

## Сучасна система змагань із легкої атлетики та її вплив на змагальну діяльність спортсменів високої кваліфікації

*Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** До початку проведення чемпіонатів світу з легкої атлетики (1983 р.) спортивний календар був досить стабільним, підготовка спортсменів високої кваліфікації спрямована на успішний виступ на Олімпійських іграх і чемпіонатах Європи, які почали проводити в 1964 р. в Осло. Наприклад, у СРСР побудова підготовки здійснювалася на основі організаційно методичних принципів, притаманних радянській системі, яка в ці роки займала лідируючі позиції у світі. Управління «спортивною формою» було пов'язане з певною, найбільш раціональною для індивідуума загальною кількістю змагань, стартів із максимальною мобілізацією можливостей організму й відповідним підведенням спортсменів до головних змагань року. Календар змагань із легкої атлетики включав незначне число змагань за кордоном.

На початку 1980-х років під впливом стрімких процесів професіоналізації та комерціалізації спорту почалися зміни в легкій атлетіці, які вплинули на розширення спортивного календаря. Уже в 1990-ті роки участь у змаганнях атлетів високої кваліфікації стала носити хаотичний характер, що призвело до порушення закономірностей і принципів підготовки до головних змагань (Олімпійські ігри, чемпіонати світу) та, безумовно, негативно вплинуло на результати виступів у них спортсменів.

Наявні наукові дані й досвід передової спортивної практики переконливо свідчать про те, що спроби інтенсифікувати процес підготовки за рахунок кількісних характеристик, у тому числі й змагальної діяльності, є не лише безрезультатними, а й призводять до перетренованості спортсмена, перенапруження функціональних систем і, як результат – до передчасного припинення спортивної кар'єри [7]. Разом із тим досвід передової спортивної практики переконливо підтверджує, що зміщення акценту на якісні характеристики при раціональному виступі в змаганнях не тільки дає змогу забезпечити спортсменові подальше зростання результатів, але і є найважливішим чинником, що забезпечує вихід на пік готовності в головних змаганнях.

Аналіз науково-методичної літератури [1; 6] засвідчив, що більшість представленої інформації, на жаль, ґрунтується на узагальненні робіт радянських фахівців 1970–1980 рр. Це стосується як системи змагань, так і змагальної діяльності атлетів високої кваліфікації.

У зв'язку з цим розширення знань щодо змагань та змагальної діяльності легкоатлетів виявляється винятково актуальним стосовно як науки, так і практики.

**Зв'язок роботи з науковими планами, темами.** Дослідження проводили згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 2.2. «Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації (на прикладі легкої атлетики)», номер державної реєстрації – 0111U001721.

**Завдання роботи** – підвищення результативності змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації на основі систематизації знань про сучасну систему змагань із легкої атлетики.

**Методи дослідження** – теоретичний аналіз й узагальнення науково-методичної літератури та інформації світової мережі Internet, змагальної діяльності легкоатлетів високої кваліфікації; передового практичного досвіду підготовки збірних команд, найсильніших спортсменів світу, які спеціалізуються з різних дисциплін легкої атлетики (опитування тренерів і спортсменів); методи статистичного аналізу.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Під впливом професіоналізації та комерціалізації суттєвої реформації в 1980–1990 рр. зазнали системи змагань, що склалися в міжнародних спортивних федераціях. Особливо помітна в цьому напрямі діяльність ІААФ.

До 1980 р. Олімпійські ігри були офіційним чемпіонатом світу з легкої атлетики [5]. У 1978 р. прийнято історичне рішення – провести чемпіонат світу окремо від Олімпійських ігор через п'ять років. У серпні 1983 р. в Гельсинкі відбувся перший чемпіонат світу, який мав величезний успіх. У

його програму включено нові види, яких не було під час змагань у програмі ігор XXII Олімпіади в Москві, а саме: біг на 3000 м і 400 м із бар'єрами (жінки).

