

2. Kornilov Yu.P. Greblya na bajdarkah i kanoe : uchebnoe posobie; pod obsh. red. A.K. Chupruna ; Volgograd. gos. akad. fiz. kultury. Volgograd, 2007. 129 s.
3. Miftahutdinova D. A. Sravnitelnyj analiz effektivnosti raznyh trenirovochnyh programm dlya sportsmenok vysokoj kvalifikacii, specializiruyushihsva v akademicheskoy greble. Slobozhanskij naukovо-sportivnij visnik. 2015. № 2. S. 128–132.
4. Baudouin A, Hawkins DA biomechanical review of factors affecting rowing performance. British Journal of Sports Medicine. 2002. № 36. P. 396-402.
5. Шантарович В. В., Каллаур Е. Г. Интегральная оценка функционального состояния спортсменов-гребцов на байдарках и каноэ высокой квалификации : пособие: Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2014. 100 с.
6. Ingham, S., Whyte, G., Jones, K. et al. Determinants of 2,000 m rowing ergometer performance in elite rowers. Eur J Appl Physiol. 2002. №88. P. 243. <https://doi.org/10.1007/s00421-002-0699-9>
7. Turnes T., Cruz SO., Caputo F. et al. The Impact of Preconditioning Strategies Designed to Improve 2000-m Rowing Ergometer Performance in Trained Rowers: A Systematic Review and Meta-Analysis. International journal of sports physiology and performance. 2019. №14(7). P. 871-879. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2019-0247>

УДК 797.123.1:796.052:796.071.42-053.81

Дымова А.Н., Дымов К.В.
Черноморский национальный университет имени Петра Могилы

ФОРМИРОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА СПОРТСМЕНОВ ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИИ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ

В статье рассмотрены особенности формирования тактического мастерства гребцов-академистов высшей спортивной квалификации и оценена эффективность предложенной экспериментальной программы. В исследовании приняло участие 6 спортсменов-юношей в возрасте 21-25 лет высшей спортивной квалификации. Результат прохождения дистанции 2000 метров в одиночке мастера спорта Украины позволил разработать модель прохождения этой дистанции на основе учета ритма гребли, что является основой нашей тактики. Установлены следующие точки дистанции: первая – через 40 с после старта, вторая – через 100 с, третья – через 180 с, четвертая – через 280 с, пятая – на финише. Для изучения тактики гребли на основе ритмового фактора была проанализирована видеозапись соревнований победителя Олимпиады 2012 г. в Лондоне. Проведенное исследование может быть одним из подходов формирования тактической подготовленности, а впоследствии – мастерства юных гребцов.

Ключевые слова: тактическое мастерство, гребцы-академисты, высшая спортивная квалификация, методика, формирование.

Димова А. М., Димов К. В. Формування тактичної майстерності спортсменів вищої кваліфікації в академічному веслуванні. У статті розглянуто особливості формування тактичної майстерності веслярів-академістів вищої спортивної кваліфікації та оцінена ефективність запропонованої експериментальної програми. У дослідженні взяло участь 6 спортсменів-юнаків віком 21-25 років вищої спортивної кваліфікації. Результат проходження дистанції 2000 метрів у одиночці майстра спорту України дозволив розробити модель проходження цієї дистанції на основі врахування ритму веслування, що є основою нашої тактики. Установлено такі точки дистанції: перша – через 40 с після старту, друга – через 100 с, третя – через 180 с, четверта – через 280 с, п'ята – на фініші. Для вивчення тактики веслування на основі ритмового фактору було проаналізовано відеозапис змагань переможця Олімпіади 2012 р. в Лондоні. Проведене дослідження може бути одним із підходів формування тактичної підготовленості, а згодом – майстерності юних веслярів

Ключові слова: тактична майстерність, веслярі-академісти, вищя спортивна кваліфікація, методика, формування.

Дымова А., Дымов К. Formation of tactical skills of highly qualified athletes in rowing. Training teams of high qualification should be based on objective laws of development of motor skills taking into account the specifics of the sports activities one who is engaged in interaction with the environment.

