

Education and Sport, specialty: 24.00.02 "Physical culture, physical education of different groups of the population" / N.Y. Pangelova. – K., 2014. – 42 p.

Яковенко О.О., Іванчук А. В.
Національний університет фізичного виховання і спорту України

ЗАГАЛЬНІ ТЕНДЕНЦІЇ КОМПЛЕКТУВАННЯ ЕКІПАЖІВ У ВЕСЛУВАННІ АКАДЕМІЧНОМУ

Розглянуто основні принципи та положення щодо формування веслувальних екіпажів. Показані послідовні етапи відбору та комплектування команд, що існують в Україні та діють в теперішній час. Зазначені основні критерії відбору, що висуваються до спортсменів певних класів човнів у веслуванні академічному. Вивчено веслярів провідних екіпажів вищої спортивної кваліфікації у веслуванні академічному на основі психологічного та морфо-функціонального критеріїв та визначено найбільш впливові критерії для успішного та ефективного комплектування екіпажів.

Ключові слова: веслування академічне, комплектування екіпажів, команда.

Общие тенденции комплектования экипажей в гребле академической. Рассмотрены основные принципы и положения формирования гребных экипажей. Показаны последовательные этапы отбора и отбора команд, существующих в Украине и действующих в настоящее время. Указаны основные критерии отбора спортсменов некоторых классов лодок в гребле. Были изучены старты и ведущие экипажи высшей спортивной квалификации по гребле на основе психологических и морфолого-функциональных критериев и определены наиболее влияющие критерии успешного и эффективного комплектования экипажей.

Ключевые слова: гребля, формирование экипажей, команда.

General trends of crews' formation in rowing. The process of the crew's formation is long-lasting and takes place on the basis of the places occupied by the rowers in the competitions. This research is an attempt to study the rowers of leading crews of the highest sports qualification in rowing on the basis of psychological and morphological-functional criteria. When completing crews, coaches use different methods of group psychology. Based on the objective identification of the characteristics of the rowers to coordinate joint actions, these techniques complement the psychological presentation of coaches about the optimal association of rowers in the team.

The team can fully solve all the tasks only with full mutual understanding, trust and confidence in each other. Usually distinguish two types of connections: business and personal. As experience has shown, groups that are joined by both of them are stronger - personal sympathy, friendship. One of the main tasks of selection for the rowers team, is the identification of the most positive individual and psychological features of the personality, which are combined with the choice of the most prepared for action crew member. The principle of good compatibility and high level of activity is important. It is important to pre-install and predict how a candidate to the team will endure extreme factors, sudden stimuli and obstacles, the ability to continue working in difficult conditions.

The task of selecting a team of rowers, is the identification of the most positive individual and psychological features of the individual, which are combined with the choice of the most prepared for the crew member. The principle of good compatibility and high level of activity is important. It is important to pre-install and predict how a candidate in the team will endure extreme factors, sudden stimuli and obstacles, the ability to continue working in difficult conditions.

The results of the study show that athletes who specialize in rowing, in most types of programs perform in team classes of boats. In this regard, there are additional requirements for finding the most informative methods (criteria) for selecting athletes to form a large crew. In this regard, we have identified the informative indicators recommended for use in the formation of crews in rowing, and developed a system for assessing the potential capabilities and preparedness of the rowers. The obtained data will enable to analyze the compliance of the leading crews equipped with trainers for the indicators of morphological-functional and psychological compatibility.

This article discusses the basic principles and regulations for the formation of rowing crews. The sequential selection and selection stages of teams existing in Ukraine and operating at the present time are shown. Mentioned basic selection criteria for the athletes of certain classes of boats in rowing are given. Outlines of the leading crews of the highest sports qualification in rowing on the basis of psychological and morphological-functional criteria were studied and the most influential criteria for successful and efficient manning of crews were determined.

Keywords: rowing, crews' formation, team.

