

М. Н. Максимова. – М. : Советский спорт, 2012. – 304 с.

5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов – К.: Олимпийская литература. 2004. – 314 с.

6. Ровна О.О. Морфологічні особливості будови тіла спортсменок з синхронного плавання та спрямованість відбору відповідно до адаптаційних змін в процесі тренування// Слобожанський науково-спортивний вісник / О.О. Ровна. – Харьков, 2006. – Вип.9. – С. 122-126.

<sup>1</sup>**ПОЛИТЬКО Е.В.**, к.физ.восп., доцент

<sup>2</sup>**ТОМИЛКО А.Б.**, магистрант

*Харьковская государственная академия физической культуры*

## **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЛОВЦОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, ВЫСТУПАЮЩИХ НА ДИСТАНЦИИ 100 МЕТРОВ БАТТЕРФЛЯЙ**

**Аннотация.** Рассмотрены вопросы, связанные с исследованием особенностей технико-тактических действий спортсменов-пловцов различной квалификации, выступающих на дистанции 100 метров баттерфляй. Проведен сравнительный анализ динамики скорости, темпа и «шага» цикла гребковых движений в процессе преодоления 100-метровой соревновательной дистанции.

**Ключевые слова:** пловцы, соревновательная деятельность, скорость, темп, «шаг», динамика.

**Введение.** Контроль и коррекция техники плавания в процессе соревновательной и тренировочной деятельности является важнейшими проблемами процесса подготовки пловцов различной квалификации. На разных этапах развития спортивного плавания именно техника выдающихся спортсменов способствовала формированию эталонов, на которые ориентировались тренеры и спортсмены разных стран мира [3].

Уровень технического мастерства пловцов тесно взаимосвязан с возможностями управления двигательными действиями. Это может проявляться в сознательном изменении различных параметров техники плавания (темпа движений, длины «шага», скорости передвижения, в том числе при прогрессирующем утомлении и т.д.). Сильнейшие спортсмены отличаются разными способностями к повышению стабильности технического мастерства. Эта вариативность является в большей степени компенсаторной, обеспечивающей поддержание высокой дистанционной скорости.

В области спортивного плавания ранее были определены основные параметры соревновательной деятельности пловцов и разработаны модельные характеристики [2, 3, 4]. Однако специалисты сосредотачивали своё внимание в основном на выявлении особенностей преодоления соревновательных дистанций спортсменами высокой квалификации, в то время как аспекты прохождения дистанций юными пловцами-разрядниками остаются до конца не раскрытыми. Поэтому актуальным

является проведение исследований по выявлению особенностей динамики технико-тактических действий пловцов различной квалификации, с целью повышения эффективности их соревновательной деятельности.

**Цель работы** – изучение особенностей структуры соревновательной деятельности пловцов различной квалификации, выступающих на дистанции 100 метров баттерфляй.

**Методы исследования.** Теоретический анализ и обобщение специальной научно-методической литературы; контрольно-педагогические тесты, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Проведенный видеоанализ различных соревнований позволил оценить компоненты соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации (II разряд – 3 человека, I разряд – 8, КМС – 9, МС – 14 спортсменов), выступающих на дистанции 100 метров баттерфляй. Спортсмены являлись участниками Национального Кубка Украины (г. Днепропетровск, 11-13 декабря 2015 г.), а также чемпионата Украины среди юниоров по плаванию (г. Харьков, 27-29 февраля 2016 г.).

В отличие от уже существующих способов разбивки соревновательных дистанций на различные участки [1, 3], нами использовался более детальный метод учёта показателей. Для 50-метрового бассейна фиксировались следующие участки дистанции: стартовый отрезок – от стартовой тумбочки до появления спортсмена на поверхности воды; отрезок от «выныривания» после скольжения до отметки 15 м; дистанционное плавание на участках: 15-25 м, 25-35 м, 35-45 м; подплывание к повороту щиту: 45-50 м.