До початку проведення чемпіонатів світу з легкої атлетики (1983 р.) спортивний календар був досить стабільним, підготовка спортсменів високої кваліфікації спрямувалася на успішний виступ на Олімпійських іграх і чемпіонатах Європи. Із приходом у 1981 р. на пост президента ІААФ Прімо Небіоло в легку атлетику почали вкладати великі гроші. За короткий час комерційна спрямованість у проведенні змагань зажадала від організаторів унесення змін до правил, регламентів, ретельного вибору місць проведення, реклами, відповідних маркетингових заходів, що дають змогу отримувати доходи.

Із 1985 р. всі найбільші змагання інтегровано в чотирирічний цикл, відомий як Всесвітня легкоатлетична серія ІААФ [2]. Перший цикл Всесвітньої серії включав перший Кубок світу з марафону, чемпіонат світу серед юніорів та фінал Гран-прі [5]. У табл. 1 наведено змагання Всесвітньої легкоатлетичної серії ІААФ за останні роки.

ІААФ внесла серйозні інвестиції в її успіх, субсидувала тренування, проїзд та витрати з розміщення спортсменів, котрі представляють національні федерації. Під впливом сфери бізнесу суттєвої реформації зазнала традиційна система змагань із легкої атлетики, оскільки з'явилася велика кількість змагань за персональними запрошеннями. Уперше такі змагання організовано в 1985 р. – змагання серії Гран-прі ІААФ (Mobil Grand Prix IAAF).

Таблиця 1

Змагання Всесвітньої легкоатлетичної серії ІААФ

Рік					
2010	2011	2012	2013	2014	2015
Чемпіонат світу в приміщенні	–	Чемпіонат світу в приміщенні	–	Чемпіонат світу в приміщенні	–
Чемпіонат світу з кросу	Чемпіонат світу з кросу	–	Чемпіонат світу з кросу	–	Чемпіонат світу з кросу
Кубок світу зі спортивної ходьби	–				–
Чемпіонат світу серед юніорів	–	Чемпіонат світу серед юніорів	–	Чемпіонат світу серед юніорів	–
–	Чемпіонат світу серед юнаків і дівчат	–	Чемпіонат світу серед юнаків і дівчат	–	Чемпіонат світу серед юнаків і дівчат
–	Чемпіонат світу	–	Чемпіонат світу	–	Чемпіонат світу
Кубок світу	–	–	–	Континентальний кубок	–
Чемпіонат світу з бігу по шосе (напівмарафон)	–	Чемпіонат світу з бігу по шосе (напівмарафон)	–	Чемпіонат світу з бігу по шосе (напівмарафон)	–

Уведення практики продажу прав телетрансляцій змагань разом із рекламою сприяло розширенню мережі змагань за персональними запрошеннями. Передісторією було те, що в 1993 р. чотири популярних легкоатлетичних турніри, що входять у серію Гран-прі ІААФ, – Мобіл Бішлет Геймз (Exxon Mobil Bislett Games) в Осло, Вельткласе (Weltklasse Zürich) у Цюриху, Меморіал ІвованДамм (Memorial Van Damme) у Брюсселі та ІСТАФ (ISTAF) у Берліні – були об'єднані в так звану «Золоту четвірку». Суть такого об'єднання полягала в тому, що спортсмени, які перемогли в одних і тих самих видах легкої атлетики цих чотирьох змагань, отримували спеціальні призи у вигляді золотих злитків. У 1998 р. до «Золотої четвірки» приєдналися ще два турніри – Голден Гала (GoldenGalaRoma) у Римі та ХеркулісHerculisZepter) в Монте-Карло. Нове об'єднання отримало назву Золотої ліги, яка мала спеціальний приз (джек-пот) в 1 млн дол. США. Участь зірок світової легкої атлетики одночасно у всіх перерахованих змаганнях викликала підвищений інтерес глядачів, але з 2010 р. Золоту лігу реформовано, а її місце зайняла Діамантова ліга (DiamondLeague). «Це буде перший турнір, який вийде

на рамки Європи», – заявив у Лозанні президент Міжнародної асоціації легкоатлетичних федерацій ЛамінДіак. Він висловив сподівання, що турнір стане конкурентом головним світовим спортивним серіям – гоночній «Формулі-1» і тенісному «Великому шолому». ЛамінДіак зазначив, що «світова легка атлетика потребує проекту, який би приніс їй хороший дохід». Було підписано контракти із «зірками» легкої атлетики, згідно з якими найкращі спортсмени світу (світова легкоатлетична еліта) заздалегідь підтвердили свою участь у цих змаганнях. Переможці Діамантової ліги стали володарями головного призу – Діамант у чотири карати. Призовий фонд склав 6 млн 630 тис. дол.