Постановка проблеми. Академічне веслування - це один з видів веслувального спорту в якому початковий етап навчально-тренувальної діяльності починається саме з командних човнів. Навчання юних веслярів основним технічним діям відбувається в одному екіпажі з тренером чи більш досвідченими веслярами. Тому на початкових етапах тренування певних вимог та особливостей в комплектації екіпажів не зазначається [1, 3].

На подальших етапах спортивної діяльності комплектація екіпажів відбувається на розсуд тренера команди та на основі наказу Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, Національного олімпійського комітету про затвердження системи відбору спортсменів до олімпійської збірної команди України з академічного веслування [9, 14, 22]. Процес формування остаточного екіпажу проходить три етапи відбору:

1. Попередній етап - на підготовку у складі збірної команди України зараховуються спортсмени, які посіли на кваліфікаційних змаганнях (відповідно календаря змагань) наступні місця: IX -1- 6 місце, 2 - 1-2 місце, IX - 1 місце (легка вага чоловіки), 2 - 1 місце (легка вага чоловіки); Як кандидати на підготовку розглядаються спортсмени які посіли: IX - чоловіки 7-10 місце, чоловіки легка вага - 2-5 місце, жінки 7-8 місце; 2 - чоловіки - 3- 5 місце, чоловіки легка вага - 2-4 місце, жінки 3-4 місце.

2. На основі попередньо відібраних веслярів за результатами внутрішніх контрольних тестувань, за рішенням тренерського складу комплектується екіпажі для участі у Кубку України, який є другим етапом відбору веслярів до олімпійського екіпажу. Третім етапом відбору є особистий Чемпіонат України. Тренер базового екіпажу має право посилити склад команди в період підготовки до Олімпійських ігор з числа призерів чемпіонату України у відповідному номері програми.

Таким чином, процес комплектації екіпажу являється довготривалим і відбувається на основі місць, що посіли веслярі у змаганнях.

Виходячи з практичного досвіду, тренери при комплектації екіпажів акцентують увагу лише на вищевказані критерії відбору. Зрідка тренером вивчаються аспекти комплектації з психологічного чи фізіологічного критеріїв. Розташування веслярів в екіпажі відбувається експериментально-практичним шляхом не замислюючись над причинами досягнення чи не виконання запланованого результату. Тоді як науковці, пропонують ряд методик щодо комплектації човнів. В основі нашого експериментального дослідження є припущення, що в основному, комплектування екіпажів командних човнів має відбуватися двома шляхами: за фізіологічною і психологічною сумісністю веслярів [1, 3, 7, 13].

Наша робота є спробою вивчення веслярів провідних скомплектованих екіпажів вищої спортивної кваліфікації у веслуванні академічному на основі психологічного та морфо-функціонального критеріїв. Отримані дані нададуть можливість проаналізувати відповідність скомплектованих тренерами провідних екіпажів показникам морфо-функціональної та психологічної сумісності.

При комплектуванні екіпажів тренери використовують різноманітні методики психології груп. Засновані на об'єктивному виявленні особливостей веслярів до погодженості сумісних дій, ці методики доповнюють психологічні уявлення тренерів про оптимальне об'єднання веслярів в команді.

Команда може повністю вирішити всі поставлені завдання тільки при повному взаєморозумінні, довірі і впевненості один в одному. Командувати нікому не потрібно, необхідно тільки чітко знати свої обов'язки і кожному їх виконувати [6, 8, 18].

Найбільш чітко зазвичай виділяють два типи зв'язків: ділові і особисті. Як показав досвід, міцнішими є групи, які поєднані як діловими, так і особистими зв'язками - особистою симпатією, дружбою [6, 7, 20].

Завданням відбору до команди спортсменів-веслярів, вважається виявлення найбільш позитивних індивідуально-психологічних особливостей особистості, які сполучаються з вибором найбільш підготовленого до дії члена екіпажу. Важливим є принцип гарної сумісності і високого рівня діяльності. Важливо заздалегідь встановити і передбачити як кандидат у команду буде переносити екстремальні фактори, раптові подразники і перешкоди, здатність продовжувати роботу в ускладнених умовах [1, 5].

