

*physical training and sports medicine*, No. 3, pp. 40-47.

6. Andersen, L.L., Jay, K. and Andersen, C.H. (2013), "Acute effects of massage or active exercise in relieving musclesoreness: randomized controlled trial", *J. Strength Cond Res.*, Vol. 27, No 12, pp. 3352-3359.

7. Frizziero, A., Vittadini, F., Fusco, A., Giombini, A. and Masiero, S. (2016), "Efficacy of eccentric exercise in lower limb tendinopathies in athletes", *J. Sports Med Phys Fitness.*, Vol. 56, No11, pp. 1352-1358.

8. Hansen, R.L. and Jessen, P.T (2015), "Chronic exertional compartment syndrome in the lower leg", *Ugeskr. Laeger.*, Vol. 5, pp. 177-182.

9. Hummel, K., Gregory, A., Desai, N. and Diamond, A. (2016), "Rhabdomyolysis in adolescent athletes: review of cases", *Phys. Sportsmed.*, Vol. 44, No 2, pp. 195-199.

10. Lubiawski, P., Kaczmarek, P.K. and Slezak, M. (2014), "Problems of the glenohumeral joint in overhead sports – literature review. Part II – pathology and pathophysiology", *Pol. Orthop. Traumatol.*, Vol. 23, No 79, pp. 59-66.

11. Schweltnus, M.P., Drew, N. and Collins, M. (2008), "Muscle cramping in athletes-risk factors, clinical assessment, and management", *Clin. Sports Med.*, Vol. 27, No 1, pp. 183-194.

12. Winters, M., Eskes, M., Weir, A. and [et al] (2013), "Treatment of medial tibial stress syndrome: a systematic review", *Sports Med.*, Vol. 43, No 12, pp. 1315-1333.

13. Young, S.W. and Safran, M.R. (2015), "Greater trochanter apophysitis in the adolescent athlete", *Clin. J. Sport Med.*, Vol. 25, № 3, pp. 57-58.

**Контактная информация:** andrei\_kalinin@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 12.12.2017*

**УДК 797.122.3**

## **ГРУППОВЫЕ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ МОДЕЛИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ГРЕБЦОВ НА КАНОЭ**

*Андрей Андреевич Карпов, соискатель,*

*Кубанский государственный университет физической культуры спорта и туризма (КТУФКСТ), Краснодар*

### **Аннотация**

На основе результатов многолетних исследований разработаны групповые и индивидуальные модели соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов-каноистов, специализирующихся на дистанции 1000 метров в соответствии со структурой макроцикла. Полученные модели соревновательной деятельности дифференцированы в зависимости от ранга соревнований. Групповые модельные характеристики прохождения дистанции на всех основных соревнованиях имеют оригинальную конфигурацию и направлены на улучшение показателей по мере приближения к главным соревнованиям макроцикла. Индивидуальные модели соревновательной деятельности позволяют констатировать существенно более высокий уровень реализации компонентов соревновательной деятельности сильнейшими гребцами мира по сравнению с ведущими российскими гребцами. Представленные в работе модели соревновательной деятельности могут служить ориентирами в процессе спортивной подготовки высококвалифицированных гребцов-каноистов, специализирующихся на дистанции 1000 метров.

**Ключевые слова:** соревновательная деятельность, высококвалифицированные гребцы-каноисты, групповые и индивидуальные модели, макроцикл подготовки, спортивная подготовка.

## **MODELS OF INDIVIDUAL AND GROUP COMPETITIVE ACTIVITY MODELS FOR HIGHLY QUALIFIED CANOEIST**

*Andrey Andreevich Karpov, the competitor,*

*Kuban State University of physical culture of sport and tourism, Krasnodar*

### **Annotation**

Models of the individual and group competitive activity were developed based on the long-term research results for highly qualified canoeists who specialize in racing over 1,000m by considering their

preparation macrocycle structure. The competitive activity models developed by us are differentiated by the importance of competitions. In-group models, the characteristics of covering the distance during all major competitions have their own configuration and demonstrate improving performance as major macrocycle competitions get closer. Individual models showed a considerably higher level of realizing all competitive activity components by the world champions compared with one of Russian leading canoeists. The competitive activity models presented in this research may be used as guidelines in process of athletic preparation of highly qualified canoeists specializing in a canoe sprint race over 1,000m.

