



ПОЛИТЕХ

Институт физической культуры,
спорта и туризма



ПОЛИТЕХ

Санкт-Петербургский
политехнический университет
Петра Великого



ПОЛИТЕХ-ПРЕСС



Российский
Студенческий
Спортивный
Союз



СТУДЕНЧЕСКИЙ ГОЛЬФ РОССИИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Материалы Всероссийской
научно-практической конференции

Санкт-Петербург

20 ноября 2020 года



АССОЦИАЦИЯ ГОЛЬФА РОССИИ

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ПЕТРА ВЕЛИКОГО
РОССИЙСКИЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТИВНЫЙ СОЮЗ
АССОЦИАЦИЯ ГОЛЬФА РОССИИ
ФЕДЕРАЦИЯ ГОЛЬФА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

СТУДЕНЧЕСКИЙ ГОЛЬФ РОССИИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Материалы Всероссийской
научно-практической конференции

Санкт-Петербург

20 ноября 2020 года



ПОЛИТЕХ-ПРЕСС

Санкт-Петербургский
политехнический университет
Петра Великого

Санкт-Петербург

2020

УДК 378:614:796
С88

Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы : материалы Всерос. науч.-практ. конф., Санкт-Петербург, 20 ноября 2020 г. / под ред. В. Г. Чебина. – СПб. : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2020. – 61 с.

Материалы III Всероссийской научно-практической конференции «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы» включают статьи по следующим направлениям: подготовка кадров по гольфу в сфере физической культуры и спорта, студенческий гольф в высших учебных заведениях, теоретико-методические аспекты подготовки спортсменов-гольфистов, учебная, тренировочная, соревновательная деятельность игроков с ограниченными физическими возможностями и судейская практика.

Предназначены для специалистов в сфере физической культуры и спорта, профессорско-преподавательского состава, аспирантов, магистратов, студентов высших и средних учебных заведений, работников физкультурных и спортивных учреждений, научных работников, тренеров-преподавателей, административно-управленческого персонала министерств, управлений, комитетов, клубов по физической культуре, спорту и туризму.

Редакционная коллегия:

В. Г. Чебин (глав. ред.), *В. П. Сущенко* (науч. ред.),
А. Н. Корольков (науч. ред.), *Ш. А. Керимов* (отв. ред.)

ISBN 978-5-7422-7089-8

© Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, 2020

ПУТИ РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО ГОЛЬФА В РОССИИ



Началом развития массового студенческого гольфа в Российской Федерации является 2015 год.

В этом году, впервые в истории современной России, в Сибирском федеральном университете (Красноярск), была введена в учебный план спортивная специализация «гольф»

За прошедшие, с тех пор, пять лет определились основные формы организации занятий гольфом в российских университетах, в том числе:

– в учебной деятельности в виде спортивной специализации «гольф»;

– во внеучебной деятельности в виде спортивной секции гольфа.

По состоянию на 1 сентября 2020 года спортивная специализация «гольф» работает в Сибирском федеральном университете.

Спортивные секции гольфа работают в Дальневосточном федеральном университете, Иркутском государственном университете путей сообщения, Ленинградском областном университете им. А.С. Пушкина, Санкт-Петербургском государственном университете, МГИМО.

Очень мощное плановое развитие студенческого гольфа идёт в Высшей школе менеджмента «Михайловская дача», г. Санкт-Петербург, где под руководством И.А. Веретенина три года назад была создана спортивная секция гольфа, организованы тренировочные занятия студентов. Через год был проведён первый Чемпионат Санкт-Петербургского государственного университета по гольфу и была сформирована сборная команда университета, которая в 2020 году приняла участие во всех официальных всероссийских соревнованиях Российского студенческого спортивного союза по гольфу.

В настоящее время, также в Санкт-Петербурге, по инициативе директора Института физической культуры, спорта и туризма В. П. Суценко идёт активное развитие инфраструктуры для занятий гольфом и, одновременно, организация секции гольфа в Санкт-Петербургском политехническом университете Петра Великого.

Побудительными причинами появления в жизни университетов условий для занятий гольфом являются:

а) совместная инициатива региональной федерации гольфа и кафедры/института физического воспитания и спорта;

б) инициатива энтузиастов развития студенческого гольфа, знающих потребности учащейся молодёжи и умеющих облечь их в жизнеспособные организационные формы.

Системный анализ прошедших пяти Чемпионатов Российского студенческого спортивного союза по гольфу среди студентов показывает, что за появлением в итоговом протоколе Чемпионата новой сборной команды студентов, играющих в гольф, всегда стоит начало активной работы университета и федерации.

В то же время есть несколько примеров, имеющих обратную тенденцию.