Реформація була пов'язана з прагненням ІААФ упорядкувати календар і структуру статусів міжнародних комерційних турнірів, щоб, з одного боку, зробити календар змагань більш глобальним і сприяти залученню зірок світової легкої атлетики не тільки на європейські, але й на американські й азіатські старты, а з іншого – привнести в легку атлетику елемент регулярності, властивий, наприклад, командним видам спорту або біатлону. Розподіл змагань Діамантової ліги в різних легкоатлетичних видах у 2015 р. наведено в табл. 2.

Професіоналізація й комерціалізація легкоатлетичного спорту сприяла розширенню календарів ІААФ, континентальних асоціацій та окремих національних федерацій. Якщо на початку 1990-х років календар ІААФ включав незначну кількість (45–65) змагань [8; 9], то в останнє десятиліття ці показники збільшилися на 26,97–32,37 % [4].

Таблица 1

## Розподіл змагань Діамантової ліги в різних легкоатлетичних видах у 2015 р.

Вид легкої атлетики в програмі змагань	Місце проведеннязмагань, дата																											
	Доха, 15.05		Шанхай, 17.05		Eugene 29–30.05		Рим, 04.06		Бірмінгем, 07.06.		Осло, 11.06.		Нью-Йорк 13.07		Париж, 04.07		Лозанна, 09.07		Монако, 17.07		Лондон, 24-25.07		Стокгольм, 30.07		Цюрих, 03.09		Брюссель, 11.09	
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж
Біг 100 м	■			■	■	■		■			■		■	■	■	■		■		■	■		■	■	■	■	■	■
Біг 200 м		■	■		■		■	■	■	■		■	■			■	■	■	■	■	■	■	■	■		■		■
Біг 400, 300* м		■	■		■	■			*	■		■	■	■	■		■	■	■	■	■		■	■	■		■	■
Біг 800 м	■			■	■	■		■		■	■		■	■		■		■	■	■	■	■		■	■		■	■
Біг 1500 м		■	■			■		■			■				■			■	■	■	■		■		■		■	■
Біг 3000 /5000 м		■		■	■	■		■	■		■				■	■	■	■	■		■	■		■		■	■	
1 миля*, 1000, 10 000 м					■						*		■	■							■					■		
Біг 3000 м із перешкодами	■			■		■		■	■		■			■	■	■	■	■	■			■		■	■		■	■
Біг 100/110 м із бар'єрами		■	■		■		■	■	■		■	■		■		■	■	■	■	■	■	■	■		■			■
Біг 400 м із бар'єрами	■			■				■		■	■				■		■	■		■	■	■		■	■	■	■	
Стрибок у висоту		■	■		■			■	■				■	■			■	■	■	■	■	■		■				■
Стрибок із жердиною	■			■	■		■			■			■			■		■	■	■	■	■			■	■	■	
Стрибок у довжину		■	■			■		■			■			■	■			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Потрійний стрибок	■			■		■		■			■	■			■	■	■	■	■	■		■	■	■	■		■	■
Штовхання ядра	■			■	■		■		■			■	■		■	■	■	■	■	■		■	■		■	■	■	
Метання диска		■	■		■		■		■	■			■		■			■	■	■	■		■	■		■		■
Метання списа	■			■		■		■			■	■			■	■	■	■	■	■		■	■		■	■	■	

Сучасна система змагань із легкої атлетики перебуває в безперервному розвитку й характеризується глобалізацією й розширенням спортивних календарів, появою нових форматів і категорій змагань для отримання доходів від їх проведення, що значно ускладнює підготовку до них. Вона має складну ієрархічну структуру, яка об'єднує змагання форматів олімпійського та професійного спорту й функціонує на міжнародному, регіональному, національному та місцевому рівнях [3] (рис. 1).

