
ОБҐРУНТУВАННЯ ПІДХОДУ ДО ФОРМУВАННЯ ЕКІПАЖІВ У ВЕСЛУВАННІ АКАДЕМІЧНОМУ

Оксана Шинкарук, Олена Яковенко

Резюме. Обоснован подход к формированию экипажей в гребле академической, в основе которого лежит комплексность использования показателей, характеризующих разные стороны подготовленности спортсменов и соревновательную деятельность. В соответствии с системно-комплексным подходом отбор рассматривается как совокупность взаимосвязанных элементов, которая имеет цель, ресурсы, связь с внешней средой, обратную связь. Подход разработан с учетом особенностей отбора в ведущих странах мира по гребле академической. Предложен алгоритм проведения отбора при формировании экипажей в гребле, включающих четыре основных этапа.

Ключевые слова: подход, гребля академическая, отбор, формирование экипажей.

Summary. The approach to the formation of crews in rowing is substantiated, which is based on the integrated use of indicators characterizing the various aspects of preparedness of athletes and their competitive activity. In accordance with the system-integrated approach, selection is considered as a selection of a set of interrelated elements, which has the aim, resources, communication with the external environment, feedback. The approach designed due to the features of selection in the leading countries of the world rowing. An algorithm of selection for the crews' formation in rowing was proposed.

Keywords: approach, rowing, selection, crew's formation.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. Веслування академічне є командним видом спорту, де всі члени екіпажу знаходяться в єдиній складній системі взаємодій. Результати змагальної діяльності в даному виді спорту залежать від злагодженості роботи екіпажу, відповідності сторін підготовленості, стану спортивної форми кожного з членів екіпажу. Не завжди підготовка веслувальників в одному і тому ж екіпажі означає синхронність динаміки спортивної форми. Досягнення високої ефективності змагальних дій і тренувань впливає на настрій команди, на мікроклімат в екіпажі, створює передумови збереження складу на тривалий період підготовки та є умовою подальших успіхів спільної діяльності [3].

Можливість оцінки майстерності кожного веслувальника окремо, незважаючи на роботу в командному човні, дозволяє розглядати принципово різні стратегії підготовки екіпажів:

- підготовка в невеликих човнах, де індивідуальні успіхи і недоліки (недоопрацювання) очевидні, але зберігається побоювання неузгодженості при веслуванні у великих човнах;

- підготовка відразу у великому екіпажі – четвірці або вісімці, де найбільш помітні невідповідності ритмічних характеристик, але досить складна оцінка індивідуального внеску кожного веслувальника у спільне зусилля [3, 6].

При такій дилемі вибір правильного підходу до формування екіпажу представляється досить актуальним. Іноді потрібні лічені дні для формуван-

ня перспективної і результативної четвірки або вісімки, складеної з веслувальників невеликих класів човнів, у тому числі з одномісних. Зазвичай, спортсмени в невеликих класах володіють високим рівнем прагнень на включення до складу великих екіпажів завдяки властивій їм мобілізації зусиль, високій самовіддачі, внутрішній мотивації тощо [1, 3, 4]. Працюючи в невеликих човнах, вони готуються до спільних дій у більшому за чисельністю складі екіпажу [2]. Також наявність відмінностей в командній та одиночній техніці веслування і перелік певних соціально-психологічних особливостей, властивих веслувальникам великих екіпажів поєднується у сутність поняття «командний веслувальник» [3, 4].

Дослідження проведено згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 роки за темою 2.12. «Формування системи багаторічного відбору та орієнтації спортсменів» (номер держреєстрації 0111U001715).

Мета дослідження – розглянути особливості відбору веслувальників у провідних країнах світу й в Україні та обґрунтувати підхід до формування екіпажів у веслуванні академічному.

Методи дослідження: аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури та Інтернет, аналіз змагальної діяльності, зіставлення, узагальнення; педагогічне спостереження; метод експертних оцінок.

Результати дослідження та їх обговорення. При обґрунтуванні підходу до відбору українських спортсменів в командні човни у веслуванні

академічному ми розглянули підходи, що застосовуються в зарубіжних країнах та практиці українського веслування безпосередньо.