In the article the peculiarities of formation of the tactical skill of the rowers-academics of the highest sports skill and evaluated the effectiveness of the proposed pilot program. The study involved 6 sportsmen-young men at the age of 21-25 years of higher sports skills. The result of passing the distance of 2000 meters in the solo of master of sports of Ukraine has allowed to develop a model of travel over that distance, based on the rhythm of rowing, which is the basis of our tactics. To study the tactics of paddling on the basis ramowego factor analyzed the video recording of the competition the winner of the Olympic games 2012 in London.

At the end of the experiment it is found that in the control and experimental groups one rower showed time standard MC. The average time of passing the distance of 2000 m from the rowers of the experimental group shows better control on 0.1 sec. In our opinion, the obtained result is indicative of, firstly, the current skill level of paddlers, and second, developed by many years of training individual tactics.

The obtained data of our study provided a basis to analyze the tactics of the rowers in various aspects and have become the implementation approach for the formation of the tactical skill of the rowers-academics of the highest sports skill. However, the

study, in our opinion, can be one of the approaches of the formation of tactical training and, subsequently, the skills of young rowers, because in working with athletes of higher sports skills with established tactical skill is difficult to affect certain changes.

Keywords: tactical skill, rowers, sporting qualifications, method of formation.

Постановка проблеми, актуальность исследования. Результаты выступления гребцов-академистов на последних Олимпийских играх в Лондоне и Рио-де-Жанейро и чемпионатах мира показали достаточно высокий уровень развития отечественной академической гребли. Этому способствовало не только оптимизация и совершенствование уровня функциональной подготовленности спортсменов, но повышение качества используемого инвентаря, а самое главное, максимальной реализации тактической подготовленности спортсменов.

Необходимо отметить, что в настоящее время время тактическая подготовка гребца рассматривается как одна из важнейших сторон тренировки, которая осуществляется в тесной связи с физической, технической и психологической подготовкой. При всем желании выделить обучение в самостоятельный процесс, это сделать невозможно, поскольку независимо от воли тренера при обучении гребле параллельно осуществляется также и решение других задач подготовки спортсмена [5, 8, 9]

Подготовка команд высокой квалификации должна основываться на объективных закономерностях формирования двигательных навыков с учетом специфики спортивной деятельности того, кто занимается и взаимодействия его с окружающей средой. Должны также учитываться индивидуальные особенности спортсмена (рост, анатомическое строение, индивидуальная структура движений и т. др.) [6].

Особую актуальность приобретают тренировочные программы, направленные на оптимизацию тактической подготовленности гребцов-академистов разного уровня. При этом, как известно, уровень тактической подготовленности в юношеском спорте во многом определяет будущий рост спортивных достижений страны на мировой арене. Подготовка гребцов-академистов высшей спортивной квалификации требует значительного внимания, поскольку высокие результаты на соревнованиях требуют проявления и мобилизации всех звеньев подготовленности спортсмена. Успешность выступления зависит не только от совершенства физического развития и физической подготовленности гребцов, но и от удачно спланированной и реализованной тактики гребли. Специалисты [1, 4] уделяют особое внимание формированию тактической подготовленности гребцов на каждом из этапов спортивной тренировки, что указывает на важность тематики.

Цель исследования – разработать и оценить эффективность методики формирования тактического мастерства гребцов-академистов высшей спортивной квалификации.

Методы и организация исследования. В исследовании приняли участие 6 спортсменов-юношей в возрасте 21-25 лет высшей спортивной квалификации. Исследование проводилось на базе ШВСМ г. Николаева с сентября 2018 года по май 2019 года. Участники исследования были распределены на 2 группы (контрольную и экспериментальную), по 3 человека в каждой. Спортсмены контрольной группы тренировались по общепринятой методике. Спортсменам экспериментальной группы было предложено внедрить в тренировочный процесс методику формирования тактического мастерства. Анализ видеозаписи использовался для изучения тактики гребли на основе ритмового фактора у победителя Олимпиады 2012 г. в Лондоне. Методы математической статистики. Результаты исследований обрабатывались методами математической статистики, которые обеспечивают количественный и качественный анализ показателей с помощью современных информационных технологий.