Більшу користь для формування колективу приносять тренувальні змагання команд з різними за силою учасниками (в кожній команді по 2 сильних і по 2 відносно слабких учасника). Це примушує менш підготовлених спортсменів працювати з повною віддачею, щоб не підвести своїх товаришів, а сильніших відчутти відповідальність за менш досвідчених. Такі команди можна підбирати і за принципом взаємокомпенсації психологічних якостей: нерішучих зводити з рішучими, тих хто полюбляє ризикувати - з раціональними, замкнених - з товариськими. Це повинно принести ефективні результати при гарній внутрішньогруповій атмосфері [2, 7, 15].

При врахуванні фізичної сумісності потрібно знати, що в командному веслуванні спортсмен, який не вписується у команду, не тільки не виконує власну частину роботи, але і заважає веслувати своїм партнерам. Якщо окремі веслярі команди відстають у фізичній підготовленості, в оволодінні раціональними прийомами технічних дій, вони будуть переважати, і це вплине як на них, так і на всю команду. Тому, збільшення тренувальних навантажень команди може відбуватися лише тоді, коли її члени достатньо наблизяться до загального рівня і не будуть випадати із спільного ритму роботи всієї команди на всіх контрольних відрізках. Сумісність веслування не визначається тільки візуально і не вичерпується одночасністю входу лопасті весла у воду і виходу з води. Головним тут є сумісне прикладання сил, єдиний момент опорної фази лопасті весла, єдиний момент відштовхування весел від води [7, 16, 22].

Незначна несумісність зусиль, їх неточність, в командному човні є дуже небезпечною. При цьому, чим більша несумісність, тим більша і затрата сил веслувальника, який не попадає у гребок, звідки - недостатній розвиток швидкості ходу човна.

Слід зазначити, що як для тренера, так і для спортсмена заняття з усією командою, в організаційному відношенні, більш простіші. Але не завжди всім членам екіпажу потрібно приймати участь у таких спільних заняттях. Для вирішення будь-яких особистих завдань, які пов'язані з особливостями особистості спортсмена чи спрямованих на усунення певних технічних помилок чи фізичних недоліків більш ефективними є індивідуальні завдання. Тренер і веслярі протягом ряду тренувань повинні обирати більш вірну форму розминки для всієї команди, а може навіть окремим веслярам запропонувати і додаткову розминку [1, 9, 17, 19].

Окрім загальної програми, кожен спортсмен у командному човні повинен мати індивідуальну програму, яка складається тренером і психологом. Індивідуальні психологічні заняття проводяться за декілька місяців до змагань. Групові заняття проводяться безпосередньо перед гонками, переслідуючи мету збільшення почуття відповідальності, що об'єднує спортсменів. В цей період тренерам потрібно бути дуже уважними, вивчати взаємовідносини між веслярами одного човна, їх вплив один на одного, авторитет кожного з них [1, 10, 11].

Виходячи з практичного досвіду, тренери при комплектації екіпажів акцентують увагу лише на вищевказані критерії відбору. Зрідка тренером вивчаються аспекти комплектації з психологічного чи фізіологічного критеріїв. Розташування веслярів в екіпажі відбувається експериментально-практичним шляхом не замислюючись над причинами досягнення чи не виконання запланованого результату.

Наша робота є спробою вивчення веслярів провідних скомплектованих екіпажів вищої спортивної кваліфікації в академічному веслуванні на основі психологічного та морфо-функціонального критеріїв. Отримані дані нададуть можливість проаналізувати відповідність скомплектованих тренерами провідних екіпажів показникам морфо-функціональної та психологічної сумісності.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана згідно Зведеного плану НДР на 2016-2020 рр. за темою 2.1 «Технологія індивідуалізації тренувального процесу на основі фізіологічних критеріїв» з номером держ.реєстрації 0117U002388.

Метод дослідження - дослідити особливості комплектування та укомплектованості екіпажів у веслуванні академічному.