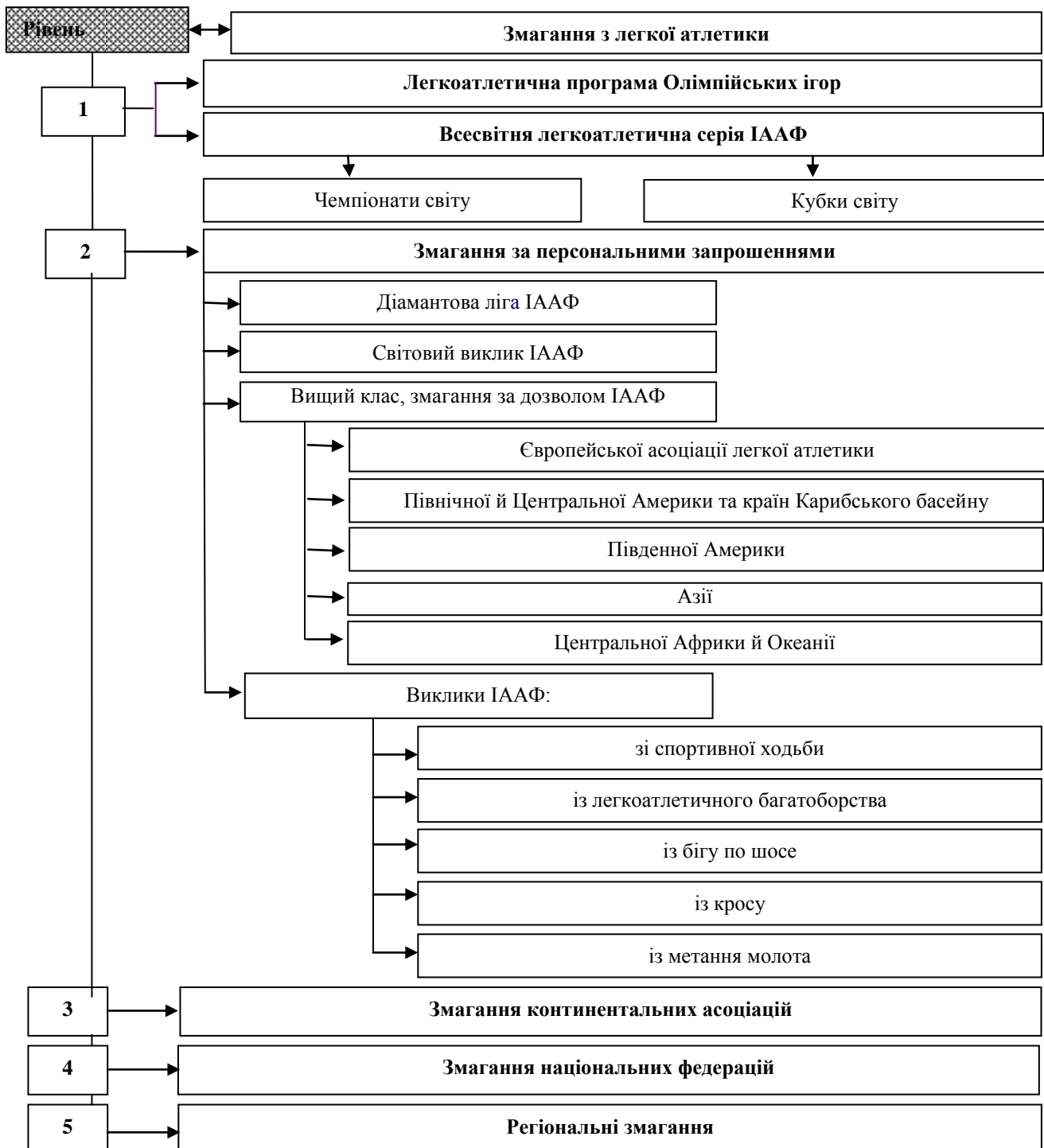


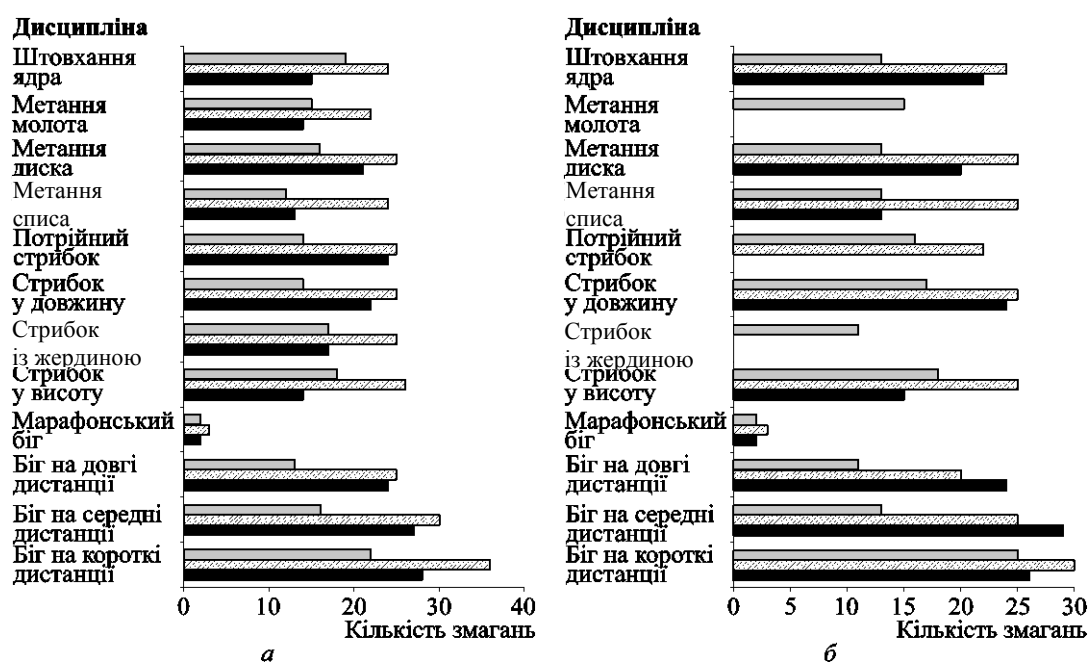
Рис. 1. Ієрархічна структура змагань із легкої атлетики

Розширилася мережа змагань і географія їх проведення на різних континентах із тенденцією проведення престижних змагань на основних «ринках» світу для забезпечення визнання та підвищення популярності легкоатлетичного спорту. Найбільша кількість змагань із легкої атлетики в календарі ІААФ проводиться в Європі (понад 50 % загальної кількості).

У зв'язку з інтенсивною професіоналізацією й комерціалізацією змагання за персональними запрошеннями переважно заповнили спортивний календар ІААФ і стали проводитися протягом усього року. Вони характеризуються зручностями програми (наприклад Брильянтова ліга – 32 види), порівняно з найбільшими міжнародними форумами (легкоатлетична програма Олімпійських ігор, чемпіонати світу – 47). У них відбувається орієнтація на ті види, які найцікавіші для глядачів (наявність лідерів, здатних забезпечити високу конкуренцію), компактна організація, націлена на проведення змагань протягом одного дня за скороченою програмою в одне коло для обмеженої кількості учасників.

Престижні змагання за персональними запрошеннями, у яких переважно бере участь світова легкоатлетична еліта, стали проводити серіями з короткими інтервалами між ними – 3–6 днів – із заохоченням безперервної участі легкоатлетів у них у вигляді системи очок, грошових винагород і розіграшу джек-поту у вигляді золотих злитків (1998–2002 рр.), 1 млн дол. США (2003–2009 рр.), діаманта в чотири карати (із 2010 р.).