Регулярное проведение Чемпионатов РССС по гольфу среди студентов является побудительным мотивом для формирования студенческой команды, а также появления

студентов, заявляющихся на Чемпионат в единственном числе от высшего учебного заведения и, затем, как следствие, активизации деятельности региональной федерации гольфа в области студенческого гольфа.

Так, в 2020 году была сформирована и приняла участие в Чемпионате РССС по гольфу сборная команда Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова, не имеющего на сегодня спортивной секции гольфа.

В свою очередь от Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, школы-студии Московского художественного академического театра имени М. Горького, Российского экономического университета имени Г.В. Плеханова и Московского педагогического государственного университета было заявлено по одному участнику и этот факт позволяет выразить надежду, что в будущем эти вузы сформируют полноценные сборные команды университетов.

Для этого у студенческого гольфа есть все условия, включая нормативную базу, во многом приведённую в соответствие с современными реалиями, приказами № 981 Министерства спорта РФ и Министерства высшего образования РФ № 1321 от 27.11.2019 года об утверждении межотраслевой программы развития студенческого спорта.

Исходя из этого, можно смело утверждать, что у российских университетов есть все условия для планомерной, эффективной и созидательной работы по внедрению в ежедневную жизнь учащейся молодёжи гольфа, как вида спорта, гольфа как формы досуга и как одного из видов учебной деятельности.

В то же время следует отметить, что в некоторых вузах появилась тенденция заменить ежедневную, кропотливую работу по физическому воспитанию студентов при помощи гольфа, регламентированную нормативными документами, на «выставочные» мероприятия, проводимые один раз в год, с приглашением известных людей из «медийного» поля и руководства вуза.

Хотя мы знаем, что только систематические занятия, включённые в учебный план и внеучебную деятельность, только активная вовлечённость студентов в тренировочный процесс на протяжении всего календарного года являются ключом к успеху и развитию.

Особенности 2020 года, связанные с COVID-19, вынудившие два раза переносить сроки проведения и один раз перенести место проведения V Чемпионата РССС по гольфу среди студентов, оставили за бортом всероссийских соревнований три вуза:

- Иркутский государственный университет путей сообщения;
- Финансовую Академию при Президенте Российской Федерации;
- Дальневосточный федеральный университет.

На проведение тендерных процедур для финансирования участия сборных команд указанных вузов просто не хватило календарного времени.

Отмечая в целом, прошедший игровой сезон, следует отметить, что организация и проведение V Чемпионата РССС по гольфу среди студентов 2020 года заслужила оценку «отлично» от Ассоциации гольфа России и Российского студенческого спортивного союза.

Было отмечено увеличение числа вузов-участников Чемпионата, возросшее спортивное мастерство и возросшее число участников (по числу участников Чемпионат превзошёл всероссийские соревнования «Любители гольфа» в Казани),

участие спонсоров, обеспечивших бесплатные обеды для участников-студентов и отличные игровые кондиции домашнего поля - поля гольф-клуба «Петергоф», со скоростью гринов 11,5.

Также на «отлично» была отмечена церемония награждения победителей и призёров Чемпионата с новациями виде церемониального торта и «живым» концертом популярного композитора и певца О. Попкова.

Одной из важнейших задач студенческого гольфа России является формирование турнирной сетки, охватывающей весь игровой сезон.

Следуя этой тенденции, в 2020 году был включён в Единый календарный план РССС Кубок университетов России по гольфу, состоявшийся 16-20 сентября 2020 года в гольф-клубе «Петергоф».

В 2021 года предполагается появление в турнирной сетке студенческого игрового сезона командного Чемпионата РССС по гольфу, а также зимнего сезона студенческого гольфа (пока в тестовом режиме) с использованием онлайн-технологий и гольф-симуляторов.

Давайте прямо скажем, что основные тенденции и закономерности развития студенческого гольфа страны, новые инициативы, расширяющие географию распространения молодёжного гольфа, позволяют выразить уверенность, что у студенческого гольфа в России впереди широкая и светлая дорога.

Чебин Валерий Георгиевич
Член исполкома Ассоциации гольфа России,
Председатель комиссии по развитию студенческого гольфа,
учредитель конференции

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО ПРЕДСЕДАТЕЛЯ КОМИТЕТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА УЧАСТНИКАМ III ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «СТУДЕНЧЕСКИЙ ГОЛЬФ РОССИИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ»



От имени Комитета по физической культуре и спорту рад приветствовать участников III Всероссийской научно-практической конференции «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы»!