Так, при комплектуванні екіпажів у провідних країнах застосовують декілька підходів: відбір спортсменів у екіпажі здійснюється за результатами лише в невеликих класах суден (1х; 2-) і обов'язково на змагальній дистанції 2000 м чи веслувальному ергометрі; за показниками змагальної діяльності в невеликих класах суден і технічної підготовленості; за показниками, які характеризують функціональні можливості організму спортсменів, рівень їх фізичної підготовленості та часу проходження змагальної дистанції в одиночках (1х) і двійках (2-); за результатами комплексного тестування різних сторін підготовленості спортсменів.

У ході нашого дослідження було проведено опитування 23 експертів – провідних фахівців України з веслування академічного, результати (коефіцієнт конкордації $W = 0,76$) якого разом із аналізом практики підготовки спортсменів у командних екіпажах показали, що при формуванні екіпажів українські тренери враховують час проходження змагальної дистанції (2000 і 6000 м), результат тестування на веслувальному ергометрі (час проходження дистанцій 2000 і 6000 м), а також показники максимальної сили (за результатами тестів у вправах тяга лежачи і присідання зі штангою).

На даний момент в Україні немає як єдиної думки фахівців, так і нормативних документів, в яких класах човнів необхідно проводити відбір у команду.

Цікавим є той факт, що вибір підходу до формування крупного екіпажу в Україні залежно від результату змагальної діяльності може змінюватися відповідно до етапу підготовки і виду змагань. Так, наприклад, для комплектування четвірки парної (4х) в різний час можуть відбирати не тільки перші чотири одиночки, а й першу двійку парну (2х) і дві перші одиночки (1х) або тільки дві перші двійки парні (2х). Аналогічна ситуація спостерігається і в розпашному веслуванні до вісімки (8+) відбирають перші чотири двійки (2-); або першу четвірку (4-) і дві двійки (2-); або дві лідируючі четвірки (4-) (рис. 1).

Як показали наші дослідження [8], такий підхід не застосовують у зарубіжних країнах, оскільки незалежно від етапу підготовки процес відбору веслувальників при формуванні екіпажів

повинен бути чітко регламентований, де враховуються можливості кожного спортсмена окремо. Істотною відмінністю від зарубіжних систем відбору веслувальників є використання показника часу проходження дистанції 6000 м як на воді, так і на веслувальному ергометрі, який розглядається обов'язковим критерієм відбору при формуванні екіпажу. При комплектуванні екіпажів у зарубіжних країнах немає єдиної думки фахівців щодо застосування цього критерію. Такий же висновок можна зробити і щодо показників максимальної сили [8]. Можливо, це пов'язано з тим, що веслування академічне це циклічний вид спорту, де змагальне навантаження триває 6–8 хв і, отже, вимагає більшого прояву силової витривалості, аніж силового компонента, так само, як і прояв витривалості, який за тривалістю тричі переважає змагальну дистанцію.

При обґрунтуванні підходу до відбору спортсменів в командні екіпажі ми виходили з поняття «підхід» як деякий спосіб організації дій, спрямованих на відбір спортсменів у веслуванні академічному, виявляючи закономірності та взаємозв'язки з метою їх більш ефективного використання [3]. Важливим аспектом системного підходу було вироблення нового принципу його використання – створення нового, єдиного і більш оптимального підходу для застосування його до відбору спортсменів з метою отримання найбільш повного і цілісного уявлення про формування командних екіпажів у веслуванні академічному.

Відбір спортсменів ми розглядали як систему цілісного комплексу взаємопов'язаних елементів, де формування екіпажів є одним з елементів цієї системи. Запропонований нами підхід до формування екіпажів у веслуванні академічному заснований на комплексності використання показників, що характеризують різні сторони підготовленості спортсменів і змагальну діяльність. В основі підходу до формування екіпажу лежить системно-комплексний підхід, при якому відбір розглядається як сукупність взаємопов'язаних елементів, яка має мету, ресурси, зв'язок із зовнішнім середовищем, зворотний зв'язок. Його сутність полягає в тому, що кожен об'єкт у процесі дослідження розглядається як велика і складна система і одночасно як елемент загальної системи [7]. Ми розглядаємо відбір спортсменів і формування екіпажів як системно-комплексний аспект, де виявляються елементи, що складають цю систему, і системно-структурний, що полягає у з'ясуванні

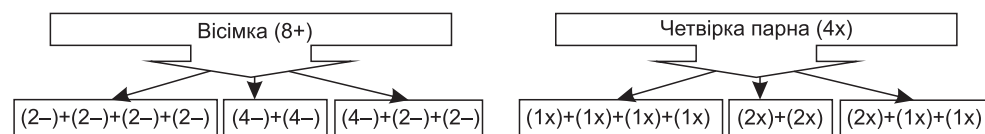


Рисунок 1 – Варіанти комплектування українських екіпажів четвірки та вісімки за результатами змагальної діяльності

внутрішніх зв'язків і залежностей між елементами даної системи і що дозволяє отримати уявлення про внутрішню організацію досліджуваної системи.