Результаты и обсуждение. Успешная подготовка гребцов разного уровня во многом зависит от информации, позволяющей оценить двигательную деятельность спортсмена. Исследователи, мастера спорта, тренеры по гребле академического Д. А. Мифтахутдинова [2], О. А. Шинкарук [4] считают, что во время анализа технико-тактических действий спортсмена следует учитывать периоды дистанции для изменения цикла движений гребца. А ученые Ольшевский В. С. [3], Яковенко Е. [5] одной из задач тактической подготовки гребцов высшей спортивной квалификации назвали поиск новых подходов к планированию тактических действий. Эти два положения мы взяли за основу при разработке экспериментальной методики формирования тактического мастерства гребцов-академистов высшей спортивной квалификации в подготовительном периоде.

Во время составления тактического плана профессор Ольшевский В.С. советует особое внимание уделять таким факторам, от которых зависит его реализация: специфика спорта, персональный характер ведения гонки, бойцовские качества спортсмена, спортивная ситуация, состязательные обстоятельства [3].

Во время исследования изучена гистограмма распределения максимальных усилий гребца при прохождении дистанции 2000 метров. Была установлена временная тактическая тенденция, которая заключалась в определении точек дистанции, на которых гребцу нужно было изменить темп гребли, что в целом представляло тактику прохождения дистанции 2000 метров.

Установлены следующие точки дистанции: первая – через 40 с после старта, вторая – через 100 с, третья – через 180 с, четвертая – через 280 с, пятая – на финише.

Такой подход к тактике является научным и интересным, однако, предполагаем, не очень практичным. Ведь гребцу сложно во время дистанции ориентироваться во временным параметрам, особенно, если по дистанции отсутствуют отметки прохождения старта, середины дистанции, начала финишного отрезка.

Учитывая практический опыт, разработана и предложена методика формирования тактической подготовленности гребца для дистанции 2000 метров на основе ритмового фактора.

За основу взят результат прохождения дистанции 2000 метров в одиночке МСУ Проценко И. – 7 мин 04 с (г. Николаев). Во время прохождения этой дистанции с соревновательной скоростью фиксировали количество гребков на

стартовом отрезке, отрезке по ходу дистанции и на финише. Всего гребец в течение дистанции выполнил 250 гребков. На основе этих показателей мы разработали модель прохождения дистанции 2000 м на основе учета ритма гребли, что является основой нашей тактики. Ритм гребли – равномерное изменение элементов движения и усилий во времени или пространстве. Темп гребли – количество движений, выполняемых за единицу времени. Разработанная модель представлена на рисунке 1.

		Темп			
		55 гр/мин	38 гр/мин	35 гр/мин	120 гр/мин
		Ритм (количество гребков)			
20 гр.	15 гр.	100 гр.	75 гр.	40 гр.	
Старт	250 м	500 м	1000 м	1500 м	
Стартовый отрезок		Ход по дистанции		Финишный отрезок	
				Финиш	

Рисунок 1. Модель тактики прохождения дистанции 1000 м с учетом ритма гребли

В модели тактики прохождения дистанции 2000 м указывается количество гребков спортсменом с одной стороны. Отмечали количество гребков на отметке на дистанции 250 м, 500 м, 1000 м, 1500 м.

Мы рекомендуем такую экспериментальную методику: гребцу по сигналу нужно сделать 20 стартовых гребков (темп 55 гр/мин), затем перейти на стартовый отрезок в темпе 38 гр/мин и выполнить 15 гребков, после чего гребец переходит на ход на дистанции в темпе 35 гр/мин и выполняет 100 гребков, 75 гребков в темпе 120 гр/мин, гребец выполняет на финишном отрезке 40 гребков в темпе 38 гр/мин, но выше по мощности. По метражу это выглядит так: работа стартовая – 200 м, работа с ходу дистанции 1300 м, финишная работа – 500 м.

В начале эксперимента гребцам экспериментальной группы предложена тактическая модель прохождения дистанции 2000 м. На рисунке 1 представлена разработанная модель, которую включили в учебно-тренировочный процесс осенне-зимнего периода. В силу собственной спортивного мастерства спортсмены знают реализацию стартового темпа, темпа по ходу и финишного, поэтому им нужно было запомнить и реализовать предложенную схему.

Реализация экспериментальной тактической схемы происходила в процессе тренировочного занятия во время гребли на гребном тренажере. Гребцы экспериментальной группы на каждой тренировке выполняли по два подхода по предложенной экспериментальной схеме.

