



ISSN 1991-0177

2007, №12

СЛОБОЖАНСЬКИЙ НАУКОВО-СПОРТИВНИЙ ВІСНИК



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО УКРАЇНИ У СПРАВАХ СІМ'Ї, МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

СЛОБОЖАНСЬКИЙ НАУКОВО-СПОРТИВНИЙ ВІСНИК

Заснований у 1997р.

Випуск № 12

Харків
2007

Глава 2. УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	63
АНАЛИЗ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ШОРТ-ТРЕКЕ Литвиненко Ю.В.	67
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОЇ І ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ-СПРИНТЕРІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ Степаненко Д.	70
ВЗАИМОСВЯЗЬ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СДВИГОВ В ОРГАНИЗМЕ И ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСТАНЦИИ У СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ Коломиец Н.А.	73
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ-ПЛОВЦОВ В ХОДЕ ПРЕОДОЛЕНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДИСТАНЦИИ 50 МЕТРОВ Пилипко О.А., Политько Е.В.	75
ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПРИМЕНЕНИЯ НЕТРАДИЦИОННЫХ СРЕДСТВ ВОССТАНОВЛЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ В БАСКЕТБОЛЕ Боровский С.В.	78
ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕРЕДАЧ МЯЧА В ОДНО КАСАНИЕ ПО ИТОГАМ ЧЕМПИОНАТА МИРА 2006 г. Перевозник В.И., Перцухов А.А.	81
ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ТРЕНЕРА ДЮСШ З ВОЛЕЙБОЛУ Єрмаков С.С.	84
КИНЕТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ АРМСПОРТСМЕНОВ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ Илюшина В.А.	87
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ МИКРОЦИКЛОВ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ПЕРИОДОВ ЮНОШЕЙ-БЕГУНОВ 14-15 ЛЕТ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ Горлов А.С.	90
МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 15 и 17 ЛЕТ РАЗЛИЧНЫХ ИГРОВЫХ АМПЛУА Журид С.Н.	93
О ЕДИНОЙ МЕТОДИКЕ ОБУЧЕНИЯ НАЧИНАЮЩИХ ПАРАШЮТИСТОВ ДЕЙСТВИЯМ ПРИ ОТКАЗЕ ОСНОВНОГО ПАРАШЮТА Волобуева И.В., Волобуев Б.А.	97
ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У ЮНЫХ ФИГУРИСТОВ ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ Мулик В.В., Харченко Т.П.	100
ОСОБЕННОСТИ КИНЕМАТИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ ТЕХНИКИ ЭЛЕМЕНТОВ ОПОРНОГО ПРЫЖКА У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГИМНАСТОК НА СНАРЯДАХ РАЗНОЙ КОНСТРУКЦИИ Салямин Ю.Н., Гамалий В.В., Хмельницкая И.В., Крупеня С.В.	103
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ 10 – 14 ЛЕТ Вертель А.В.	106
ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В АРМСПОРТЕ Волков Е.А., Мунтян В.С.	109
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІВЧАТОК 10-13 РОКІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ Лаврентьєва В.	114
ПАРАМЕТРИ ЕФЕКТИВНОСТІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ Дорошенко Е. Ю., Мельничук Ю.В.	116
ПСИХИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ К СОРЕВНОВАНИЮ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИГРЫ ГАНДБОЛИСТОК Быкова Е.А.	121
РІВЕНЬ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ГОМОГЕННИХ ТА ГЕТЕРОГЕННИХ БАТЬКІВ ЗА ГРУПАМИ КРОВІ Новак Т.Я.	124
РОЗВИТОК ШВИДКІСНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ВПРАВАМИ СПОЛУЧЕНОГО МЕТОДУ ТРЕНУВАННЯ Кудімов В.М.	128

2

АНАЛИЗ ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В ШОРТ-ТРЕКЕ

Литвиненко Ю.В.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Анотація. У статті, на підставі аналізу змагальної діяльності шорттрековиків, визначається частина дистанції, яка найбільш часто використовується для виконання тактичних дій.