**Keywords:** competitive activity, highly qualified canoeists, individual and group models, preparation macrocycle, athletic preparation.

## ВВЕДЕНИЕ

Соревновательной деятельности, как и любому виду человеческой деятельности присущи целево-результативные отношения. Целью является модель (образ) того, к чему стремиться спортсмен в процессе соревновательной деятельности, а результатом – спортивное достижение (Платонов В.Н., 2005; Верлин С.В. с соавт., 2014) Параметры, характеризующие компоненты соревновательной деятельности, зачастую мало связаны друг с другом и требуют дифференцированной оценки и последующего совершенствования. Лишь оценив уровень отдельных параметров, можно определить сильные или слабые звенья в структуре соревновательной деятельности спортсмена, разработать для него соответствующую оптимальную модель и спланировать пути ее достижения (Шустин Б.Н., 1995). Целью работы явилась разработка групповых и индивидуальных моделей соревновательной деятельности гребцов на каноэ высокой квалификации.

## МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Формирование модельных характеристик осуществлялась на основе анализа итоговых результатов прохождения дистанции 1000м восьмью ведущими российскими гребцов-каноистов (3 мастера спорта международного класса, 4 заслуженных мастера спорта, 1 мастер спорта России) с ее дифференциацией на отрезки по 250м.

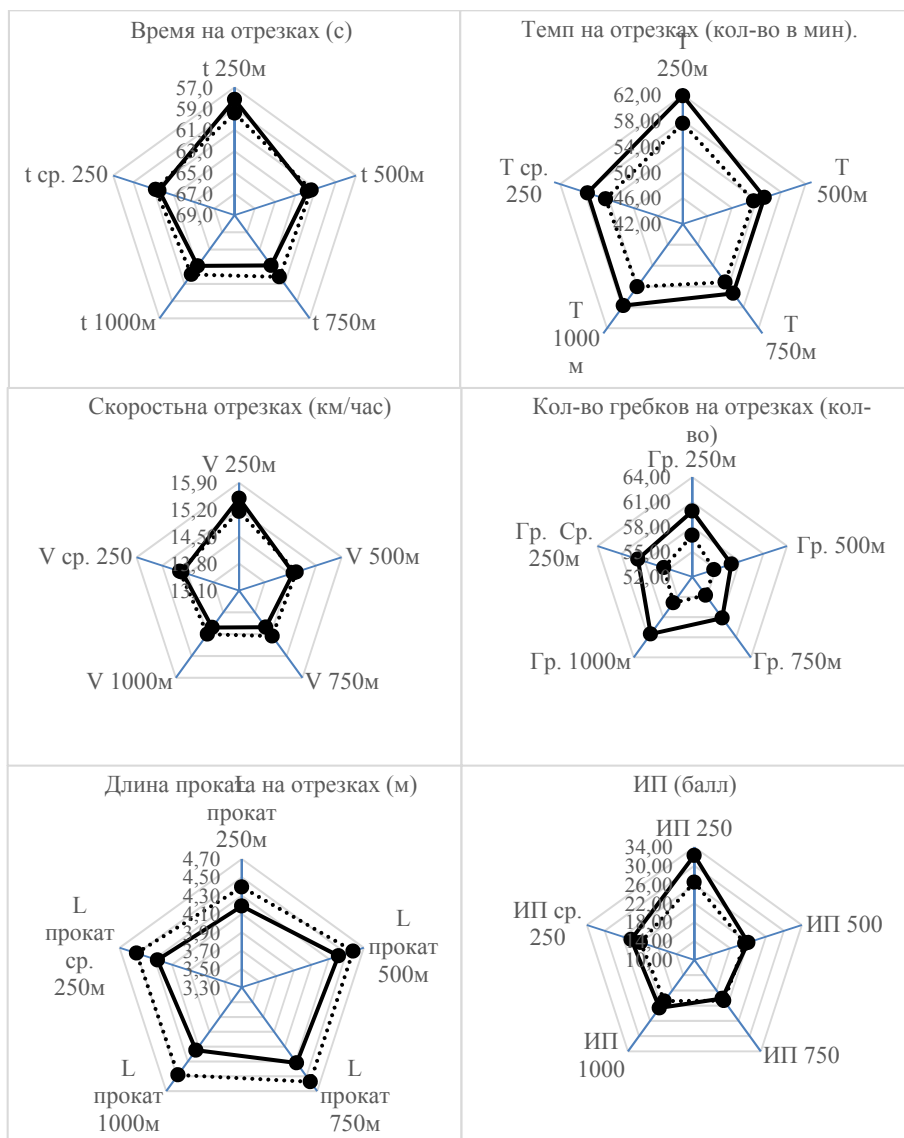
С помощью хронометрирования и видеонализа определялись: время и скорость на отрезках, количество гребных циклов, длина проката лодки, темп, интегральный показатель.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Материал, представленный в наших ранних публикациях (Карпов А.А., 2017), характеризующий информативность отдельных параметров соревновательной деятельности являлся основанием для разработки групповых модельных характеристик высококвалифицированных гребцов. Учитывая специфику задач, поставленных перед каждым соревнованием и характер, предшествующих тренировочных нагрузок, 5 соревнований макроцикла были разделены на 2 группы: контрольно-подготовительные соревнования (КПС) и основные соревнования (ОС). Усредненные данные параметров соревновательной деятельности, являющимися модельными характеристиками для каждой группы соревнований, представлены на рисунке 1.