Результати дослідження. До всіх спортсменів ставляться приблизно однакові вимоги. Першорядного значення набули вимоги добору спортсменів з однаковою фізіологічною, фізичною і психологічною підготовкою щодо навантажень. Так, найсильніші веслярі академічного веслування - це атлети високі на зріст, сухорляві, але міцно збудовані, з відмінною координацією, силовою витривалістю та швидкістю [3, 4, 12, 23].

При комплектуванні складу човна доцільно добирати спортсменів, приблизно однакових за своїми фізичними якостями. Для вісімок і частково для четвірок правильніше буде формувати базову команду підсилюючи її двома-трьома сильними веслярами з інших екіпажів. Нових спортсменів варто садити на будь-яке місце в екіпажі окрім загрібного і сьомого номера в академічній вісімці, оскільки заміна цих спортсменів зумовить зміну схеми гребка, темпу, ритму. Таку заміну можна робити, якщо до основних змагань сезону залишилося не менше 2-2,5 місяці [3, 14, 23].

Особливість команди у веслуванні академічному: більша ізоляція як групи, яка тривалий час знаходиться в стабільному складі, жорсткий зв'язок членів команди в процесі діяльності, коли спортсмени виконують роботу без строгого розподілу за ролями, та тісний взаємозв'язок поза спортом.

Основою об'єднання групи людей в команді є загальна мета, яка, захопивши кількох спортсменів, перетворює їх з випадкового об'єднання в колектив.

В основному, комплектування екіпажів командних човнів відбувається двома шляхами: за фізичною і психологічною сумісністю веслярів [1, 6, 20].

1. Фізична сумісність передбачає:

- рівноцінну підготовленість спортсменів (спортивний розряд, кваліфікація);
- ідентичність ритму і темпу веслування членів екіпажу;
- тензографічну сумісність рисунку гребка (за сумісністю долучення зусиль, а також зорову, м'язово-суглобову, пропріорецептивну аферентацію (як додаткові інформаційні моменти);
- ідентичність логограми проходження дистанції (кривої швидкості проходження дистанції).

2. Психологічна сумісність передбачає:

- визначення можливостей психологічної сумісності;
- необхідність виділення лідера і капітана.

Психологічна сумісність - це складне поняття, яке включає в собі цілу групу приватних понять. У команді повинні бути різні люди, але відмінності між ними повинні компенсувати один одного.

У процесі відбору кандидатів враховуються такі компоненти: рівень спеціальної фізичної підготовленості; рівень спортивно-технічної підготовленості; рівень тактичної підготовленості; рівень психічної підготовленості; стан здоров'я. Відбір перспективних спортсменів для комплектування команд для участі в головних змаганнях сезону, вимагають аналізу і зіставлення даних про різні сторони підготовленості. Для відбору спортсменів в команду необхідно враховувати наступні критерії відбору:

- виконання індивідуального плану підготовки за попередній та поточний роки і відповідність поставленим завданням;
- досвід участі в міжнародних змаганнях;
- стабільність і надійність участі в міжнародних змаганнях;
- високий рівень технічної підготовленості (варіативність техніки, виконання складних елементів, які забезпечують високе місце в турнірній таблиці);
- функціональний стан організму спортсмена;
- психологічна стійкість і прояв морально-вольових якостей, провідних в виді спорту, висока мотивація;
- відповідність індивідуальним або груповим модельним характеристикам, нормативам, затвердженим міжнародною та національною федераціями, міжнародний рейтинг;
- стан здоров'я (відсутність травм і хронічних захворювань) [3, 7, 14, 20].

Відбір кандидатів в основні склади команд здійснюється на основі врахування рухового потенціалу, подальшого розвитку фізичних якостей, удосконалення функціональних можливостей організму спортсмена, освоєння нових рухових навичок, здатності до перенесення високих тренувальних навантажень, психічної стійкості спортсмена в змаганнях. Проблема комплектування хорошої команди також безпосередньо пов'язана з урахуванням психологічних закономірностей створення і функціонування колективу, підтримання сприятливого для роботи психологічного клімату в ньому [6, 7, 8, 10].

