

Так, ФК «Локомотив» на протяжении трёх неполных сезонов (1995–1997 гг.) достаточно уверенно выступал среди команд мастеров III лиги. ФК «Елец», созданный в 1997 г., в 1998 г. дебютировал в любительском первенстве России, а в 1999 г., став победителем первенства МОА «Черноземье», завоевал право выступать во II лиге отечественного футбола. В сезоне 1999 г. в составе команды, завоевавшей путёвку во II лигу российского чемпионата, выступали такие игроки: вратари В. Попов, Ан. Шевяков, защитники И. Чурляев, А. Адоньев, В. Кириллов, Н. Страхов, Г. Нарышкин, Вл. Рогачёв, полузащитники Вл. Кобзев, М. Ноздрин, Ст. Каминский, М. Леонтьев, О. Баскаков, И. Малютин, нападающие В. Голубев, О. Должников, Д. Жуковский. Помимо этого, воспитанники елецкой школы футбола В. Кириллов и В. Миленин успешно выступали в составе команды мастеров «КамАЗ» (Набережные Челны). В. Кириллов в 1992 г. в её составе стал победителем чемпионата России I лиги зоны «Центр», а В. Миленин на протяжении 4-х сезонов выступал за «КамАЗ» в высшей лиге чемпионата России, принял участие в играх европейского Кубка Интертото, а в составе сборной России – на играх Всемирной Универсиады.

ВЫВОДЫ

Краткий экскурс истории становления елецкого футбола в 1990-е гг. позволяет утверждать следующее. Период 1990-х гг. стал для елецкого футбола определяющим и ознаменовал начальный этап главного спада, охватившего, впрочем, большинство регионов России. Ряд факторов, и в большей степени социально-экономического характера, привели к началу главного кризиса в истории елецкого футбола. Характерными чертами данного периода времени стали: 1) ликвидация большого количества городских футбольных любительских коллективов; 2) значительное сокращение спортсменов-любителей, выступающих в массовом футболе; 3) в-третьих, утрата лидирующих позиций на региональном уровне; 4) отсутствие должного внимания, финансирования и построения учебно-тренировочной и соревновательной деятельности детско-юношеских коллективов. Несмотря на это, достаточно высокий уровень развития футбола предыдущих этапов и высокий потенциал отдельных футболистов позволил Елецкой школе в 1990-е гг. добиться ряда высоких спортивных показателей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Прокофьев, И.Е. Елецкий футбол: история, перспективы развития / И.Е. Прокофьев, В.И. Лавриненко, А.А. Шахов // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2014. – № 5 (111). – С. 143–146.

REFERENCES

1. Prokofiev, I.E. and Lavrinenko, V.I. and Shakhov, A.A. (2014), “Yelets football: history, development prospects”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 111, No. 5, pp. 143–146.

Контактная информация: igor.prokofev.80@mail.ru

Статья поступила в редакцию 02.09.2021

УДК 796.88

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ НЕОБХОДИМОСТЬ УЧЕТА СОМАТОТИПОВ ПРИ РАЗВИТИИ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СПОРТСМЕНОВ ПО ГИРЕВОМУ СПОРТУ

Евгений Анатольевич Пронин, аспирант, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого; Ирина Владимировна Переверзева, кандидат педагогических наук, доцент, Анна Валерьевна Чернышева, кандидат педагогических наук, доцент, Ульяновский государственный технический университет, Ульяновск; Александр Анатольевич Зюкин, кандидат педагогических наук, Военная ордена Ленина академия

Аннотация

В статье представлены результаты исследований авторов по выявлению факторов, определяющих необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту. В качестве главных факторов, определяющих необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту, респонденты отметили необходимость учета в тренировочном процессе индивидуальных характеристик соматотипов у спортсменов по гиревому спорту, а также высокую значимость применения специальных методических приемов для спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом. Основными факторами являются: тесная связь эффективности соревновательной деятельности спортсменов по гиревому спорту с показателями их соматотипов, а также различия в длине конечностей и туловища у спортсменов по гиревому спорту. Важно учитывать и такие факторы как необходимость разработки разных тренировочных программ для спортсменов по гиревому спорту с учетом особенностей их соматотипа, а также отсутствие методических рекомендаций по организации тренировки спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом.