При виборі критеріїв відбору ми брали до уваги показники, які використовують в зарубіжних країнах. В системі відбору найбільш успішних з виступу в командних човнах зарубіжних країн використовують змагальний, функціональний (всі країни), технічний і фізичний (окремі країни) критерії відбору. Можна припустити, що поєднання усіх цих критеріїв в одну систему дасть можливість більш точно і ефективно провести відбір веслярів для формування успішної команди, яка могла б продемонструвати високі результати на міжнародній спортивній арені.

Таким чином, у запропоновану нами систему відбору було включено показники, які могли б охарактеризувати рівень різносторонньої підготовленості веслувальників, а також застосовано такі показники, як: результат змагальної діяльності в невеликих класах човнів (1х, 2-), показники, що характеризують функціональні можливості спортсменів, антропометричні дані, технічну та фізичну підготовленість, психологічну сумісність.

При комплектуванні екіпажу, де команда виконує злагоджені сенсомоторні дії, необхідно враховувати взаєморозуміння і злагодженість робочих дій всіх її учасників. Враховуючи, що веслувальники повинні мати однаковий рівень підготовленості та відсутнє суперництво, до складу команд-

ного човна слід включати спортсменів, які потребують на підготовку порівняно рівних витрат часу і засобів, що мають відносно близькі природні, особистісні та психологічні якості. Це призведе до того, що члени екіпажу будуть виконувати роботу приблизно на одному кваліфікаційному рівні. Причому в такій групі зменшується можливість суперництва, її однорідність зберігається тривалий час. Скомплектований екіпаж, перед виконанням покладеного на нього завдання, повинен бути перевірений на спільні дії в умовах близьких до змагальних. У ході такої перевірки згуртованість групи може бути збільшена за рахунок кваліфікованого розбору особливостей дій кожного спортсмена, який знаходиться у човні в умовах тренувальної діяльності, та активного впливу тренера при виявленні в екіпажі негативних явищ [1, 3].

На підставі запропонованого підходу було розроблено алгоритм формування командних екіпажів (рис. 2).

Формування екіпажів у веслуванні академічному проходить у кілька етапів, які прямо залежать від періоду підготовки та поставлених завдань. Упродовж року виділяють чотири етапи відбору спортсменів до екіпажу. На першому етапі відбору на початку підготовчого періоду річного циклу підготовки формується основна група спортсменів, з яких надалі буде скомплектовано екіпаж та визначено склад запасних веслувальників. На цьому етапі можуть розглядатися такі критерії відбору: змагальний (проходження змагальної дис-