Таблица 1

Время (мин, с) прохождения дистанции 2000 метров в начале исследования у спортсменов экспериментальной и контрольной групп

Контрольная группа			Экспериментальная группа		
№ п/п	Спортсмен	Время прохождения дистанции	№ п/п	Спортсмен	Время прохождения дистанции
1	Валентин В.	7.08.21	1	Виктор К.	7.12.16
2	Степан Г.	7.12.56	2	Евгений С.	7.10.32
3	Игорь В.	7.10.14	3	Иван Д.	7.07.24
Среднее		7.06±0,02	7,10±0,01		7.04±0,01

Оценить влияние экспериментальной методики на формирование тактического мастерства гребцов-академистов можно только на основе прохождения гребцами дистанции 2000 м на воде.

Контрольное прохождение дистанции произошло в марте 2019 г. На старте одновременно стояли гребцы экспериментальной и контрольной групп, каждый на своей дорожке. Все участники эксперимента – мастера спорта Украины. Учитывалось время прохождения дистанции (табл. 1). Тренер фиксировал реализацию на практике экспериментальной схемы тактики прохождения дистанции 2000 метров, а также на основе педагогического наблюдения оценивал реакцию соперников. По завершению эксперимента установлено (таблица 2), что и в контрольной, и в экспериментальной группах по одному гребцу не показали часовой норматив МС. В среднем время прохождения дистанции 2000 м у гребцов экспериментальной группы показан лучше контрольной на 0,1 сек. По нашему мнению, полученный результат является показателем, во-первых, сложившегося уровня мастерства гребцов, во-вторых, выработанной многолетними тренировками индивидуальной тактики.

Таблица 2

Время (мин, с) прохождения дистанции 2000 метров в конце исследования у спортсменов экспериментальной и контрольной групп

Контрольная группа			Экспериментальная группа		
№ п/п	Спортсмен	Время прохождения дистанции	№ п/п	Спортсмен	Время прохождения дистанции
1	Валентин В.	7.03.12	1	Виктор К.	7.03.25
2	Степан Г.	7.06.22	2	Евгений С.	7.04.15
3	Игорь В.	7.09.32	3	Иван Д.	7.05.41
Среднее		7.06±0,02	Среднее		7.04±0,01

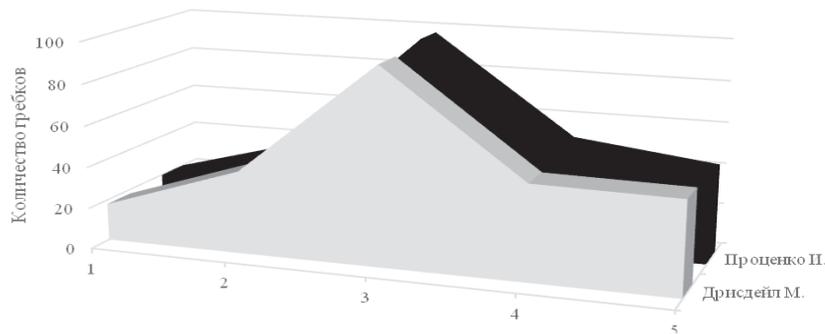


Рисунок 2. Сопоставление тактики прохождения дистанции 2000 м гребцов-академистов МСУ и Олимпийского чемпиона

Примечание: отметки по дистанции: 1 – со старта до отметки 250 м, 2 – с 250 м до 500 м, 3 – с отметки 500 м до отметки 1000 м, 4 – с отметки 1000 м до 1500 м, 5 – с отметки 1500 м до 2000 м.

Стоит отметить, что во время прохождения дистанции спортсмены экспериментальной группы старались соблюдать экспериментальной методики. На основе наблюдения установлено, что во время прохождения дистанции изменение ритма гребцами экспериментальной группы была неожиданной для гребцов контрольной группы, ведь гребцы по ходу дистанции обычно ориентируются на установленные ориентиры. Но в некоторых моментах играл роль психологический фактор.

По завершении формирующего эксперимента нам было интересно проанализировать ритм гребле на дистанции 2000 м у гребцов-олимпийцев. Так, была избрана видеозапись финального заезда мужчин на одиночках на дистанцию 2000 м, Олимпиады 2012 г. в Лондоне. Мы изучили тактику гребли на основе ритмового фактора победителя заезда.