Ключевые слова: факторы; спортсмены по гиревому спорту; готовность к соревновательной деятельности; средства и методы тренировки.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.9.p228-232

FACTORS DETERMINING NECESSITY OF CONSIDERATION OF SOMATOTYPES IN DEVELOPMENT OF POWER ENDURANCE AT ATHLETES IN KETTLEBELL SPORT

Evgeny Anatolyevich Pronin, the post-graduate student, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University; Irina Vladimirovna Pereverzeva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Anna Valeryevna Chernysheva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Ulyanovsk State Technical University; Alexander Anatolyevich Zyukin, the candidate of pedagogical sciences, Military Order of Lenin Academy of Logistics named after General of the Army A.V. Khrulev, St. Petersburg

Abstract

The article presents the results of the authors' research on the identification of factors determining the need to take into account somatotypes in the development of power endurance in athletes in weight lifting. As the main factors determining the need to take into account somatotypes in the development of power endurance in athletes in kettlebell, respondents noted the need to take into account in the training process the individual characteristics of somatotypes of the athletes in kettlebell, as well as the high importance of using special methodological techniques for the athletes in kettlebell with different somatotype. The main factors are: the close connection of the effectiveness of competitive activity of athletes in kettlebell weight lifting with the indicators of their somatotypes, as well as differences in the length of the limbs and torso of athletes in kettlebell weight lifting. It is important to consider such factors as the need to develop different training programs for athletes in kettlebell lifting, taking into account the features of their somatotype, as well as the lack of methodological recommendations for organizing training athletes in kettlebell lifting with different somatotype.

Keywords: factors, athletes in kettlebell lifting, willingness to compete, means and methods of training.

Достижение высоких результатов в спорте невозможно без учета факторов, определяющих его эффективность. Достижение высоких результатов в современном гиревом спорте невозможно без высокого уровня развития силовой выносливости у спортсменов. Проведенные исследования свидетельствуют, что эффективность подготовки спортсменов по гиревому спорту во многом зависит от правильности выполнения движений с учетом их соматотипов. Проявление спортсменами по гиревому спорту силовой выносливости в ходе соревнований зависит от правильной техники выполнения движений. Это

способствует более полной реализации их силовых возможностей.

Обобщение опыта спортивной практики спортсменов по гиревому спорту, свидетельствует о нерешённых вопросах повышения уровня их индивидуальной физической подготовленности с учетом их соматотипов. Отсутствие методических рекомендаций по организации тренировки спортсменов по гиревому спорту с учетом их соматотипов негативно сказывается на их спортивной карьере. В современной методической и научной литературе недостаточно внимания уделяется обоснованию индивидуальных средств и методов тренировки для развития силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту с учетом их соматотипов. Имеющиеся методические рекомендации по организации тренировки спортсменов по гиревому спорту носят общий характер, без учёта индивидуальных особенностей соматотипов. Между тем, спортсмены по гиревому спорту имеют разную длину рук, ног и туловища. Это требует индивидуальной коррекции техники выполнения движений. Поэтому решение задачи повышения уровня физической готовности спортсменов, по гиревому спорту на основе оптимизации техники выполнения ими движений с учетом их соматотипов приобретает первостепенное значение.