Политехнический университет является активным сторонником и пропагандистом здорового образа жизни, позитивно влияет на развитие в Северной столице студенческого спорта. Команда Политехнического университета успешно принимает участие в чемпионатах среди образовательных организаций высшего образования Санкт-Петербурга, что наглядно подтверждает высокую степень спортивной подготовки студентов, а также уровень квалификации преподавательского состава. В свою очередь, Политехнический университет является одним из лидеров молодежного движения в Петербурге.

В Петербурге активно развивается студенческий спорт, о чем говорят достойные результаты наших земляков на недавно завершившихся в г. Екатеринбург финальных соревнованиях VII Всероссийской летней Универсиады 2020 года. Сборная команда Северной столицы вошла в квартет сильнейших регионов России. И нельзя не отметить, что студенты Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого внесли свой вклад в общекомандный результат.

Хотелось бы подчеркнуть, что в последнее время в нашем городе быстро развивается инфраструктура для гольфа. В Санкт-Петербурге открываются новые гольф-поля, появляется большое количество игроков-любителей и проводятся общегородские соревнования по гольфу среди студентов.

Гольф стал олимпийской дисциплиной, а именно был включен в программу Олимпийских игр 2016 г. в г. Рио-де-Жанейро. Данное обстоятельство выявило новые, более серьезные, требования к уровню спортивного мастерства гольфистов-студентов и к квалификации гольф-специалистов, которые тренируют профессиональных спортсменов, но вместе с тем участвуют в соревновательном процессе.

Важно, что участники III Всероссийской научно-практической конференции «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы» смогут обменяться опытом и обсудить ключевые вопросы. Уверен, что данная конференция, проводимая Институтом физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, станет полезным мероприятием по изучению перспектив гольфа в Российской Федерации, но также пройдет в атмосфере открытой дискуссии и качественного обмена точками зрения среди ученых и специалистов.

**Шантырь Антон Игоревич,
председатель
Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга**

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|---|
| Чебин В.Г. Пути развития студенческого гольфа в России..... | 3 |
| Шантырь А.И. Приветственное слово председателя комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга участникам III Всероссийской научно-практической конференции «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы»..... | 6 |

НАУЧНЫЕ ПУБЛИКАЦИИ

| | |
|---|----|
| Андреева Д.А., Андреев А.В. Система студенческих соревнований по гольфу в США..... | 9 |
| Карасева Е.И. Воспитание скоростно-силовых качеств у гольфисток высокой квалификации..... | 13 |
| Корольков А.Н., Дудник Е.М., Андреев А.В. Призовые в гольфе как критерий эффективности технико-тактических действий..... | 16 |
| Корольков А.Н., Анисимов В.Б. Структура физической подготовленности юношей студентов, занимающихся гольфом..... | 21 |
| Корольков А.Н., Жеребко Д.С., Минина М.М. Массовость как фактор развития российского гольфа..... | 26 |
| Кулькова И.В., Лангуева О.В. Развитие координационных способностей близоруких младших школьников средствами гольфа..... | 29 |
| Лангуева О.В. Перенос двигательного навыка младших школьников в чиппинге в реальные игровые условия с использованием компьютерных игр..... | 33 |
| Локтев Д.К. Варианты дидактики свинга..... | 37 |
| Лысов Е.А. Импринтинг как феномен формирования стиля игры в мини-гольфе..... | 39 |
| Романова Е.В., Журавлев А.Д., Волков А.М. Гольф, как адаптивный вид спорта для лиц с ограниченными возможностями..... | 43 |
| Спицын С.А., Нортенко Л.В. Судейство: проблемы и решения... .. | 47 |
| Спицын С.А., Нортенко Я.О. Школьный гольф – амбассадор студенческого гольфа..... | 49 |
| Стрижак А.А. Двигательная вариативность полного свинга в свете современной концепции технической подготовки гольфистов..... | 51 |
| Яковлева Н.Б. Особенности техники выполнения патта..... | 56 |

МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ

Обращение участников III Всероссийской научно-практической конференции «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы» в Совет ректоров вузов Санкт-Петербурга и Ленинградской области..... 59

Проект резолюции III Всероссийской научно-практической конференции «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы» 60

СИСТЕМА СТУДЕНЧЕСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГОЛЬФУ В США

Д.А. Андреева¹, А.В. Андреев²

¹ Московский государственный университет

² Московский государственный институт международных отношений (Университет)
mgimo2014@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются особенности организации занятиями гольфом и проведения соревнований в США. Проводится сравнительный анализ менеджмента различными видами студенческого спорта. Обсуждаются вопросы взаимосвязи студенческого и профессионального спорта.

Ключевые слова: гандикап, мастерство, менеджмент, студенческая лига, профессиональный спорт.