Обработка видеозаписи заплывов позволила получить данные о динамике изменения скорости плавания спортсменами различной квалификации при прохождении дистанции 100 м баттерфляем (рис. 1). В целом, у спортсменов выявлено подобие в тактической схеме прохождения 100-метровой дистанции, где первая половина преодолевается с более высокой скоростью, чем вторая. Однако заметное отличие скорости плавания у спортсменов различной квалификации в основном наблюдается на ациклических участках дистанции.

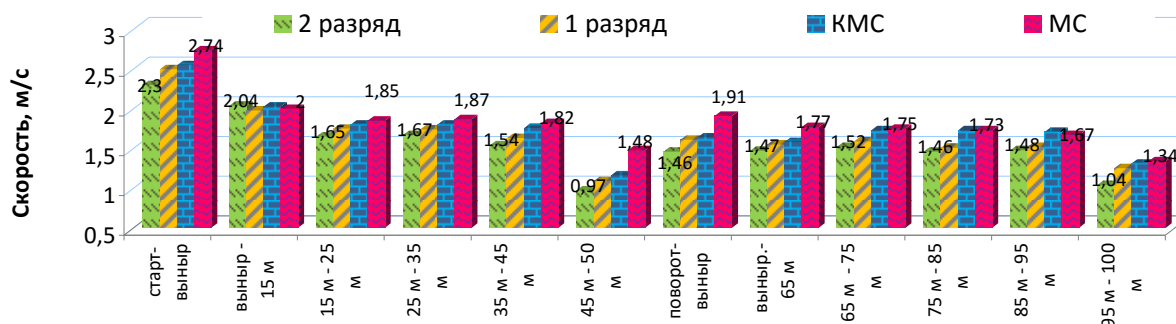


Рис. 1. Динамика скорости спортсменов различной квалификации при проплывании дистанции 100 м способом баттерфляй

Так, на стартовом отрезке спортсмены II разряда отстают по скорости от МС на 16,06%, а I-разрядники и КМС на 8,76 и 6,93% соответственно. На поворотном участке пловцы II разряда демонстрируют наименьшую скорость выполнения поворота и «выхода» после него, отставая от МС на 23,56%. В свою очередь, у I-разрядников и КМС скорость ниже всего на 15,71 и 14,14% соответственно. При этом у спортсменов наблюдается расхождение показателей длины скольжения – «выныривания» после выполнения старта и поворота в зависимости от их уровня спортивного мастерства (рис 2). Поэтому одним из резервов для улучшения результатов является повышение скорости преодоления подводных участков дистанции после старта и поворотов.

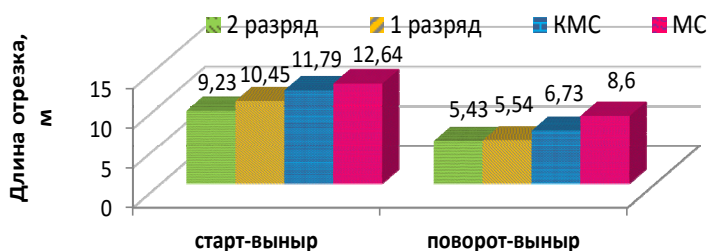


Рис. 2. Длина скольжения спортсменов различной квалификации после выполнения старта и поворота на дистанции 100 м способом баттерфляй

На участках при подплывании к поворотному щиту «45-50 м» и «95-100 м» у всех спортсменов скорость резко снижается, особенно у менее квалифицированных пловцов. Прослеживается отчётливая зависимость эффективности прохождения данных отрезков от уровня спортивного мастерства. Чем ниже квалификация, тем заметнее спортсмены снижают скорость плавания при подплывании к бортику бассейна. Представители II разряда отстают по скорости от МС на 34,46%, а I-разрядники и КМС на 26,35 и 21,62% соответственно.

Проведенный анализ показателей темпа гребковых движений также показал существенный их разброс между спортсменами различной квалификации при проплывании данной дистанции. Наблюдается волнообразная динамика изменения показателей темпа (рис. 3). Наиболее явные отличия заметны в начале дистанции на участке от «выныривания» на поверхность воды до отметки 15 метров и на последнем финишном участке «95 – 100 метров». При этом у пловцов II разряда отмечаются наибольшие колебания показателей частоты гребков на дистанции.