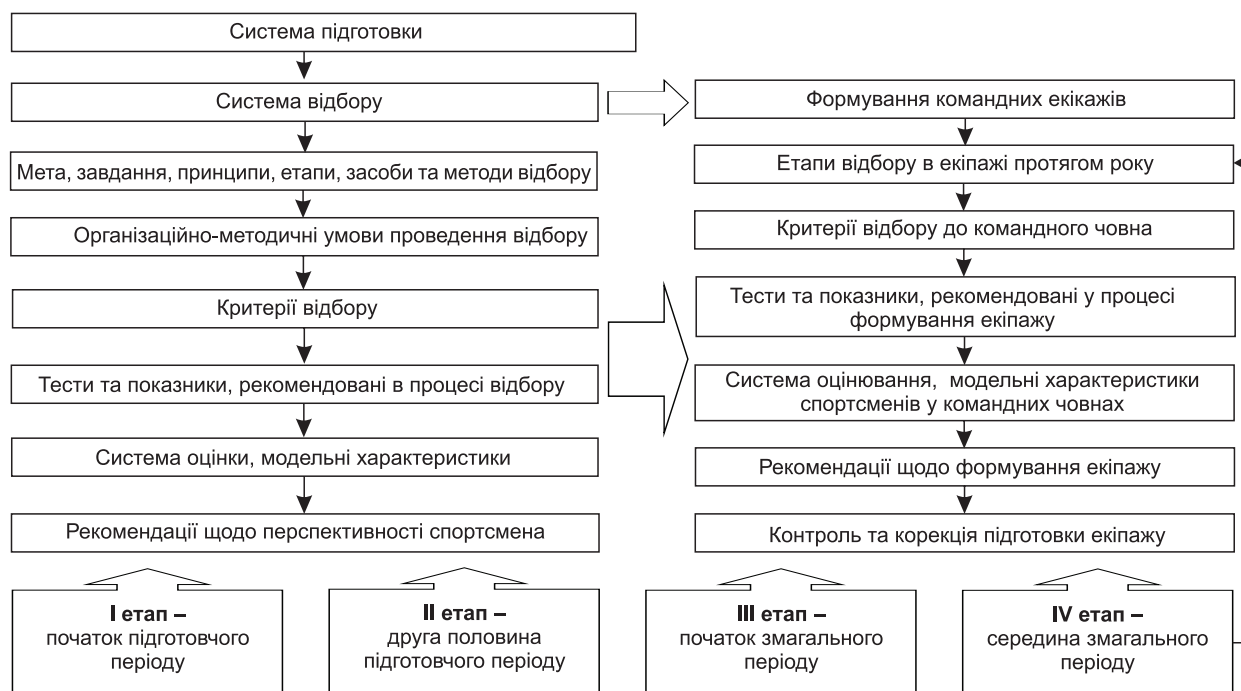


Рисунок 2 – Алгоритм відбору спортсменів-академістів та формування командних човнів у веслуванні академічному

танції 2000 м в 1х або 2–), фізичний (біг 3000 м і максимальні показники сили при виконанні тесту «тяга лежачи» і «присідання зі штангою»), функціональний (показники, що характеризують аеробну потужність і економічність), морфологічний (зріст, маса тіла, розмах рук і співвідношення довжини тулуба і ніг) і психологічна сумісність. Для об'єктивного оцінювання підготовленості спортсменів, їх можливостей і сумісності розробляються диференційовані шкали і модельні характеристики.

Другий етап відбору проводиться на початку другої половини підготовчого періоду річного циклу підготовки, основним завданням якого є відбір спортсменів для формування тренувальних екіпажів. У межах цього етапу застосовують такі критерії відбору: функціональний (показники, що характеризують аеробну потужність, реалізацію функціонального потенціалу, стійкість та економічність), технічний (кінематичні та динамічні характеристики виконуваної спеціальної роботи), психологічний (вольові якості, стійкість до збиваючих факторів, психологічна сумісність) і фізичний (рівень розвитку спеціальної витривалості за результатами тестів «тяга лежачи» і «присідання зі штангою» за 7 хв). Оскільки тут уже мова йде про комплектування веслувального екіпажу, де кожен із його членів виконує свої функції і повинен відповідати конкретним вимогам, доцільно підбирати спортсменів згідно з модельними характеристиками спортсменів, котрі займають конкретний номер (місце) в човні.

У межах третього етапу відбору на початку змагального періоду річного циклу підготовки проводиться комплектування змагального екіпажу. Відмінною особливістю цього етапу є те, що не відбувається набір нового екіпажу, а лише можливі

внесення змін до складу вже скомплектованого екіпажу. Оцінювання рівня підготовленості всіх членів і кандидатів до екіпажу ґрунтується на таких критеріях: змагальний (спортивний результат проходження дистанції 2000 м на воді в 1х або 2–, на веслувальному ергометрі (2000 м), технічний (показник злагодженості дій у екіпажі), функціональний (показники, що характеризують аеробну потужність, реалізацію функціонального потенціалу, економічність і стійкість енергетичних систем) і психологічний (показники, що характеризують вольові якості, стійкість до факторів, що збивають, і психологічну сумісність). На цьому етапі доцільно виводити інтегральну оцінку підготовленості спортсменів і потім порівнювати їх показники з модельними характеристиками для веслувальників за певними номерами в екіпажі.