ВВЕДЕНИЕ

В США гольф-клуб – традиционно популярное место отдыха не только среди миллионеров и политиков высшего ранга, но и для большинства американцев. Эта престижная и статусная игра в почете уже полтора столетия. В нее играют любители, профессионалы, бизнесмены, чиновники, мужчины, женщины, молодые и пожилые люди [2, 3].

Гольф является неотъемлемым элементом жизни многих американцев. В его тонкостях разбираются не только любители, но и те, кто и вовсе не играет. Такую популярность игры можно объяснить тем, что исторически сложилось так, что в американцах силен дух предпринимательства и в гольф-клубах часто решается судьба деловых встреч и выгодных сделок. Поэтому американцы ценят этот изысканный вид спорта и разбираются в его правилах [5, 8].

Так же, как показывают исследования [7], этот вид активности очень полезен для поддержания отличной физической формы, а забота о здоровье является еще одной отличительной чертой американской нации.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Число полей для гольфа в США в настоящее время сегодня превышает 16 тысяч. Кроме этого гольф структура представлена многочисленными гольф-симуляторами и многоэтажными рейнджами [4,6].

Основными факторами популярности гольфа в США являются [1,7]:

- Исторически сложившаяся традиция;
- Благоприятный климат;
- Высокий уровень финансовой состоятельности общества;
- Прибыльность инвестиций в этот вид спорта;
- Доступность гольф полей и тренировочных площадок.

Руководящим органом системы студенческих и любительских соревнований по гольфу в США является Ассоциация гольфа Соединенных Штатов (USGA).

USGA совместно с R&A (Королевский гольф-клуб Сент-Эндрюс) разрабатывает и разъясняет правила игры в гольф. USGA также обеспечивает национальную систему гандикапа для игроков в гольф, организует проведение четырнадцати национальных чемпионатов, а также тестирует оборудование для гольфа на соответствие правилам.

В 2020-м году была осуществлена реформа Всемирной системы гандикапов (BCG), которая наиболее точно отражает уровень игрока после каждого раунда в зависимости от того поля на котором он играет.

Несколько десятилетий в гольфе действует единая для всего мира система правил и требований, предъявляемых к снаряжению гольфиста и любительскому статусу. До 2020 года в мире действовали порядка шести различных систем гандикапов: системы Ассоциации

гольфа США (USGA), в Европе – система EGA, на британских островах и в Ирландии – система CONGU, свои оригинальные системы гандикапов имели такие страны, как ЮАР, Австралия и Аргентина.

Разработчики нынешних Правил гольфа – USGA в США и организация R&A в Шотландии – с 2012 года предпринимали попытки создать новую универсальную систему, которая заменила бы прежние системы и применялась бы всеми странами, где играют в гольф. Так и появилась Всемирная система гандикапов (World Handicap System).

Сегодня USGA управляет четырнадцатью отдельными национальными чемпионатами, десять из которых специально предназначены для любителей.

Во многих колледжах и университетах есть свои спортивные команды, среди которых регулярно проводятся соревнования по разным видам спорта, в частности таким видом спорта, является гольф. Однако малоизвестным является тот факт, что студенты в Америке не получают никаких денег за выступления за университет и несмотря на то, что студенческий спорт в США на очень высоком уровне, он все же считается любительским.

При этом студентам, которые выступают за команду университета или колледжа предоставляется возможность обучаться на безвозмездной основе, они обеспечиваются бесплатным жильем и питанием в обмен за участие в междууниверситетских спортивных соревнованиях.

Студенты-спортсмены приписаны к командам университетов, официально зарегистрированных в студенческой спортивной ассоциации. Часть американских студентов занимаются гольфом, являясь членами не аффилированных клубов.

Масштабность университетского спорта в США колоссальна. Популярность и достижения в некоторых видах спорта сравнимы с популярностью и уровнем достижений в профессиональном спорте, а национальные студенческие чемпионаты сравнимы по зрелищности с Чемпионатами мира.

Студенческий спорт в США – это крупный бизнес с ежегодным оборотом в более чем миллиард долларов.

Наиболее выдающиеся спортсмены – студенты получают приглашение в профессиональный спорт. Именно студенческий спорт является «кузницей кадров» для национальных сборных и профессиональных лиг.

Крупнейшей (но не единственной) студенческой спортивной ассоциацией в Соединенных Штатах Америки является Национальная ассоциация студенческого спорта (National Collegiate Athletic Association, NCAA). NCAA является некоммерческой организацией и ее задачей является не извлечение прибыли, а поддержка спортивных программ в университетах и колледжах, организация соревнований и решение многих других задач, помогающих заниматься спортом более чем четыреста тысячам студентов.