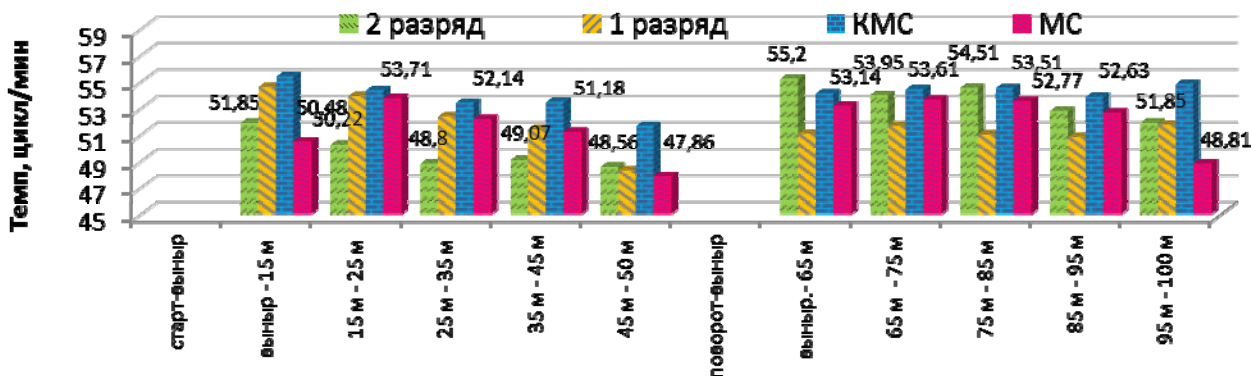


Рис. 3. Динамика темпа гребковых движений спортсменов различной квалификации при проплывании дистанции 100 м способом баттерфляй

Проведенный анализ динамики показателей «шага» цикла гребковых движений показал явно выраженные изменения данного параметра среди спортсменов, который неуклонно снижается к концу дистанции (рис. 4). У высококвалифицированных пловцов (МС) зарегистрированы наиболее высокие и стабильные значения длины «шага», а наименьшие, с заметными колебаниями, у спортсменов II разряда. Следовательно, увеличение величин длины «шага» до оптимальных значений, особенно во второй половине дистанции, может явиться резервом повышения спортивных результатов юных пловцов.

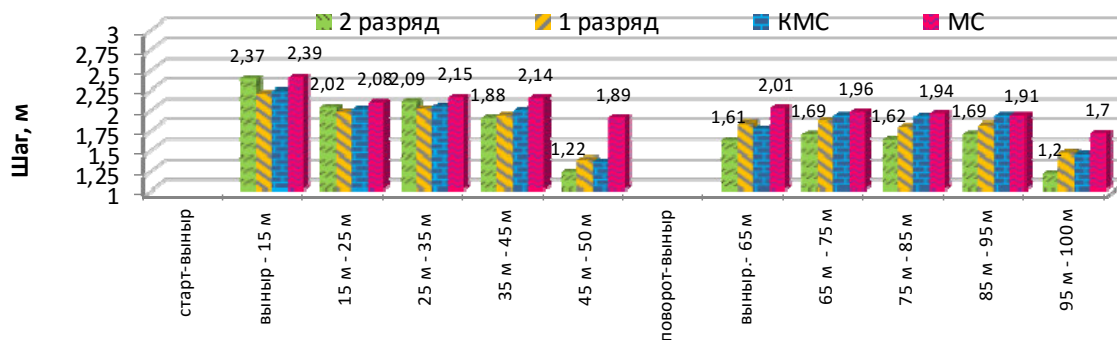


Рис. 4. Динамика длины «шага» спортсменов различной квалификации при проплывании дистанции 100 м способом баттерфляй

**Выводы:**

1. Проведенный анализ позволил выявить существенные отличия показателей скорости плавания у спортсменов различной квалификации в основном на ациклических участках 100-метровой дистанции. Таким образом, для повышения спортивного мастерства юным пловцам в процессе тренировочных занятий следует особое внимание уделять совершенствованию скорости преодоления подводных участков дистанции (отработке техники выполнения стартов и поворотов, повышению эффективности подплывания к поворотному щиту и отработке более мощного и удлиненного «выхода»).