Их анализ позволяет установить различия в модельных характеристиках прохождения соревновательной дистанции на КПС и ОС. Так, время и скорость прохождения первого отрезка (250 м) достоверно ( $t=2,42; 2,50; p < 0,05$  соответственно) лучше на ОС. Темп гребков достоверно выше на первом, последнем отрезках и в середине дистанции на ОС ( $t=3,64; 2,85; p < 0,05$  соответственно). Еще больше различий выявлены по параметру количества гребков. Он достоверно выше ( $t=2,96; 3,24; 4,47; p < 0,01$  соответственно) на всех отрезках дистанции, кроме второго. Такие же отличия установлены по показателю проката лодки (на всех отрезках, кроме второго). Индивидуальный интегральный показатель соревновательной деятельности достоверно ( $t=2,997; p < 3,33$ ) выше на первом отрезке.

Таким образом, полученные модельные характеристики соревновательной деятельности дифференцированы в зависимости от ранга соревнований.



..... – Контрольно-подготовительные соревнования; —●— Основные соревнования

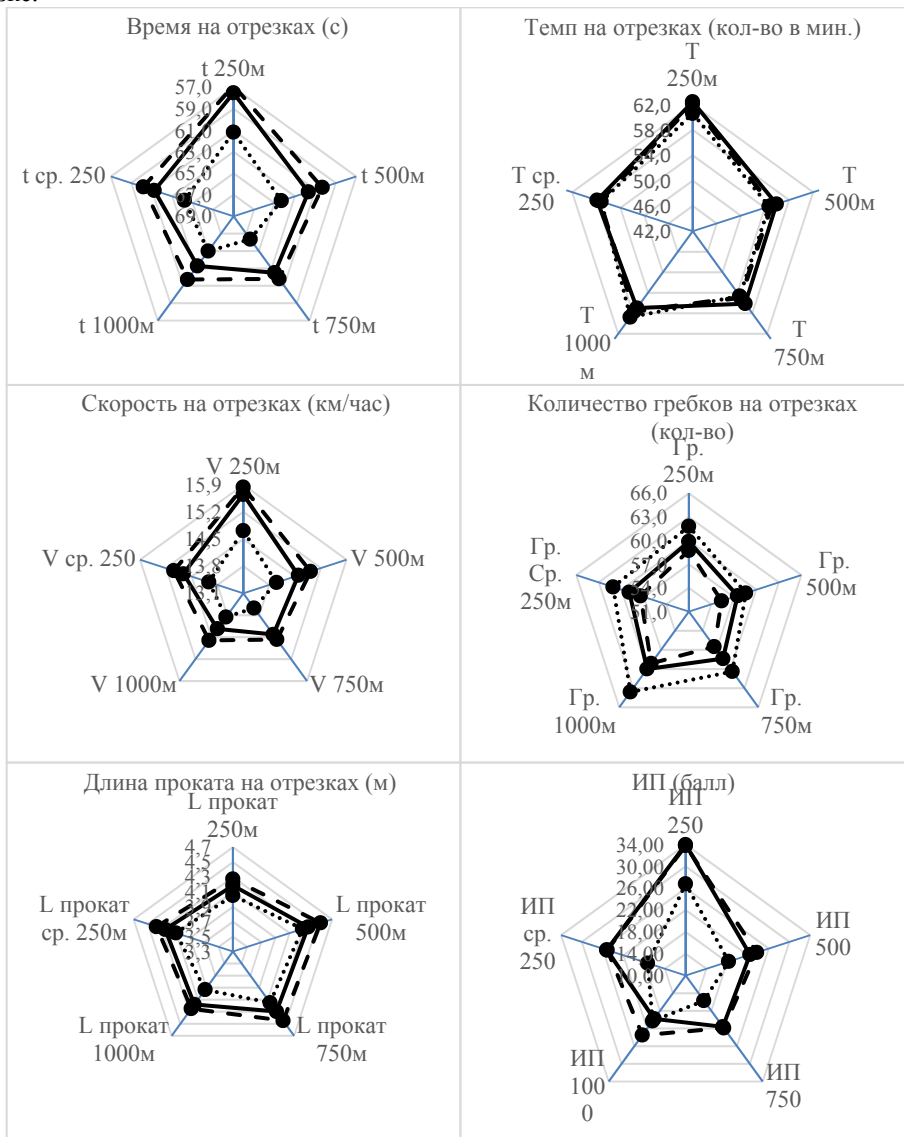
Рисунок 1 – Групповые модели соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов на каноэ на соревнованиях различного ранга

Учитывая большую значимость ОС макроцикла, был проведен анализ соревновательной деятельности на трех ОС – Всероссийские (апрель), Кубок России (май), Чемпионат России (июнь). На рисунке 2 представлены групповые модельные характеристики прохождения отрезков соревновательной дистанции.

Наблюдается общая тенденция улучшения показателей от первого всероссийского старта до чемпионата России. Исключение составляют параметры темпа гребков, который существенно не меняется от соревнования к соревнованию. Следует предположить, что, данный показатель достиг оптимальных значений в процессе тренировок и является стабильным на протяжении всех ОС.

Наибольшие различия в период от апрельских до июльских соревнований наблюдались по показателям времени на первом ( $t=12,57$ ;  $p<0,01$ ) и третьем отрезках ( $t=3,55$ ;

$p < 0,05$ ), скорости на первом ( $t=12,64$ ;  $p < 0,01$ ), втором ( $t=3,23$ ;  $p < 0,05$ ), третьем отрезках ( $t=3,59$ ;  $p < 0,05$ ), индивидуальному интегральному показателю ( $t=5,42$ ;  $p < 0,05$ ) на первом отрезке.