Национальная ассоциация студенческого спорта административно делится на три дивизиона. В первый из них включены более трехсот учебных заведений (более шести тысяч команд и ста семидесяти тысяч студентов-спортсменов), которые располагают развитой спортивной инфраструктурой, могут предложить своим студентам более крупные «спортивные» стипендии, и, как следствие, представители которых добиваются на соревнованиях высоких результатов.

Во втором (триста пятьдесят участников) и третьем (более четырехсот участников) дивизионах требования к членству несколько ниже, в частности обязательна поддержка не менее чем по пяти видам спорта и для юношей, и для девушек, в том числе не менее двух командных; не так высоки требования к наличию спортивных сооружений; «спортивные» стипендии могут лишь частично покрывать стоимость обучения (или даже вообще отсутствовать). Всего NCAA проводит около девятиста национальных чемпионатов по разным видам спорта (мужских и женских, отдельно по всем трем дивизионам).

Что касается требований, в первом и втором дивизионах NCAA устанавливает академические стандарты начального отбора, которые учитывают средний балл,

стандартизированные результаты тестов, основные курсы, пройденные в средней школе, и оценки, полученные на этих основных курсах. Школы III дивизиона содержат студентов-спортсменов в соответствии с теми же общими стандартами для учебного заведения, в которое они поступают.

Студенческие чемпионаты по гольфу ассоциация проводит в соответствии с правилами, разработанными Ассоциацией гольфа Соединенных Штатов (USGA).

Кроме собственно спортивных наград победителям тех или иных соревнований, ассоциация присуждает также специальные стипендии и премии спортсменам с высокими результатами в учебе; проявившим высокие моральные качества; послуживших вдохновляющим примером и престиж университета.

Ассоциация проводит соревнования по двадцати четырем видам спорта. В частности, в сфере ее ведения находится крайне популярный в США гольф.

Одним из престижных турниров, в рамках которого проводятся состязания по гольфу является турнир Western Intercollegiate, он проводится Национальной ассоциацией студенческого спорта США.

2020 Western Intercollegiate представлен компанией Topgolf (со штаб-квартирой в Далласе, штат Техас), которая подбирала состав участников турнира по спортивному принципу сильнейших студенческих гольф-команд. Таких университетов как: Аризонский университет, Университет Бригама Янга, Калифорнийский университет, Калифорнийский университет-Ирвин, Университет Штата Колорадо, Гавайский университет, Орегонский университет, Университет Пеппердайн, Государственный Университет Сан-Диего, Государственный Университет Сан-Хосе, Университет Южной Калифорнии, Стэнфордский Университет, Техасский университет, Техасский университет-Эль-Пасо и Университет штата Вашингтон.

Турниры обычно бывают двух-трехдневными плюс один день отводится на тренировку. Все команды обычно играют по 18 лунок в день. В каждой команде по 5 игроков, но учитываются только 4 лучших результата. После четырех раундов восемь лучших команд из пяти игроков разбиваются для участия в матчевой встрече один на один. Команда-победитель определяется по общему счету турнира по всем квалификационным игрокам и дням. Индивидуальный чемпион определяется по лучшему результату.

Дистанция определяется в зависимости от погоды и сложности поля:

Мужчины ~ 6000-7000 ярдов (от 5400 м – 6400 м)

Женщины ~ 5200 – 6200 ярдов (от 4700 м – 5700 м)

Формат турниров студенческих соревнований как правило играют в формате стейблфорд или матч-плей.

Даббл боги — это максимум, который любой игрок может сыграть на лунке. Как только игрок достигает даббл боги, этот игрок должен поднять мяч, записать в карточке 0 очков и перейти на следующую лунку.

В США проводятся два любительских чемпионата для игроков младше 18 лет – школьников и студентов колледжей:

«Юниоры США» – возраст – до 18 лет, индекс гандикапа 6,4 или меньше (установлен в 1948 г.);

«Юниорки США» – до 18 лет, девушки с индексом гандикапа 18,4 или меньше (установлен в 1949 г.).

Семнадцатилетние гольфисты со всего мира, окончившие школу и имеющие значение гандикапа менее 4-х стремятся попасть в команду одного из университетов США для дальнейшего совершенствования своей игры. За более чем тридцатилетнюю историю развития гольфа в России многие наши спортсмены уезжали учиться и играть в различные американские университеты и гольф академии, среди них: Анастасия Костина, Александр Стрункин, Ротмистровы Ульяна и Галина, Анохина Софья, Артем Яловенко, Стефания Иванова, Вера Маркевич, Анна Мелешкина и многие другие, и, конечно, Мария Верченева.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, в настоящее время игра в гольф – это особая система, сообщество со своими вкусами, привычками, образом жизни и философией. Неповторимое очарование этой игры складывается из неоспоримых достоинств игроков: силы, ловкости, терпения, ума, умения расслабиться и сконцентрироваться на главном. Это и характеризует стиль жизни победителей.