Незважаючи на значне розширення спортивного календаря та появу великої кількості престижних високооплачуваних одноденних змагань за персональними запрошеннями, підготовка спортсменів високої кваліфікації спрямована на досягнення найвищих спортивних результатів на Олімпійських іграх, чемпіонатах світу, про що переконливо свідчить передовий практичний досвід найсильніших легкоатлетів. В останні роки спостерігається оптимізація основних параметрів змагальної практики спортсменів високої кваліфікації в різних видах легкої атлетики. Якщо в 1990 рр. кількість змагань у найсильніших спортсменів світу, які спеціалізуються в бігу на короткі, середні, довгі дистанції, легкоатлетичних стрибках і метаннях, коливалась у діапазоні 25–36 у чоловіків і 20–29 у жінок, то у 2000-ті ці показники знизилися на 4,20–21,53 % і 4,47–15,07 %, відповідно ( $p < 0,05$ ) (рис. 2).



**Рис. 2.** Кількість змагань найсильніших легкоатлетів світу в різних дисциплінах легкої атлетики в 1970–2011 рр.:

■ – 2000-ті pp.; ■ – 90-ті pp.; ■ – 70-80-ті pp.; ■ – а – чоловіки; б – жінки.

Більшість (90 %) спортсменів – переможці та призери Олімпійських ігор, чемпіонатів світу, перша десятка світового рейтингу (чоловіки – $n = 87$ ; жінки – $n = 79$ ) у середньому виступають у змаганнях 14–18 разів, а 10 % – 10–24 рази протягом року, що дає змогу показувати найвищі спортивні результати в головних змаганнях і підвищити якісні характеристики змагальної діяльності в значущих комерційних турнірах.

Аналіз змагальної діяльності найсильніших спортсменів світу уможливив виокремлення таких тенденцій, характерних для їхньої змагальної діяльності:

– оптимізація змагальної практики протягом року спортсменів, які спеціалізуються в різних видах легкої атлетики, незважаючи на значне розширення спортивного календаря, із метою успішного виступу

на Олімпійських іграх, чемпіонатах світу, а також підвищення якісних характеристик змагальної діяльності у престижних турнірах за персональними запрошеннями для демонстрації високих спортивних результатів протягом сезону в межах 1–3 % особистого результату;

– збільшення кількості основних змагань у циклічних та ациклічних видах легкої атлетики в чоловіків і жінок (спортивна еліта) до 50–60 % загальної кількості змагань протягом року;

– розширення в часі та розподіл виступів легкоатлетів у змаганнях протягом 4–5 місяців (весна–літо–осінь) із високими грошовими стимулами при зменшенні кількості виступів легкоатлетів усередині країни й різким збільшенням за кордоном на різних континентах;

– виступ спортсменів високої кваліфікації (спортивна еліта – чоловіки та жінки), які спеціалізуються в різних дисциплінах легкої атлетики, переважно в престижних одноденних змаганнях за персональними запрошеннями з високими призовими фондами;

– серійний розподіл участі в змаганнях (легкоатлетична еліта –  $n = 31$ ) протягом змагального періоду – від однієї до чотирьох серій із короткими інтервалами часу між стартами в серії (3–6 днів). Кількість стартів у конкретній серії розподіляється суто індивідуально й перебуває в діапазоні від двох до п'яти разів;

– обмеження змагальної практики на етапі безпосередньої підготовки до головних змагань. Установлено, що з 15 переможців і призерів ігор XXIX Олімпіади в Пекіні (біг на короткі дистанції та бар'єрний біг – чоловіки) в останній тиждень перед головними змаганнями року не виступав ніхто, за два тижні – 15 % бігунів узяли участь в одному змаганні, за три тижні – 38 % спортсменів стартували один раз. За чотири тижні до ігор XXIX Олімпіади в змаганнях (Золота ліга, Супер Гран-прі) узяли участь 54 % бігунів, за п'ять тижнів – 77 % спортсменів на етапах Золотої ліги та Гран-прі.

Аналіз змагальної практики легкоатлетів-стрибунів – олімпійських чемпіонів і призерів ігор XXIX Олімпіади на етапі безпосередньої підготовки до головних змагань – засвідчив, що в останній тиждень і за два тижні до головних змагань не виступав ніхто. За три тижні до ігор XXIX Олімпіади змагалися 44 % легкоатлетів, за чотири тижні – 55 % чоловіків. За п'ять тижнів до головних змагань виступали 78 % спортсменів. За шість тижнів до ігор XXIX Олімпіади 55 % стрибунів виступили в змаганнях один раз, а 45 % легкоатлетів не брали в них участі.