Заключний етап відбору здійснюється упродовж змагального періоду для внесення змін до складу змагального екіпажу, у тому випадку, якщо даний екіпаж не задовольняє очікування певного змагального результату. В разі необхідності застосовують всі заходи попереднього етапу відбору.

Висновки. Таким чином, запропонований нами підхід до формування екіпажів у веслуванні академічному заснований на комплексності використання показників, що характеризують різні сторони підготовленості спортсменів і змагальну діяльність. В його основі лежить системно-комплексний підхід, при якому відбір розглядається як сукупність взаємопов'язаних елементів, яка має мету, ресурси, зв'язок із зовнішнім середовищем, зворотний зв'язок. Його сутність полягає в тому, що кожен об'єкт, в процесі його дослідження, розглядається як велика і складна система і одночасно як елемент більш загальної системи.

Література

1. *Бабушкін Г. Д.* Психологічна сумісність та спрацьованість в спортивній діяльності / Г. Д. Бабушкін, О. В. Кулагіна. – Омськ: СибГАФК, 2001. – 110 с.
2. *Давидов В. Ю.* Теоретичні основи спортивного відбору та спеціалізації в олімпійських водних видах спорту дистанційного характеру: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук / В. Ю. Давидов. – М.: МГУ, 2002. – 40 с.
3. *Железнякова М. Є.* Психологічні критерії майстерності спортсменів (на прикладі веслування академічного): дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 / М. Є. Железнякова. – Коломна, 2001. – 179 с.
4. *Лазуткін В. М.* Особливості командної техніки в академічному веслуванні і шляхи підвищення її ефективності: дис. ... канд. психол. наук: спец. 13.00.04 / В. М. Лазуткін. – Л., 1982. – 179 с.
5. *Мітіна І. В.* Залежність спортивного результату веслярів–академістів від їхніх антропометричних даних / І. В. Мітіна // Матеріали V Міжнар. студ. електрон. наук. конф. «Студент. науковий форум». – 2013. – 35 с.
6. *Михайлова Т. В.* Весловий спорт / Т. В. Михайлова, А. Ф. Комаров. – М.: «Академія». – 2006. – 400 с.
7. *Шинкарук О. А.* Сучасний погляд на систему відбору спортсменів в олімпійському спорті / О. Шинкарук // Сучасний олімпійський спорт і спорт для всіх: зб. тез. XII Міжнар. наук. конгр. — 2008. — С. 171–172.
8. *Яковенко Е. О.* Обґрунтування підходу до формування екіпажів у веслуванні академічному / Е. О. Яковенко // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2013. – № 12. – С. 105–109.

Reference

1. *Babushkin G. D.* Psychological compatibility and work harmony in sports activities / G. D. Babushkin, E. V. Kulagina. – Omsk SibGAFK, 2001. – 110 p.
2. *Davydov V. Y.* Theoretical foundations of sports selection and specialization in the Olympic water sports of distance nature: authoref. of dis. of degree of Dr. ped. Sci. / V. Y. Davydov. – Moscow: Moscow State University, 2002. – 40 p.
3. *Zheleznyakova M. E.* Psychological criteria of athletes' skill (the example of rowing): Dis. work of Candidate. of psychol. sciences: special.19.00.01 Kolomna / M. E. Zheleznyakova. – 2001. – 179 c.
4. *Lazutkin V. M.* Features of the team technique in rowing and ways to improve its effectiveness: Dis. work of Candidate. Of psychol. sciences: special. 13.00.04: Leningrad / V. M. Lazutkin. – Leningrad, 1982. – 179 p.
5. *Mitina I. V.* Dependence of sports results of rowers from their anthropometric data / I. V. Mitina // Materials of the V International Student escientific Conference «Student Science Forum». – Dnepropetrovsk, 2013. – 35 c.
6. *Mikhailova T. V.* Rowing sport / T. V. Mikhailova, A. F. Komarov. – Moscow: Academy, 2006. – 400 p.
7. *Shynkaruk O. A.* Modern view of the system of athletes' selection in Olympic sports / O. A. Shynkaruk // Modern Olympic sport and sport for all: XII Intern. scientific congress. – 2008. – P. 171–172.
8. *Iakovenko E. O.* Substantiation of the approach to the formation of the crews in rowing / E. O. Iakovenko // Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sport. – 2013. – N 12. – P. 105–109.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ
burundy4ek@bigmir.netnet

Надійшла 11.03.2014