По данным портала STATISTA.COM в 2019 году в США играет в гольф более 24 миллионов человек. Более 223000 студентов играет в гольф среди них: 143.200 – это юноши и 79.821 девушки. В официальных турнирах по гольфу 2019/2020 года NCAA (североамериканская спортивная студенческая ассоциация) принимает участие 8.485 студентов и 5436 студенток. Это почти 1% от общего числа гольфистов в США, а много это или мало судить Вам.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Корольков, А.Н. Факторы, определяющие положение игроков в гольф в мировом рейтинге / А.Н. Корольков, Д.С. Жеребко // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 2. – С.53-55.
2. Корольков, А.Н. История гольфа / А. Н. Корольков, Г. Н. Германов // Воронеж: ВАТ, 2018. – 123 с. ISBN 978-5-6040757-2-2
3. Макгимпси, К. Гольф: раритеты и реликвии. История гольфа в восемнадцати лунках / К. Макгимпси, Д. Нич. [пер. с англ. М. Гребнева]; под общ. ред. А. Николова. – М.: ИД «Анатолия», 2006. – 176 с.
4. Adams, R. L.A. Evolution of American golf facilities / R. L. A. Adams, J. F. Rooney// Geographical Review, 1985 75(4), с. 419-438. <https://doi.org/10.2307/214410>
5. Club Management Association of America. (2020). Play golf America. [Элек.ресурс] Режим доступа: <https://www.cmaa.org/template.aspx?id=178>
6. Smolianov, P. Comparing the Practices of US Golf against a Global Model for Integrated Development of Mass and High-Performance Sport / P. Smolianov, J. N. Morrissette, B. D. Ridpath, C. Boucher, S. Dion, C. Schoen, N. Stone, C. O'Connor, K.B. Miles, // International Journal of Golf Science. – Электрон. журн. – 2020. – Режим доступа: <https://www.golfsciencejournal.org/article/13316-comparing-the-practices-of-us-golf-against-a-global-model-for-integrated-development-of-mass-and-high-performance-sport>
7. Murray, A.D. The relationships between golf and health: a scoping review / A.D. Murray, L. Daines, D. Archibald, R. A. Hawkes, C. Schiphorst, P. Kelly, L. Grant, N. Mutrie // Review. Sports Med., 2017; 51: pp.12–19. doi:10.1136/bjsports-2016-096625
8. Ridpath, B. Alternative Models of Sport Development in America: Solutions to a Crisis in Education and Public Health / B. Ridpath // Paperback. Ohio University Press; 1st edition (January 16, 2018). 2018. - 248 p.

ВОСПИТАНИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У ГОЛЬФИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Е.И. Карасева

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)

Аннотация. Рассматривается традиционный метод развития скоростно-силовых качеств, применяемый в легкой и тяжелой атлетике, и предлагаемый некоторыми авторами новый метод развития силы и быстроты без использования предельных и около предельных весов в подготовительном мезоцикле. Приведены результаты проведенного эксперимента. Установлена эффективность традиционной методики. Приводятся сведения о содержании тренировочных занятий гольфисток высокой квалификации в годичном цикле тренировки.

Ключевые слова: общая и специальная физическая подготовка, периодизация тренировки, предсоревновательный мезоцикл, скорость головки клюшки, физические качества.

ВВЕДЕНИЕ

Гольф относится к тем видам спорта, результат в которых зависит от огромного количества различных факторов. Одним из решающих моментов, определяющих результат, является хорошая общая физическая подготовленность игрока и ее важнейшая часть - скоростно-силовая подготовка.

В настоящее время имеется тенденция усложнения гольф полей, увеличивается их длина и сложность. Все больше обостряется конкуренция на международной спортивной арене. Для того, чтобы достойно конкурировать на современных полях, игрок должен обладать длинным и точным ударом, что во многом зависит от способности спортсмена развивать максимальную скорость головки клюшки в момент ее касания с мячом.

Современный гольфист должен демонстрировать отменные скоростно-силовые качества. Именно поэтому гольфисты высокой квалификации значительное количество времени уделяют работе над развитием этого аспекта на протяжении всего тренировочного периода. В спортивной практике гольфа можно выделить два подхода к развитию скоростно-силовых качеств спортсмена в макроцикле.