..... Всероссийские соревнования; - · - · - Кубок России; — Чемпионат России;

Рисунок 2 – Групповые модели соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов на основных соревнованиях

Учитывая, что разработанные групповые модели соревновательной деятельности обобщенно характеризуют ее параметры, а элитный состав гребцов требует индивидуального подхода, представлены модели соревновательной деятельности лучшего отечественного спортсмена (Ш-а) и чемпиона мира S.Brendel (рисунок 3) по результатам прохождения дистанции 1000 м на чемпионате мира 2015 г. в г. Милане (Италия).

Индивидуальные модели лучшего российского и зарубежного гребца отличаются, за исключением показателей на последнем отрезке дистанции, в котором у немецкого гребца лучше время прохождения отрезка, больше темп, скорость, количество гребков,

индивидуальный интегральный показатель и меньше длина проката.

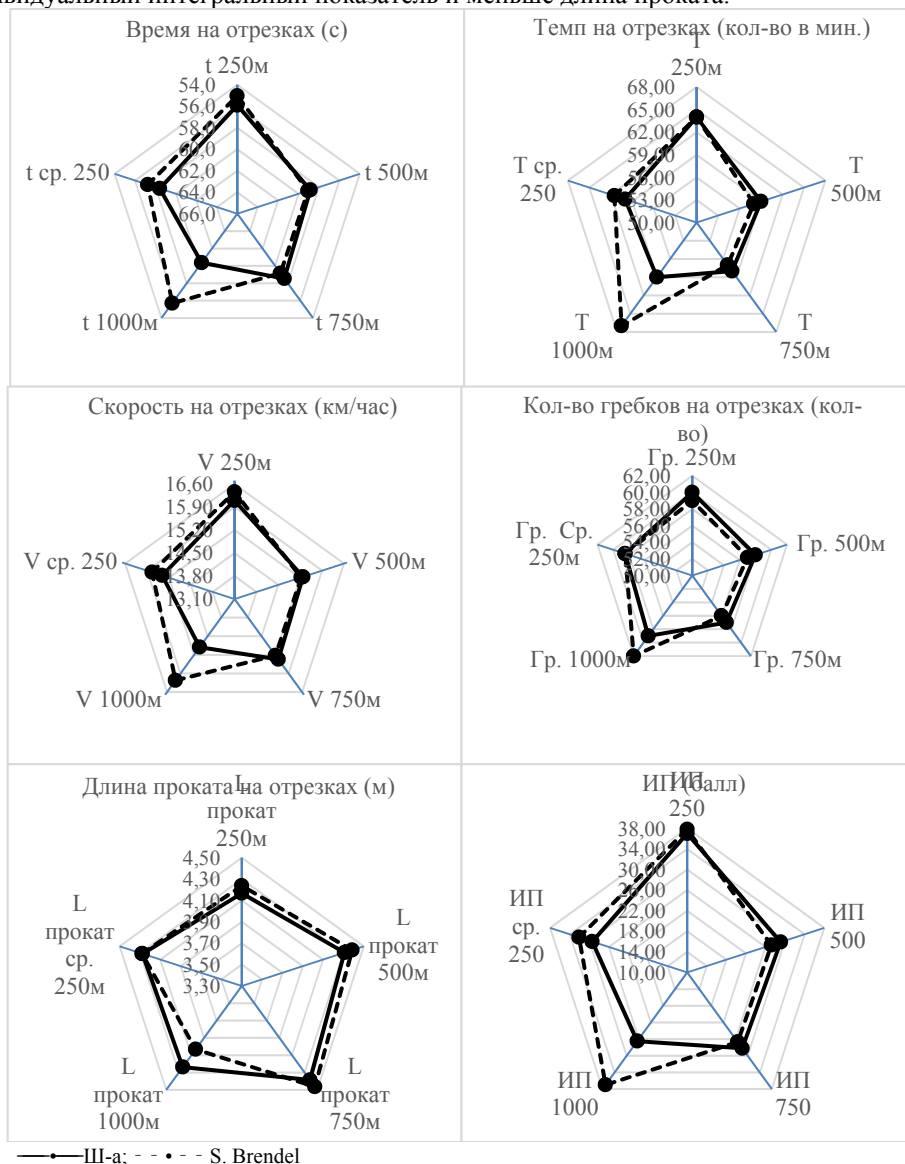


Рисунок 3. – Модельные характеристики соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов на каноэ в сравнении Ш-а и S. Brendel при прохождении дистанции 1000 м на чемпионате мира 2015 г в г. Милане (Италия, 20.08.2015 г. – 23.08.2015 г.)

Полученные результаты позволяют констатировать существенно более высокий уровень реализации компонентов соревновательной деятельности чемпионом мира по сравнению с данными ведущего российского гребца.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе результатов исследований были разработаны групповые и индивидуальные модели соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов, на дистанции 1000м. Групповые модельные характеристики прохождения дистанции на всех ОС имеют свою конфигурацию и позволяют констатировать улучшение показателей по

мере приближения к главным соревнованиям макроцикла.

Индивидуальные модели соревновательной деятельности позволяют констатировать существенно более высокий уровень реализации компонентов соревновательной деятельности чемпионом мира по сравнению с данными ведущего российского гребца. Представленные в работе модели соревновательной деятельности могут служить ориентирами в процессе спортивной подготовки высококвалифицированных гребцов-каноистов, специализирующихся на дистанции 1000 м.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Верлин, С.В. Исследование взаимосвязи скорости лодки и биомеханических характеристик техники гребли в процессе преодоления соревновательной дистанции 500 м высококвалифицированными байдарочницами / С.В. Верлин, П.В. Квашук, И.Н. Маслова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 11 (117). – С. 26-32.