2. Для достижения высокой скорости плавания необходимо добиваться оптимального соотношения темпа и «шага» гребковых движений на разных отрезках дистанции. При этом уделять внимание различным упражнениям, способствующим улучшению, как самой техники, так и развитию чувства воды, времени, темпа, ритма, длины гребка.

**Перспективы дальнейших исследований** связаны с изучением динамики технико-тактических показателей спортсменов различной квалификации, выступающих на других соревновательных дистанциях.

**Список использованной литературы:**

1. Клешнев В. В. Метод анализа соотношения скорости, темпа и шага при выполнении локомоций в водной среде / В. В. Клешнев ; [под общ. ред. А. В. Петряева] // Плавание. – СПб. : «Плавин», 2005. – Т. 3. – С. 74–78.
2. Петряев А. В. Сравнительный анализ соревновательной деятельности лидеров мирового плавания (дистанция 200 м баттерфляй, мужчины) / А. В. Петряев ; [под общ. ред. А. В. Петряева] // Плавание. – СПб. : «Плавин», 2007. – Т. 4. – С. 55–58.

3. Плавание / [под ред. В. Н. Платонова]. – К. : Олимпийская литература, 2000. – 496 с.

4. Політько О. В. Динаміка показників техніко-тактичної майстерності у кваліфікованих спортсменів-плавців під час пропливання змагальної дистанції 100 метрів / О. В. Політько, О. О. Пилипко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка. Серія: пед. науки, фізичне виховання та спорт: зб. у 2-х т. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 55. –Т. 1. – С. 325–327.

<sup>1</sup>**РЕМЗИ І.В.**, к. пед. н, доцент  
<sup>2</sup>**БРІЛЛІАНТОВ А. О.**, студент

*Харківська гуманітарно-педагогічна академія*

## **ОЦІНКА ІНДИВІДУАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ПЛАВЦІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛІЗАЦІЙ**

**Анотація.** Розглянуті питання, пов'язані з оцінкою індивідуальних можливостей плавців та орієнтацією їх підготовки до виступів на дистанціях різної довжини.

**Ключові слова:** індивідуальні можливості, плавці різних спеціалізацій.

**Вступ.** Актуальність проблеми оцінки індивідуальних можливостей плавців та орієнтації їх підготовки до виступів на дистанціях різної довжини визначається високим рівнем спортивних досягнень та вимог, що постають перед лідерами великого спорту. Обдаровані, талановиті спортсмени зустрічаються дуже рідко, тому їх пошук вимагає організованого, науково обґрунтованого підходу. Цей напрям одержав досить детальне обґрунтування як у загальнотеоретичних роботах, так і у багаточисленних дослідженнях, що проводились на матеріалі різних видів спорту, зокрема, спортивного плавання.

Особливо гостро питання оцінки індивідуальних можливостей та орієнтації стоять на етапі спеціалізованої базової підготовки з метою формування потенціального найближчого резерву для національних збірних команд та визначення перспективних можливостей плавців до досягнення високих спортивних результатів [2, 3].

Аналіз спеціальної літератури показав, що одержати об'єктивну інформацію про індивідуальні можливості плавців можна лише на основі комплексних досліджень, бо окремо розглянуті педагогічні, фізіологічні та інші показники не є достатніми для проведення ефективної оцінки [1, 4]. Однак, на практиці спроби комплексного підходу до оцінки індивідуальних можливостей плавців досить рідкі. Окрім того, наявні методики не передбачають одержання єдиного критерію, а базуються на оцінці окремих показників, інформативність та надійність яких з метою оцінки індивідуальних можливостей не завжди обґрунтовуються [5].

**Мета** нашого дослідження полягала в розробці критеріїв діагностики індивідуальної схильності спортсменів до різноманітних змагальних дистанцій.