Основною формою відбору кандидатів до збірних команд виступають спортивні змагання. При цьому враховуються не тільки сьогоднішні спортивні результати, а й їх динаміка протягом двох-трьох останніх років, динаміка результатів протягом поточного року, стаж регулярних занять спортом, відповідність основних компонентів фізичної підготовленості і фізичного розвитку вимогам даного виду спорту на рівні результатів майстра спорту міжнародного класу.

Головне завдання у формуванні веслувальних екіпажів полягає в індивідуальному підході до кожного спортсмена. При відборі спортсменів в команду, важливо визначення індивідуальної підготовленості, рівня кожного спортсмена щодо інших, тобто в їх ранжуванні. Це можливо зробити тільки в дрібних човнах, з урахуванням тестів фізичного розвитку і фізичної підготовленості (на ергометрі) [23].

Якщо аспекти комплектування командних човнів, пов'язані з біомеханічною складовою, вимагають підбирати в екіпаж веслярів з більш-менш схожими властивостями (близькими по фізичній, технічній, тактичній та теоретичній підготовленості), то психологічна підготовленість і психічні стани можуть бути різними у веслярів одного екіпажу. Це залежить, в першу чергу, від різних вимог, що пред'являються до займаного положення в командному човні, тобто від рольового розподілу.

Серед показників, що визначають успішність виступу спортсменів в циклічних водних видах спорту одне, з основних місць займають показники статури, які враховуються при спортивному відборі на різних етапах багаторічної підготовки,

комплектуванні екіпажів, налагодженні посадкового місця, виборі довжини дистанції і т.д.

Також, при формуванні сильних і успішних екіпажів у веслуванні академічному враховуються не тільки морфофункціональні ознаки, рівень фізичної і психічної підготовленості, але і рівень техніко-тактичної майстерності, функціональні можливості організму спортсмена, здатність до відновлення після виконання великих тренувальних і змагальних навантажень.

Вибирати спортсменів в команду слід індивідуально і лише потім комплектувати з них великі екіпажі. Тільки так можна забезпечити право кожного спортсмена реалізувати свій талант. Так роблять в успішних у веслуванні академічному збірних командах світу. У разі дуже близьких показників спортсменів, їх місце у великій човні зазвичай визначається «гонками за місце» («seat racing»), коли ганяються різні комбінації великої човни і визначається найкращий результат [13, 23].

Аналіз спеціальної науково-методичної літератури, даних Інтернет і аналіз змагальної діяльності, дозволили виявити комплекс інформативних критеріїв відбору, які характеризують педагогічні, техніко-тактичні, функціональні, психологічні та морфологічні особливості спортсменів.

Для визначення значущості найбільш інформативних критеріїв відбору для формування екіпажів у веслуванні академічному була проведена експертна оцінка. У ролі експертів виступали тренери, які працюють зі спортсменами збірної команди України, що спеціалізуються у веслуванні академічному. Всього в опитуванні взяло участь 23 експерти, 11 з яких - заслужені тренери України і 12 - тренери вищої категорії.

Експертне опитування проводилося методом анкетування. За даними літератури [4, 7] і бесід з фахівцями з веслування були відібрані сім факторів, які рекомендується використовувати при формуванні екіпажів на етапі підготовки до вищих досягнень. Експерти оцінювали ступінь впливу кожного з факторів на ефективність комплектування екіпажу у веслуванні академічному по рангу (найменший ранг має найбільше значення). При проведенні експертної оцінки узгодженість думок експертів оцінювалася за допомогою коефіцієнта конкордації і склала $W = 0,74$, що свідчить про однорідність обраної групи експертів і узгодженості думок [5].

Результати аналізу експертної оцінки показали, що найбільш значимими факторами при відборі веслярів для формування екіпажів на етапі підготовки до вищих досягнень є функціональна (28 балів) і фізична підготовленість (29 балів), а також результат змагальної діяльності (28 балів). Високе місце зайняте цими факторами означає, що при відборі спортсменів для комплектування веслувального екіпажу, саме вони є провідними при підготовці командних човнів (табл. 1).