Ключевые слова: шорт-трек, тактичні дії, біг по прямій.

Аннотация. В статье, на основе анализа соревновательной деятельности шорттрековиков, определяется наиболее часто используемая часть дистанции для выполнения тактических действий.

Ключевые слова: шорт-трек, тактические действия, бег по прямой.

Abstract. This paper describes how the part of distance which having been used in short-track for tactical actions was determined on the basis of the analysis of competitive activity.

Key words: short-track, tactical actions, straight running.

Постановка проблеми. Опыт передовой практики, а также литературные данные убедительно свидетельствуют о необходимости поиска новых путей повышения спортивного результата. В работах ведущих специалистов спортивной отрасли многогранно и весьма углубленно рассмотрены современные проблемы подготовки спортсменов, а также намечены перспективные пути совершенствования современной системы подготовки спортсменов [6].

Одним из перспективных направлений в этом отношении специалисты видят изучение и совершенствование тактического мастерства спортсменов [1, 3, 6], поскольку от способности принимать правильные решения, планировать свои действия в зависимости от складывающейся ситуации в конечном итоге зависит успех.

Учитывая то, что в соревнованиях по шорт-треку в процессе прохождения дистанции постоянно происходит борьба за выгодное положение на дорожке, спортсмены пытаются занять наиболее удачное, с аэродинамической точки зрения, место, а также такое положение среди соперников, которое бы позволило спортсмену в любой момент времени решать тактические задачи, возникающие в ходе соревновательной борьбы – тактика в шорт-треке занимает далеко не последнее место, а напротив представляет значительный интерес и резерв в повышении спортивного результата [5].

В то же время недостаточная теоретическая и методологическая разработанность проблем тактики может являться существенным сдерживающим фактором развития теории и методики шорт-трека.

Анализ последних исследований и публикаций показал, что до настоящего времени проблема анализа тактических действий в исследованиях по шорт-треку была представлена фрагментарно.

Так, изучены особенности технико-тактических действий спортсменов, специализирующихся в шорт-треке [2]. Исследователем классифицированы тактические приемы, выполняемые шорттрековиками в процессе соревновательной деятельности, а также определена их эффективность на различных дистанциях [4].

В то же время в специальной литературе практически отсутствует информация, позволяющая говорить о том, где спортсмены преимущественно вы-

полняют обгон.

В этой связи на данном этапе целью нашего исследования было определение наиболее предпочтительных участков дистанции для выполнения высококвалифицированными шорттрековиками обгонов.

Изложение основного материала исследования. Анализ соревновательной деятельности проводился по материалам Олимпийских игр 2006 года на дистанциях 500 м, 1000 м, 1500 м среди мужчин и женщин, а также эстафеты 3000 м среди женщин и 5000 м среди мужчин. При этом анализировалось общее количество выполняемых обгонов (как одной из разновидностей тактических действий в шорт-треке) на повороте и на прямой в процессе прохождения дистанции, а также определялось их процентное соотношение. В результате проведенных исследований установлено, что у мужчин на дистанции 500 м в 15 забегах было осуществлено 34 обгона по прямой и 9 обгонов по повороту (табл. 1). В то же время на дистанции 1000 м, где также было 15 забегов, обгонов по прямой было 50, а по повороту всего лишь 6.

При анализе тактических действий мужчин на дистанциях 1500 м и эстафете в 5000 м была отмечена подобная ситуация. Так, на дистанции 1500 м, в которой было 11 забегов, количество обгонов на прямой достигло рекордного значения – 73 раза, что почти в 10,5 раза больше, нежели количество обгонов на повороте при прохождении этой дистанции, которое в свою очередь составило 7 раз. Следует отметить, что в процессе прохождения дистанции спортсмены выполняли порой до 15 обгонов за один забег, в то время как количество кругов на дистанции 1500м составляет 13,5.