Для решения вышеперечисленных задач мы выявляли факторы, определяющие необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту. Известно, что учет соматотипов у спортсменов по гиревому спорту предусматривает активное использование разных средств и методов. С целью определения этих факторов был проведен опрос 78 специалистов по гиревому спорту, тренеров и спортсменов. Результаты этого исследования, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Ранговая структура факторов, определяющих необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту (n=79)

Ранговое место (значимость)	Факторы	Ранговый показатель (%)
1	Необходимость учета в тренировочном процессе индивидуальных характеристик соматотипов у спортсменов по гиревому спорту	27,3
2	Высокая значимость применения специальных методических приемов для спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом	22,7
3	Тесная связь эффективности соревновательной деятельности спортсменов по гиревому спорту с показателями их соматотипов	16,1
4	Различия в длине конечностей и туловища у спортсменов по гиревому спорту	13,9
5	Необходимость разработки разных тренировочных программ для спортсменов по гиревому спорту с учетом особенностей их соматотипа	11,8
6	Отсутствие методических рекомендаций по организации тренировки спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом	8,2

В качестве главных факторов, определяющих необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту, респонденты отметили необходимость учета в тренировочном процессе индивидуальных характеристик соматотипов у спортсменов по гиревому спорту, а также высокую значимость применения специальных методических приемов для спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом. Основными факторами являются: тесная связь эффективности соревновательной деятельности спортсменов по гиревому спорту с показателями их соматотипов, а также различия в длине конечностей и туловища у спортсменов по гиревому спорту. Важно учитывать и такие факторы как необходимость разработки разных тренировочных программ для спортсменов по гиревому спорту с учетом особенностей их соматотипа, а также отсутствие методических рекомендаций по организации тренировки спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом.

Респонденты отметили необходимость учета в тренировочном процессе индивидуальных характеристик соматотипов у спортсменов по гиревому спорту. В настоящее время в гиревом спорте время выполнения упражнения для всех спортсменов является оди-

наковым и равняется 10 минутам. Вместе с тем, важную составляющую играет амплитуда движения снаряда, которая зависит от антропометрических данных самого спортсмена. Так у людей, которые из-за генетики имеют более высокий рост, а соответственно и большую длину конечностей, траектория прохождения снаряда в пространстве будет больше, а это влияет на время выполнения одного повторения. В данном случае спортсмены по гиревому спорту, имеющие небольшой рост будут иметь преимущество. При выполнении движений в двоеборье они будут затрачивать меньше сил, так как будут выполнять упражнения с меньшей амплитудой, за счет меньшей длины рук. Поэтому более низкие спортсмены по гиревому спорту при равном регламенте времени на выполнение упражнения могут выполнить большее количество повторений.

Таким образом, можно предположить, что спортсмены по гиревому спорту, имеющие более низкий рост имеют более выраженную предрасположенность к занятиям по данному виду спорта.

Респонденты обратили внимание на высокую значимость применения специальных методических приемов для спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом. Нельзя отрицать, что для спортсменов, имеющих более высокий рост, существуют тоже свои плюсы. Люди низкого роста в основном ориентированы на более высокий темп выполнения упражнения, но не всегда они могут проходить данный регламент времени в полном объеме. Плюсами для высоких спортсменов с длинными руками является более высокая продолжительность выполнения упражнений. Это способствует более длительному расслаблению мышц при выполнении упражнения в целом. Поэтому можно сказать что спортсмену, имеющему длинные руки и большой рост в какой-то степени, будет проще пройти всю соревновательную дистанцию, потому что времени на восстановление будет больше. Установлено, что в момент полета снаряда вверх или низ присутствует момент, в котором спортсмен расслабляет определенные группы мышц.

Таким образом, можно утверждать, что данный момент у высокого спортсмена, с длинными руками будет продолжаться дольше, чем у спортсмена, имеющего низкий рост за счет большей амплитуды выполнения упражнения. Была установлена тесная связь эффективности соревновательной деятельности спортсменов по гиревому спорту с показателями их соматотипов.