Первый подход выстраивается по традиционной схеме развития силовых способностей в видах спорта, где одним из основных качеств, определяющих результат, является скоростно-силовая подготовка (легкая атлетика, тяжелая атлетика). Несколько начальных мезоциклов служат для создания качественной всесторонней базы, где используются упражнения для укрепления основных мышечных групп и применяются упражнения с умеренными нагрузками и количеством повторений (обычно нагрузка выполняется в 3-4 серии по 12-15 повторений в каждой серии). Затем следует мезоцикл с направленностью к достижению максимальных силовых возможностей участвующих в движении мышечных групп (для этого используют отягощения с максимальными и около максимальными весами и малым количеством повторений), и только на завершающем этапе подготовки, т.е. непосредственно в предсоревновательном и соревновательном мезоциклах, преимущественно используются упражнения, направленные на развитие взрывного усилия [2, 3, 5].

Однако, некоторые специалисты считают, что данная схема не эффективна для гольфистов, потому что изначально была создана для спортсменов, которым приходится преодолевать достаточно большое сопротивление (например, легкоатлетические метания, где вес снаряда достигает значительных величин. От 600-800 гр. в метании копья, до более чем 7 кг. снарядов в толкании ядра и метании молота). У гольфистов же вес головки клюшки не превышает 200 граммов. Отсюда, делается вывод, что в видах спорта, где не требуется преодоление большого веса, не целесообразно придерживаться традиционной схемы и

достаточно лишь в течение первого мезоцикла (1,5 месяца) заниматься базовой силовой подготовкой, а на протяжении оставшейся части макроцикла использовать лишь незначительно превышающие вес головки клюшки отягощения, выполняя упражнения в приближенном к максимальной и около максимальной скорости выполнения движений [1, 4].

Осуществить сравнение эффективности развития скоростно-силовых качеств гольфисток высокой квалификации с использованием двух различных методик.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Для решения этой задачи был проведен эксперимент, в котором приняли участие 24 гольфистки в возрасте 16-18 лет (9 - КМС, 15 - I разряд), разделенные на контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ) группы по 12 спортсменок в каждой. На протяжении всего исследования, спортсменки тренировались на базе Московской Школы Гольфа.

Исходное состояние скоростно-силовых способностей участниц КГ и ЭГ по результатам проведенного тестирования не имело статистически значимых различий.

Обе группы проделывали одинаковый объем тренировочной работы, с равным соотношением выполнения основной соревновательной деятельности и развития физических качеств. Более того, в течение первого мезоцикла (1,5 месяца) обе группы работали по одинаковой программе, совершенствуя всестороннюю базовую силовую подготовку (упражнения выполнялись по 3-4 серии, с отдыхом по несколько минут между ними, по 12-15 раз в подходе). Однако затем, КГ продолжила работать над силовой подготовкой и приступила к развитию максимальной силы (выполнение упражнений по 2-3 серии, по 3-5 раз в подходе, с отдыхом между сериями по 8 минут), увеличивая дополнительные веса. А группа ЭГ выполняла упражнения с незначительными весами и преобладанием выполнения специфических упражнений гольфиста с максимальными и около максимальными скоростями. После 4 месяцев подготовки было проведено повторное тестирование.

Следующие 4 месяца, контрольная группа, после завершения мезоцикла, направленного на развитие максимальных силовых способностей, работала над развитием «быстрой силы». Экспериментальная группа продолжала выполнять упражнения с незначительными отягощениями и максимальными и около максимальными скоростями. После чего также проводилось контрольное испытание.

Для контроля за изменением скоростно-силовых качеств применялись следующие тесты:

1. Метание мяча 1 кг из-за головы из положения: сидя ноги врозь (лучшая из 3 попыток);
2. Прыжок в длину с места (лучший из 3 попыток);
3. 10 контрольных ударов драйвером, регистрируемых прибором Trackman.

Trackman- прибор, отслеживающий траекторию удара от 6 до 400 ярдов. Более того, этот прибор отображает 26 параметров удара и полета мяча в режиме реального времени. Это такие параметры как скорость головки клюшки, скорость мяча, скорость вращения мяча, угол атаки, траектория клюшки и т.д. В нашем исследовании фиксировались скорость головки клюшки и дальность удара.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выявлена эффективная методика развития скоростно-силовых качеств для гольфисток высокой квалификации. В начале эксперимента обе группы, в которых было по 12 высококвалифицированных спортсменок, были статистически однородны. После окончания исследования были зафиксированы статистические сдвиги (при $\alpha < 0,05$) в показателях скоростно-силовой подготовленности гольфисток высокой квалификации в обеих группах. Установлен следующий прирост показателей. В КГ тест «Прыжок в длину с места» - 10,7%, «Метание мяча из-за головы из положения сидя ноги врозь» - 14,7%, «Скорость головки клюшки» - 8%. ЭГ: «Прыжок в длину с места» - 6,2%, «Метание мяча из-за головы из положения сидя ноги врозь» - 9,4%, «Скорость головки клюшки» - 4,7%

Таким образом, установлено, что для гольфисток высокой квалификации наиболее эффективен традиционный метод развития скоростно-силовых качеств, применяемый в

легкой и тяжелой атлетике. Именно этот подход дает наибольший прогресс в развитии скорости головки клюшки и, как следствие, дальности удара.