В то же время, в 4-х эстафетных забегах на 5000м было зафиксировано наименьшее, по сравнению со всеми дистанциями, количество опережений соперников по прямой. Но, все же, преимущество в 4,7 раза по отношению к повороту (по исследуемому показателю) остается за прямым участком дистанции. Таким образом, 19 обгонов на прямой и 4 – на повороте (табл. 2). Причиной незначительного количества опережений в эстафетной гонке является, прежде всего, необходимость правильно, с позиций правил соревнований, своевременно и быстро, с позиций достижения высокого спортивного результата,

2

передать эстафету партнеру. В связи с этим, частая смена позиций на дорожке представляется невыгодной для спортсменов принимающих эстафету и передающих ее. Следовательно, с учетом практически равных сил неправильная передача может лишь отрицательно влиять на спортивный результат, поскольку осуществляется, как правило, одновременно всеми командами и требует последовательной расстановки на дорожке принимающих эстафету шорттрековиков. В этой связи спортсмены до середины дистанции зачастую бегут в том порядке, в котором они разместились после прохождения первых кругов дистанции и лишь во второй половине начинают бороться за ключевые места.

Зафиксированное количество обгонов на прямой в процессе прохождения дистанции 500 м, в 16 забегах у женщин, составило 27, а на повороте всего 5. В 8 раз чаще женщины использовали прямую для опережения соперниц на дистанции 1000 м, что также подтверждается их количественным соотношением. В 16 забегах на этой дистанции выполнено 40 обгонов на прямой и лишь 5 на повороте (табл. 3)

Показательным явилось и то, что наибольшее и наименьшее количество обгонов у женщин, как и у

мужчин, было зарегистрировано на 1500 м и эстафетном беге в 3000 м соответственно. При этом, всего за 11 забегов на дистанции 1500 м осуществлено 51 обгон, из которых 44 по прямой и 7 по повороту. В эстафетном беге на 3000 м у женщин, зарегистрировано 17 опережений по прямой и 2 по повороту (табл. 4).

В результате анализа соревновательной деятельности высококвалифицированных шорттрековиков на зимних Олимпийских играх в Турине, было установлено, что общее количество обгонов, выполняемое женщинами на всех видах дистанций меньше чем у мужчин. При этом количество обгонов на прямой у мужчин составило 176 раз, в то время как у женщин 128. В то же время 26 раз опережали мужчины своих соперников на повороте, тогда как женщины 19 раз. Таким образом, всего обгонов в процессе соревнований было осуществлено у первых 202 раза, а у вторых – 147 раз. Вместе с тем, выражая полученные результаты в процентном отношении было установлено, что процент выполняемых обгонов на прямой для мужчин составляет 87,1%, а для женщин – 87%, в то время как на повороте для первых соответствует 12,9%, а для вторых – 13%(рис. 1).

Таблица 1
Анализ тактических действий на дистанциях 500 м и 1000 м у мужчин на зимних Олимпийских играх 2006 года

Этап соревнований	Дистанции					
	500 м			1000 м		
	количество забегов	количество обгонов		количество забегов	количество обгонов	
по прямой		по повороту	по прямой		по повороту	
1/8	7	18	4	7	19	2
1/4	4	8	1	4	10	2
1/2	2	6	4	2	11	1
Финал В		0	0		5	0
Финал А		2	0		5	1
Всего обгонов		34	9		50	6

Таблица 2
Анализ тактических действий на дистанции 1500 м и эстафете 5000 м у мужчин на зимних Олимпийских играх 2006 года

Этап соревнований	Дистанции					
	1500 м			5000 м (эстафета)		
	количество забегов	количество обгонов		количество забегов	количество обгонов	
по прямой		по повороту	по прямой		по повороту	
1/8	-	-	-	-	-	-
1/4	6	25	3	-	-	-
1/2	3	31	2	2	6	2
Финал В		7	2		2	1
Финал А		10	0		11	1
Всего обгонов		73	7		19	4