Жінки за три тижні до ігор XXIX Олімпіади не змагалися; за чотири тижні в змаганнях виступили всі спортсменки (стрибок у висоту та з жердиною). За п'ять тижнів до головних змагань виступали 57 % жінок, а за шість тижнів до ігор XXIX Олімпіади участі в них не брали 43 % спортсменок;

– зменшення кількості змагань у найсильніших легкоатлетів світу, починаючи з 2000 р., у різних дисциплінах від 4,20 до 21,53 % у чоловіків та від 4,47 до 15,07 % – у жінок, порівняно з попереднім десятиріччями ( $p < 0,05$ ), незважаючи на розширення спортивного календаря (рис. 2).

**Висновки.** Сучасна система змагань із легкої атлетики перебуває в безперервному розвитку та характеризується розширенням спортивних календарів, появою нових форматів і категорій змагань для одержання доходів від їхнього проведення, має складну ієрархічну структуру, що поєднує змагання форматів олімпійського й професійного спорту та функціонує на міжнародному, регіональному, національному й регіональному рівнях.

Процес упорядкування змагань спрямований на підвищення ефективності змагальної діяльності легкоатлетів у головних змаганнях й оптимальній їх кількості за персональними запрошеннями. Змагання повинні бути строго ранжировані та ґрунтуватися на підпорядкуванні нижніх рівнів (одноденні за персональними запрошеннями, у приміщеннях, із видів) верхнім (головним змаганням) без порушення традиційної ієрархії (підготовчі, контрольні, підводящі й відбіркові).

Підвищення ефективності змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації припускає перехід кількісних характеристик у якісні на основі:

- зменшення кількості змагань до 12–16 у системі річної підготовки;
- раціонального розподілу стартів до головних змагань (Олімпійські ігри, чемпіонати світу) і після них;
- підписання контрактів на участь у змаганнях у строки, які не порушують закономірностей виходу на пік готовності в головних змаганнях;
- оптимізації й індивідуалізації участі в змаганнях спортсменів високої кваліфікації для демонстрації найвищих спортивних результатів у головних змаганнях року при підвищенні якісних характеристик змагальної діяльності в оптимальній кількості престижних турнірів на рівні 1–3 % особистого спортивного результату;



- скорочення участі в серіях змагань із короткими інтервалами (не більше двох разів протягом року);

- припинення змагальної практики за 2–3 тижні до головних змагань чотириліття.

**Перспективи подальших досліджень.** Результати проведених досліджень відкривають перспективи для дослідження в єдності із системою змагань і змагальною діяльністю спортсменів проблем раціональної побудови спортивного тренування й використання факторів підвищення ефективності тренувальної й змагальної діяльності.

#### *Джерела та література*

1. Артюшенко О. Ф. Легка атлетика. Теорія і методика викладання : [навч. посіб.] / О. Ф. Артюшенко. – Черкаси : Брама-Україна, 2008. – 632 с.
2. Глед Б. Справочник ИААФ по организации и проведению соревнований / Б. Глед, Б. Роу. – Лондон : ИААФ, 2007. – 271 с.
3. Козлова Е. К. Подготовка спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации легкой атлетики : [монография] / Е. К. Козлова. – Киев : Олимп. лит., 2012. – 368 с.
4. Козлова Е. К. Современная система соревнований и соревновательная деятельность спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации легкой атлетики / Е. К. Козлова // Наука в олимпийском спорте. – 2013. – № 2. – С. 31–36.
5. Конституция вступает в силу 1 ноября 2013 года. – ИААФ, 2013. – 90 с.
6. Легкая атлетика : учебник / [под. общ. ред. Н. Н. Чеснокова, В. Г. Никитушкина]. – М. : Физическая культура, 2010. – 448 с.
7. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 2013. – 624 с.
8. IAAFCompetition [Электронный ресурс] : по данным IAAF. – Режим доступа : <http://www.iaaf.org/competition/>
9. IAAFCalendar [Электронный ресурс] : по данным IAAF. – Режим доступа : <http://www.iaaf.org/competition/calendar/>

