВС. Поддержка соискателей на получение грантов на выработку новых технологий и продукции, новейших материалов.

Список использованной литературы

1. Электронный источник. Параплан. Руководство к применению. Киев, 2002, 23 стр. А4
2. Электронный источник. Денис Пегин. «Понять небо», 25 стр. А4
3. Бурхард Мартинс. «Книга Термиков. Учебник по маршрутным полетам», Гималая, Брянск, 2009, 216 стр.
4. Зигмунд Френкель. "Введение в параглайдинг", Трим Авиайшн , М., 1994, 190 стр.
5. Виктор Гончаренко. «Техника и тактика парящих полетов». ДОСААФ СССР, М., 1975, 232 стр.
6. Хельмут Ройхман. «Полеты на планерах по маршрутам», Таганрог, 1982, 195 стр.
7. Валерий Жеглов, Виктор Рыбкин, Олег Мацепуро. «Учись летать на дельтаплане». ДОСААФ СССР, М., 1980, 208 стр.
8. Электронный источник. Методическое пособие по организации и выполнению полетов на парапланах с использованием средств механизированного старта (СМС).
9. Электронный источник . КУЛП-СД-88. ДОСААФ СССР, 80стр. А4
10. Ильин Е.П. «Психология физического воспитания». – М., 2000. – 486 стр.
11. Пуни А.Ц. «Психологическая подготовка к соревнованию в спорте». - М.: ФиС, 1969. - 88 стр.
12. Пуни А.Ц. «Психологические основы волевой подготовки в спорте». Л., 1977.
13. Пуни А.Ц. «Проблема личности в психологии спорта». М., 1980.
14. Курашвили В.А. Методические пособие. «Психологическая подготовка

спортсменов. Инновационные технологии». ГУ «Центр инновационных спортивных технологий Москомспорта». М.: Медиаоблпроект. – 2008.

15. Электронный источник. Воздушный Кодекс Российской Федерации и Федеральные авиационные правила соответствующего направления.