Олимпийский чемпион Махе Дрисдейл (Новая Зеландия) за дистанцию выполнил 244 гребка. Он преодолел дистанцию за время 6.57.82 с. Исходя из отметок по дистанции, мы высчитывали количество гребков на отметке 250 м, 500 м, 1000 м, 1500 м.

Мы сопоставили разработанная модель тактики на примере прохождения дистанции 2000 м МСУ (Проценко И.) с тактикой олимпийского чемпиона, что отражено на рисунке 2.

Мы установили значительное расхождение в ритме гребли на дистанции 2000 м у обоих гребцов. Так, если со старта до отметки 250 м МСУ выполняет 20 гребков с одной стороны, то олимпийский чемпион – 18. Такая же тенденция наблюдается и на последующих этапах. Однако мы можем, исходя из графика, увидеть единый подход у обоих гребцов к прохождению этой дистанции – быстрый уход со старта и постепенный переход на равномерную мощную греблю. Значительное расхождение показывает финишный отрезок.

Выводы. Полученные данные нашего исследования дали основание проанализировать тактику гребцов в различных аспектах и стали попыткой внедрения подхода по формированию тактического мастерства гребцов-академистов высшей спортивной квалификации. Однако проведенное исследование, по нашему мнению, может быть одним из подходов формирования тактической подготовленности, а впоследствии – мастерства юных гребцов, ведь в работе со спортсменами высшей спортивной квалификации при сложившемся тактическом навыке сложно повлиять на его определенные изменения.

Литература

1. Земляков В. Е. Особенности подготовки к соревнованиям гребцов на байдарках и каноэ. Херсон : Надднепрянская правда, 1995. 159 с.
2. Мифтахутдинова Д. А. Сравнительный анализ эффективности разных тренировочных программ для спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в академической гребле. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015. №2(46). С.128-132.
3. Ольшевский В. С. Сравнительный анализ тактических вариантов прохождения соревновательной дистанции сильнейшими женскими гребными экипажами в олимпийском цикле. Научно-практические проблемы спорта высших достижений: материалы Междунар. конф., (29–30 ноября 2007 г.). Минск: БГУФК, 2007. С. 81–84.
4. Шинкарук О., Коженкова А. Характеристика чинників, що впливають на ефективність змагальної діяльності у веслуванні академічному. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2015. № 1. С. 3–6.
5. Яковенко Е. О. Определение информативных критериев отбора и их значимости для формирования экипажей в гребле академической на этапе подготовки к высшим достижениям. Слобожанский научно-спортивный вестник. 2013. №2. С. 39–43.
6. Яковенко Е., Яшная А. Реализация функциональной подготовленности гребцов при различных тактических схемах преодоления соревновательной дистанции. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. 2016. Випуск 1. С. 123–127.

7. Яковенко Е. О. Формирование экипажей в гребле академической в различных странах. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)": зб. наукових праць. 2013. Випуск 1(27). С. 108–111.
8. Cosgrove M.J., Wilson J., Watt D. & Grant S.F. The relationship between selected physiological variables of rowers and rowing performance as determined by a 2000 m ergometer test. Journal of Sports Sciences Volume. 1999. №11. P. 845–852.
9. Zouhal H., Le Douairon Lahaye S., Abderrahaman A. B. Energy System Contribution to Olympic Distances in Flat Water Kayaking (500 and 1000 m) in Highly Trained Subjects. J Strength Cond Res. 2012. №26(3). P. 825–831.