Таблиця 1

Експертна оцінка значущості критеріїв відбору для формування екіпажів у веслуванні академічному (n=23)

Критерій	Сума балів, Σ	Ранг
Змагальна діяльність	28	1
Фізична підготовленість	29	2
Функціональна підготовленість	28	1
Технічна підготовленість	45	4
Морфологічні показники	70	5
Вік спортсменів	92	7
Психологічна сумісність спортсменів	80	6
Стан здоров'я	41	3

Примітка. Σ — сума балів, чим менша сума балів, тим вища оцінка експертів.

Як найбільш значимий при формуванні екіпажу експерти виділяють результат змагальної діяльності. Це пов'язано з тим, що при відборі спортсменів, на думку фахівців, в якості цільових критеріїв виступають ознаки успішності спортивної діяльності: змагальні результати різного рівня і результати спеціальних випробувань і тестів, які рееструють рівень розвитку різних систем організму. Результат змагальної діяльності (особливо в дрібних класах судів) дозволяє індивідуально і більш точно оцінити як рівень спеціальної працездатності веслярів, техніки виконання рухових дій в човні, так і рівень володіння техніко-тактичними і психологічними навичками.

Результат змагальної діяльності можна розглядати як інтегральний показник підготовленості спортсменів, але коли мова йде про формування командного екіпажу у веслуванні, не можна забувати про те, що індивідуальні відмінності, як в техніці веслування, так і показниках функціональної або фізичної підготовленості можуть перешкодити в створенні сильного, конкурентоспроможного екіпажу.

В даний час рівень фізичної працездатності розглядається як результат процесу адаптації організму до фізичних навантажень і є інтегральним показником функціональної підготовленості організму до виконання рухової діяльності. Разом з тим, фізична працездатність, як багатокомпонентне властивість організму, залежить від цілого ряду чинників: статури і антропометричних показників, потужності, ємності й ефективності механізмів енергопродукції, сили і витривалості м'язів, нейром'язової координації, стану опорно-рухового апарату та ін. Однак, незважаючи на те, що працездатність забезпечується одними і тими ж системами організму і підпадає під вплив одних і тих же факторів, роль цих систем і факторів різна, залежно від спортивної кваліфікації, віку та ін.

Висновки. Результати проведеного дослідження свідчать про те, що спортсмени, які спеціалізуються у веслуванні академічному, в більшості видів програми виступають в командних класах човнів. У зв'язку з цим, виникають додаткові вимоги до пошуку найбільш інформативних методів (критеріїв) відбору спортсменів для формування великого екіпажу. У зв'язку з цим, нами були визначені інформативні показники, рекомендовані для використання при формуванні екіпажів у веслуванні академічному, і розроблена система оцінки потенційних можливостей і підготовленості веслярів.