2. Карпов, А.А. Информативность показателей технико-тактической подготовленности высококвалифицированных гребцов-каноистов на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки / А.А. Карпов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 3. – С. 28-32.
3. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – М. : Советский спорт, 2005. – 820 с.
4. Шустин, Б.Н. Моделирование в спорте (теоретические основы и практическая реализация) : автореф. дис. ... д-ра пед. наук в виде научного доклада : 13.00.04 / Шустин Б.Н. – М., 1995. – 82 с.

#### REFERENCES

1. Verlim, S.V., Kvashuk P.V. and Maslova, I.N. (2014), “Study of interaction between kayak velocity and biomechanical characteristics of kayaking technique in process of covering the 500-m distance by highly qualified female kayakers”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 117, No.11, pp. 26-32.
2. Karpov, A.A. (2017), “Informativeness of technical and tactical preparedness characteristics of canoeists at precompetition and competition stages of their athletic preparation”, *Physical Education and Sport – Science and Practice*, No. 3, pp. 28-32.
3. Platonov, V.N. (2005), *System of Athletic Preparation in Olympic Sports. General Theory and its Practical Application*, Soviet Sport, Moscow
4. Shustin, B.N. (1995), *Modeling in Sports (Theoretical Foundation and Practical Realization)*, dissertation, Moscow.

**Контактная информация:** ukcher@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 01.12.2017*

**УДК 378**

### **ФОРМИРОВАНИЕ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЙ ЛИЧНОСТИ**

*Елена Анатольевна Клопова, кандидат педагогических наук, доцент,  
Военный институт физической культуры, Ст. Петербург*

#### **Аннотация**

В статье рассматривается вопрос нравственного воспитания иностранных курсантов с помощью искусственно созданной модели культуры общества, представляющей собой своеобразный аналог действительности, способный выполнить свою главную функцию – дать иностранным курсантам возможность понять ментальность русского народа, преодолеть свою культурную изолированность и послужить основой взаимопонимания.

**Ключевые слова:** нравственное воспитание, духовно-нравственная личность, социальное окружение, модели культуры.