Таблиця 3
Анализ тактических действий на дистанциях 500 м и 1000 м у женщин на зимних Олимпийских играх 2006 года

Этап соревнований	Дистанции					
	500 м			1000 м		
	количество забегов	количество обгонов		количество забегов	количество обгонов	
по прямой		по повороту	по прямой		по повороту	
1/8	8	12	2	8	13	2
1/4	4	6	0	4	13	1
1/2	2	5	2	2	8	1
Финал В		1	1		1	0
Финал А		3	0		5	1
Всего обгонов		27	5		40	5

Таблиця 4
Анализ тактических действий на дистанции 1500 м и эстафете 3000 м у женщин на зимних Олимпийских играх 2006 года

Этап соревнований	Дистанции					
	1500 м			3000 м (эстафета)		
	количество забегов	количество обгонов		количество забегов	количество обгонов	
по прямой		по повороту	по прямой		по повороту	
1/8	-	-	-	-	-	-
1/4	6	15	1	-	-	-
1/2	3	12	2	2	9	0
Финал В		8	1		2	0
Финал А		9	3		6	2
Всего обгонов		44	7		17	2

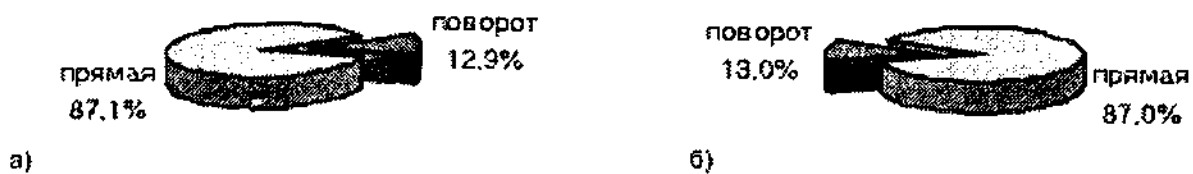


Рис. 1. Количество выполняемых обгонов на всех дистанциях на прямой и повороте: а) мужчинами; б) женщинами

Выводы. Анализ научно-методической литературы показал, что в современном спорте высших достижений, наряду с поиском путей совершенствования системы спортивной подготовки в целом, значительное внимание специалистов привлечено к анализу и разработке наиболее эффективных тактических действий. В то же время, при всей важности и актуальности данной проблемы, специальная литература показала фрагментарность освещения вопроса о предпочтительном выборе участка дистанции шорттрековиками для реализации обгонов.

В то же время, полученные результаты позволяют

говорить о том, что в шорт-треке прямой отрезок дистанции для спортсменов высокого класса является наиболее предпочтительным для осуществления тактических действий, в частности обгонов.

Поскольку вышеизложенное лишь подтверждает высокую значимость спортивной техники шорт-трековиков в целом и техники бега по прямой в частности, в дальнейших наших исследованиях планируется провести биомеханический анализ структуры техники бега по прямой высококвалифицированных шорттрековиков.

Литература

1. Войтов В.Г. Классификационная проблема тактики спортивного мастерства // Теория и практика физ. культуры: Тренер. Журнал в журнале. – 2002. – №2. – С.34-35.

2. Воскресенский М.В. Биодинамические детерминанты структуры двигательных действий шорт-трековика и технология ее реализации в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности: Автореф. дис. ... к-та пед. наук: 13.00.04 / Смоленс. гос. ин-т физ.культ. – Смоленск., 2003. – 19с.

3. Греховодов В.А. Спортивная борьба: измене-

ние тактики // Теория и практика физ. культуры. – 2006. – №3. – С.49-51

4. Кузнецов С.А. Эффективность применения тактических приемов в шорт-треке на дистанциях 1500, 500 и 1000 метров // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2006. – №8. – С.150-152.