Література

1. Баранова М.В. Основы командообразования в гребном спорте / М.В. Баранова Л.А. Егоренко // Журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта». – Выпуск 1 (59) 2010, 04 февраля 2010. – С. 6-9.
2. Брянкин С.В. Жданов Л.Н. Шустин Б.Н. Спортивный отбор и ориентация. / С.В. Брянкин. Л.Н. Жданов. Б.Н. Шустин. - Смоленск: СГИФК, 2007. – 68 с.
3. Давыдов В.Ю. Отбор юных спортсменов и комплектование женских экипажей в академической гребле с учетом показателей телосложения: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Ю. Давыдов. - Киев, 1990. - 302 с.
4. Мітіна І.В. Залежність спортивного результату веслярів-академістів від їхніх антропометричних даних / І.В. Мітіна // Матеріали V Міжнародної студентської електронної наукової конференції «Студентський науковий форум». – 2013. - 35 с.
5. Начинская С. В. Спортивная метрология : учеб. пособие для студ. вузов / С. В. Начинская. – М. : АCADEMIA, 2008. – 239 с.
6. Новиков М.А. Некоторые психологические проблемы, возникающие при комплектовании и подготовке командных гребных экипажей / М.А. Новиков // Гребной спорт: ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – С. 26-27.
7. Пестерева Ж.В. Существующие проблемы отбора спортсменов в национальные команды / Ж.В. Пестерева // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту / Ж.В. Пестерева, И.Л. Александрович, Д.Г. Фридман. – Минск, 2004. – с. 110-111
8. Сетько Е.В. Командная гребля: психофизиологическая совместимость. <http://www.psychodic.ru>.
9. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) // О. А. Шинкарук. – Киев: Олимпийская лит., 2011. – 360 с.
10. Яковенко Е. Формирование экипажей в гребле академической: современный опыт зарубежных стран // Е. Яковенко, А. Коженкова. – Наука в олимпийском спорте. – 2016. – №1. – С. 84-91.
11. Ampero P.E. Physiological aspect of rowing / P.E. Ampero, G. Cortili, F. Celentano, P. Cerretelli // Journal of Appl. Physiology. – 1971. – Vol. 31. – P. 853-857.
12. Armstrong, N. The challenge of promoting physical activity Текст. / N. Armstrong // Children's Health and Exercise Research Centre, School of Education, Univers. J. R. Soc. Health, 1995. – № 115 (3). - P. 187-192.
13. Iakovenko O. Formation of crews in rowing in different countries / O. Iakovenko // Олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XVIII международного конгресса. – Казахстан, 2014. – Том 2. – С. 8-10
14. Sachnovsky K. Ways of improving a long-term athletic selection / K. Sachnovsky // The modern Olympic Sports. International Scientific Congress. –Kyev: International Financial Agency Ltd, 1997. – P. 251.
15. Sale D.G. Comparison of two regimes of concurrent strength and endurance training / D.G. Sale, I. Jacobs, J.D. MacDougall, S. Garner // Medicine and Science in Sports. – 1990. – Vol.22. – N3. – P. 48-56.
16. Shzal S. Ventilatory response to rowing and cycling in elite women/ S. Shzal, R. Schoene // J. Appl. Physiol. – 1989. – Vol. 67. – N 1. – P. 264-269.
17. Titell K. Anatomical and Anthropometric Fundamentals of Endurance / K. Titell, H. Wutscherk // Endurance in Sport: Blackwell Scientific Publications. –1992. – P. 35-45.
18. Tschiene P. La teoria dell'allenamento: con o senza una prioritat / P. Tschiene // SdS -Rivista di Cultura Sportiva. – 1992. – V. 11 (25). – P. 56-63.
19. Whipp B. Physiological determinants of pulmonary gas exchange Kinetics during exercise. /B. Whipp, S. Ward // Medicine and Science in Sports and Exercise. – 1990. – Vol. 22. – P. 62-71.
20. Wilmore J. H. Physiology of sport and exercise / J. H. Wilmore, D.L. Costill // Champaign; Illinois: Human Kinetics. – 1994. – 549 p.
21. Zaporozanow W. Dobor i kwalifikacja do sportu / W. Zaporozanow, H. Sozanski. – Warszawa: Biblioteka trenera, 1997. – 114 s.
22. <http://www.biorow.com/>
23. <http://www.worldrowing.com/>

Яковенко Е. О. Иванчук А. В.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВОЙ МОТИВАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕЙ

Рассмотрены особенности формирования мотивации у спортсменов, занимающихся греблей академической. Изучены конкретные возрастные особенности и отличия мотивов, при занятиях спортом. Определены основные мотивы, которые формируют устойчивый интерес к занятиям греблей академической. Выявлены основные факторы, побуждающие молодых людей заниматься именно этим видом спорта. Также рассмотрены ключевые факторы, на которые тренеру необходимо обращать пристальное внимание при подготовке юных спортсменов, а также уже высококвалифицированных гребцов.

Ключевые слова: гребля академическая, психология, мотивация, мотивы.

Формування стійкої мотивації у спортсменів, що займаються веслуванням академічним. Розглянуто особливості формування мотивації у спортсменів, що займаються веслуванням академічним. Вивчено конкретні вікові особливості та відмінності мотивів, при заняттях спортом. Визначено основні мотиви, які формують стійкий інтерес до