Респонденты обратили внимание на различия в длине конечностей и туловища у спортсменов по гиревому спорту. Гиревой спорт является циклическим видом спорта с определенным регламентом времени выполнения упражнений. Поэтому чередование расслабления и напряжения мышц является важнейшим условием сохранения высокой работоспособности при повторяющейся работе. Однако, сложно добиться полного расслабления всех групп мышц, так как необходимо поддерживать положение гирь при постановке на груди и удержании их сверху.

Таким образом, различия в длине конечностей и туловища у спортсменов по гиревому спорту являются основанием для индивидуализации тренировочного процесса. Это вызывает необходимость разработки разных тренировочных программ для спортсменов по гиревому спорту с учетом особенностей их соматотипа.

Респонденты обратили внимание на отсутствие методических рекомендаций по организации тренировки спортсменов по гиревому спорту с разным соматотипом. Это является также главным фактором, определяющим необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту.

Таким образом, важное место в тренировочном процессе занимает уровень технического мастерства спортсмена по гиревому спорту и то насколько развиты его физические возможности. Установлено, что с совершенствованием техники выполнения упражнения с учетом особенностей соматотипа спортсмена изменяется амплитуда и скорость выполнения упражнения. Поэтому необходима разработка индивидуальных тренировочных программ для спортсменов с разными особенностями соматотипа.

ВЫВОД. Выявленные факторы определяют необходимость учета соматотипов при развитии силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту. Учет этих факторов позволит оптимизировать тренировочный процесс со спортсменами по гиревому спорту для повышения уровня их физической готовности к перенесению физической нагрузки и улучшению качества подготовки к соревнованиям.

Контактная информация: a_sdd@mail.ru

Статья поступила в редакцию 24.09.2021

УДК 796.011

ВЛИЯНИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ В СИСТЕМЕ «ТРЕНЕР-СПОРТСМЕН-РОДИТЕЛИ» НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ ДЕВОЧЕК 7–10 ЛЕТ

Мария Сергеевна Разживина, студент, Государственный педагогический университет имени А.И. Герцена, Санкт-Петербург; Владимир Владимирович Рябчук, кандидат педагогических наук, профессор, Северо-Западный институт управления Российской академии народного хозяйства и государственной службы, Санкт-Петербург; Алексей Валерьевич Живодёров, кандидат педагогических наук, доцент, мастер спорта РФ по гиревому спорту, Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения; Валерий Александрович Живодёров, доцент, помощник ректора, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье представлены результаты исследований авторов по определению влияния взаимоотношений тренера, спортсмена и его родителей на эффективность учебно-тренировочного процесса в художественной гимнастике девочек 7-10 лет. Показано, что родители являются полноправными участниками учебно-тренировочного процесса и должны принимать активное участие в жизни ребёнка, занимающегося спортом.

Ключевые слова: взаимоотношения, художественная гимнастика, спортсменки, тренер, родители, учебно-тренировочный процесс.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.9.p232-235

DETERMINING THE IMPACT OF ‘COACH – ATHLETE – PARENTS’ GROUP RELATIONSHIPS ON EFFICIENCY OF TRAINING AND EDUCATION PROCESS FOR RHYTHMIC GYMNASTICS ATHLETES, GIRLS AGED 7-10 YEARS OLD

Mariya Sergeevna Razzhivina, the student, the Herzen State Pedagogical University of Russia, St. Petersburg; Vladimir Vladimirovich Ryabchuk, the candidate of pedagogical sciences, professor, North-Western Institute of Management of the Russian Academy of National Economy and Public Administration, St. Petersburg; Alexey Valerievich Zhivoderov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Master of Sports, St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation; Valery Aleksandrovich Zhivoderov, the senior lecturer, rector's assistant, The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The article presents the results of the authors' study to determining the impact of ‘coach – athlete – parents’ group relationships on efficiency of training and education process for rhythmic gymnastics athletes, girls 7-10 years old. It is shown that parents are equal participants in training and education process and should take active participation in life of a child participating in sports.