5. Павловский Ю.А., Богданов И.А. Шорт-трек. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 78с.

6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте // Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература. – 2004. – 787с.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОЇ І ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ-СПРИНТЕРІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Степаненко Д.

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Анотація. Стаття розкриває особливості взаємозв'язку показників фізичної підготовленості і кінематичних параметрів техніки з результатом бігу на 100м у спринтерів різної кваліфікації.

Ключові слова: спринтерський біг, взаємозв'язок фізичної і технічної підготовки.

Аннотация. Статья раскрывает особенности взаимосвязи показателей физической подготовленности и кинематических параметров техники с результатом бега на 100м у спринтеров разной квалификации.

Ключевые слова: спринтерский бег, взаимосвязь физической и технической подготовки.

Abstract. The article exposes the peculiarity of correlation of indexes of physical preparedness and kinematics parameters of technique with a result at run on 100 m at the sprinters of a different qualification.

Key words: at sprinter run, intercommunication of physical and technical preparation.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. У практиці підготовки легкоатлетів-спринтерів спостерігаються явища, коли між зростаючим рівнем їх фізичної підготовленості та стабілізованою технічною майстерністю виникають протиріччя в тому, що рухові навички, засвоєні та закріплені на певному рівні, в наслідку спричиняють стримуючий ефект при реалізації функціональних можливостей [1, 4, 5, 8]. У зв'язку з цим, велике значення має визначення ступеню реалізації фізичної підготовленості в основних рухових діях спринтера у змагальній вправі, як на окремих частинах так і на цілісній дистанції [2, 6, 9].

Питання оптимального співвідношення та реалізації рухових здібностей в основних елементах техніки в бігу на короткі дистанції залишається розкритим не до кінця [7, 8, 10]. Структура фізичної та технічної підготовленості легкоатлетів-спринтерів різної кваліфікації комплексно не вивчалася (простежується обмеженість спортом вищих досягнень та локальний підхід у дослідженні питання) [3, 7]. Обмеженість досліджень у даному напрямку свідчить про актуальність проблеми взаємозв'язку фізичної і технічної підготовленості для теорії та методики легкої атлетики.

Дослідження проводилося у відповідності до плану НДР Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006-2010 рр. за темою 2.2.11.4п "Удосконалення спеціальних рухових дій спортсменів швидко-

лових видів спорту".

Мета нашої роботи полягала у встановленні взаємозв'язку фізичної і технічної підготовленості бігунів на 100м різної кваліфікації.

Результати досліджень та їх обговорення. У дослідженні прийняли участь 50 легкоатлетів-спринтерів різної кваліфікації (майстри спорту – 10; кандидати у майстри спорту – 10; I розряд – 15; II розряд – 15), на кожного з яких було отримано по 44 показники фізичної і технічної підготовленості. Серед показників фізичної підготовленості нами досліджувалися: час у бігу на 30, 60, 100 м, стрибок у довжину з місця, потрійний стрибок з місця, абсолютна і відносна сила м'язів-згиначів і розгиначів стегна, гомілки, стопи, станова сила, показники рухомості у ліктьовому, плечовому, тазостегновому, гомілокоступному і колінному суглобах та показники рухової координації у стрибку з обертами праворуч і ліворуч. Досліджені показники технічної підготовленості мали наступний вигляд: кількість, довжина, частота кроків, середня швидкість бігу, час виконання бігового кроку, фази опори і польоту у стартовому розбігу (30 м) і на дистанції 100 м.

Усі спринтери були поділені нами на дві групи МС – КМС (високої кваліфікації) та спринтерів I – II розряду. На рис. 1-4 графічно зображено відмінності у взаємозв'язку показників фізичної і технічної підготовленості спринтерів різної кваліфікації з результатом у бігу на 100 м

Аналізуючи результати кореляційного аналізу у спринтерів I-II розрядів, необхідно відмітити до-