References

1. Zemlyakov V. E. Osobennosti podgotovki k sorevnovaniyam grebtsov na baydarkah i kanoe. Herson : Naddneprianskaya pravda, 1995. 159 s.
2. Miftahutdinova D. A. Sravnitelnyiy analiz effektivnosti raznykh trenirovochnykh programm dlya sportsmenok vyisokoy kvalifikatsii, spetsializiruyuschisya v akademicheskoy greble. Slobozhanskiy naukovno-sportivnyy vlsnik. 2015. №2(46). S.128-132.
3. Olshevskiy V. S. Sravnitelnyiy analiz takticheskikh variantov prohozhdeniya sorevnovatelnoy distantsii silneyshimi zhenskimi grebnymi ekipazhami v olimpiyskom tsikle. Nauchno-prakticheskie problemy sporta vyisshih dostizheniy: materialy Mezhdunar. konf., (29–30 noyabrya 2007 g.). Minsk: BGUFK, 2007. S. 81–84.
4. Shynkaruk O., Kozhenkova A. Kharakterystyka chynnykiv, shcho vplyvaiut na efektyvnist zmahalnoi diialnosti u vesluvanni akademichnomu. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. 2015. № 1. S. 3–6.
5. Yakovenko E. O. Opredelenie informativnykh kriteriev otbora i ih znachimosti dlya formirovaniya ekipazhey v greble akademicheskoy na etape podgotovki k vyisshim dostizheniyam. Slobozhanskiy nauchno-sportivnyy vestnik. 2013. №2. S. 39–43.
6. Yakovenko E., Yashnaya A. Realizatsiya funktsionalnoy podgotovlennosti grebtsov pri razlichnykh takticheskikh shemah preodoleniya sorevnovatelnoy distantsii. Naukoviy chasopis Natsionalnogo pedagogichnogo univrsitetu Imeni M.P.Dragomanova. Seriya № 15. 2016. Vipusk 1. S. 123–127.
7. Yakovenko E. O. Formirovaniye ekipazhey v greble akademicheskoy v razlichnykh stranah. Naukoviy chasopis Natsionalnogo pedagogichnogo univrsitetu Imeni M. P. Dragomanova. Seriya № 15. "Naukovno-pedagogichnl problemi flzichnoyi kulturi (fizichna kultura l sport)": zb. naukovih prats. 2013. Vipusk 1(27). S. 108–111.
8. Cosgrove M.J., Wilson J., Watt D. & Grant S.F. The relationship between selected physiological variables of rowers and rowing performance as determined by a 2000 m ergometer test. Journal of Sports Sciences Volume. 1999. №11. P. 845–852.
9. Zouhal H., Le Douairon Lahaye S., Abderrahaman A. B. Energy System Contribution to Olympic Distances in Flat Water Kayaking (500 and 1000 m) in Highly Trained Subjects. J Strength Cond Res. 2012. №26(3). P. 825–831.

УДК 796.86:796.032

Дрюков О. В.
Кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
завідувач лабораторії програмування та впровадження результатів наукових досліджень в практику
підготовки збірних команд України.

Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту,
Дрюков В. О.

Доктор наук з фізичного виховання і спорту,
завідувач лабораторії психофізіологічної діагностики.
Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту

ОЦІНКА І АНАЛІЗ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВУ У СПОРТИВНИХ ОРГАНІЗАЦІЯХ В УКРАЇНІ

Розглянуто питання стратегічного аналізу розвитку спортивного резерву в Україні. Показано, що на тепер одним із популярних інструментів стратегічного аналізу є SWOT-аналіз. З метою виявлення основних проблем і причин, що стримують розвиток спортивного резерву в спортивних школах в Україні, було проведено SWOT-аналіз сильних і слабких сторін, можливостей і загроз на матеріалі ДЮСШ м. Києва, який надав загальну картину ситуації в ДЮСШ і показав, що на даний час розвиток спортивного резерву в ДЮСШ гальмує низка факторів внутрішнього та зовнішнього середовища які потребують ефективного управління і проведення низки реформ. Показано, що SWOT-аналіз є необхідним компонентом стратегічної оцінки розвитку спортивного резерву в спортивних школах.

Ключові слова: SWOT-аналіз, оцінка, спортивний резерв, стратегія.

Дрюков А. В., Дрюков В. А. Оценка и анализ развития спортивного резерва в спортивных организациях в Украине. Рассмотрены вопросы стратегического анализа развития спортивного резерва в Украине. Показано, что одним из популярных инструментов стратегического анализа является SWOT-анализ. С целью выявления основных проблем и причин, сдерживающих развитие спортивного резерва в спортивных школах в Украине, был проведен SWOT-анализ сильных и слабых сторон, возможностей и угроз на материале ДЮСШ г. Киева, который представил общую картину ситуации в ДЮСШ и показал, что в настоящее время развитие спортивного резерва в ДЮСШ тормозит ряд факторов внутренней и внешней среды требующих эффективного управления и проведения ряда реформ. Показано, что SWOT-анализ является необходимым компонентом стратегической оценки развития спортивного резерва в