#### *Анотації*

*Актуальність проблеми обумовлена принципіальними змінами, що відбулися в легкій атлетиці та вплинули на систему змагань. Мета роботи – підвищення результативності змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації на основі систематизації знань про сучасну систему змагань із легкої атлетики. Сучасна система змагань із легкої атлетики перебуває в безперервному розвитку й характеризується розширенням спортивних календарів, появою нових форматів та категорій змагань для одержання доходів від їхнього проведення, має складну ієрархічну структуру, що поєднує змагання форматів олімпійського й професійного спорту та функціонує на міжнародному, регіональному, національному й регіональному рівнях. Отже, підвищення ефективності змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації припускає перехід кількісних характеристик у якісні на основі зменшення кількості змагань до 12–16 у системі річної підготовки; раціонального розподілу стартів до головних змагань (ігри Олімпіад, чемпіонати світу); підписання контрактів на участь у змаганнях у строки, які не порушують закономірностей виходу на пік готовності в головних змаганнях; оптимізації й індивідуалізації участі в змаганнях спортсменів високої кваліфікації; скорочення участі в серіях змагань із короткими інтервалами; припинення змагальної практики за 2–3 тижні до головних змагань чотириліття.*

**Ключові слова:** система змагань, легка атлетика, спортсмени високої кваліфікації.

**Елена Козлова. Современная система соревнований и ее влияние на соревновательную деятельность спортсменов высокой квалификации.** Актуальность проблемы обусловлена принципиальными изменениями, которые произошли в легкой атлетике и повлияли на систему соревнований и участие спортсменов в соревнованиях. Цель работы – повышение результативности соревновательной деятельности на основе систематизации знаний об современной системе соревнований по легкой атлетике. Современная система соревнований по легкой атлетике находится в непрерывном развитии и характеризуется расширением спортивных календарей, появлением новых форматов и категорий соревнований для получения доходов от их проведения, имеет сложную иерархическую структуру, объединяет состязания форматов олимпийского и профессионального спорта и функционирует на международном, региональном, национальном и региональном уровнях. Таким образом, повышение эффективности соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации предполагает переход количественных характеристик в качественные на основе уменьшения количества соревнований до 12–16 в системе годичной подготовки, рационального распределения стартов до главных соревнований (игры Олимпиад, чемпионаты мира); подписания контрактов на участие в соревнованиях в сроки, которые не нарушают закономірностей выхода на пик готовности в главных соревнованиях; оптимизации и индивидуализации участия в соревнованиях спортсменов высокой квалификации; сокращения участия в сериях соревнований с короткими интервалами; прекращение соревновательной практики за 2–3 недели до главных соревнований четырехлетия.

**Ключевые слова:** система соревнований, легкая атлетика, спортсмены высокой квалификации.



**Olena Kozlova. Modern System of Competitions and its Influence on the Competitive Activity of Athletes of High Qualification.** Topicality of the work is preconditioned by the principle changes that have occurred in track and field athletics and influenced the competition system and athletes' participation in competitions. Objective. Increase of the efficiency of competitive activity on the basis of knowledge systematizing on the modern system of track and field competitions. Results of the work. The modern system of track and field competitions is continuously developed and characterized by extension of competition calendars, appearance of new competition formats and categories for gaining profit from their conducting, has complicated hierarchical structure, unites competitions formats of Olympic and professional sport and functions on international, regional, national levels. Conclusions. Improvement of competitive activity efficiency of highly skilled athletes offers transition of quantitative characteristics into qualitative ones on the basis of: reduction of competitions to 12–16 in the system of annual preparation, rational distribution of starts before the major competitions (the Olympic Games, world championships); signing of contracts for participation in competitions in terms which do not disturb the regularities of reaching the peak performance in the major competitions; optimization and individualization of highly skilled athletes; decrease of participation in the series of competitions with short intervals; termination of competitive practice within 2–3 weeks before major competitions of four-year period.

**Key words:** system of competitions, track and field athletics, athletes of high qualification.