Применение в подготовительном мезоцикле собственно-силовой подготовки, без акцента на развитие взрывных качеств, не приносит желаемого результата и ведет к замедлению прогресса результатов. Более того, как показал эксперимент, показатели развития скорости головки клюшки могут незначительно ухудшиться.

Применение скоростной подготовки, без значительного увеличения объема силовой подготовки, способствует поддержанию скоростно-силовых качеств спортсменов.

Поддерживать скоростно-силовые качества легче, используя упражнения без значительного отягощения, с акцентом на скорость. По этой причине такие упражнения рекомендуется применять в течение соревновательного периода.

В результате проведенного эксперимента выработаны следующие практические рекомендации по планированию применения средств скоростно-силовой подготовки в макроцикле:

Несмотря на незначительное внешнее отягощение при игре, гольфистам необходимо в подготовительный период макроцикла включать мезоцикл с акцентом на развитие максимальных силовых качеств с предельными и околопредельными весами;

Для поддержания высокого уровня скоростно-силовых качеств необходимо использовать упражнения с акцентом на скорость в предсоревновательном и соревновательном мезоциклах.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. М.: Советский спорт, 2014- 352 с.
2. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена»:основы теории и методики воспитания: учебное пособие/ В.М. Зациорский. М.: Спорт, 2019- 200 с.
3. Корольков, А.Н. Физическая подготовка в гольфе: монография /А.Н. Корольков. LAP Lambert, Saarbrücken, Germany. 2013, - 167 с. - ISBN 978-3-659-37503-3.
4. Корольков, А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф : монография / А.Н. Корольков, В.В. Верченев. Воронеж, Научная книга, 2014. — 403 с. ISBN 978-5-4446-0430-4.
5. Striano, P. DC Anatomy, stretching &training for golfers / P. Striano. Skyhorse Publishing, NY 2014 - 240 с.

ПРИЗОВЫЕ В ГОЛЬФЕ КАК КРИТЕРИЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

А.Н. Корольков¹, Е.М. Дудник², А.В. Андреев²

¹ Московский государственный областной университет

² Московский государственный институт международных отношений (Университет)
liza_dudnik@mail.ru

Аннотация. Рассматриваются вопросы эффективности технико-тактических действий (ТТД) в профессиональном гольфе. Проведено исследование некоторых количественных статистических показателей ТТД на примере Тайгера Вудса. Установлены корреляции между такими показателями эффективности ТТД как: точность драйвов, частота попадания на грин и эффективность игры на грине. С помощью однофакторного дисперсионного анализа определена степень полноты рассматриваемых ТТД. Определена взаимосвязь между средним счетом игры в одном раунде и призовыми выплатами. Получены регрессионные соотношения, связывающие средний результат и ТТД, призовые выплаты и ТТД. Проведена оценка точности. Установлен вклад отдельных ТТД в конечный результат игры и сумму призовых.

Ключевые слова: спортивная подготовка, профессиональный спорт, динамика результатов, рейтинг, статистика, фактор, точность, мейджор, гольф, PGA.

ВВЕДЕНИЕ

Технико-тактическая подготовленность спортсменов наряду с другими видами подготовки является существенным фактором, определяющим исход спортивной борьбы. Арсенал и эффективность технико-тактических действий (ТТД) могут рассматриваться как следствие физической, психологической и соревновательной подготовленности спортсмена, его двигательного спортивного опыта, состояния здоровья и многих других факторов. По этой причине анализ ТТД в разных видах спорта является востребованной и популярной темой исследования. Только в открытом доступе в электронной библиотеке e-library находится более 640 публикаций, посвященных этой теме. ТТД обычно классифицируются по биомеханическим основаниям, по характеру совершаемых движений, по манере вести спортивную борьбу, по цели или задачам ТТД, по кинематическим и временным параметрам, по степени влияния на соперника и судей и т.п. [2, 3, 4]. Среди всего множества оснований в каждом виде спорта эмпирически выбирается такая классификация ТТД, которая, в конечном счете, позволяет эффективно управлять тренировочным процессом и решать задачи спортивной подготовки в зависимости от возраста, мастерства и индивидуальных способностей спортсменов [4].

Очевидно, что в профессиональном спорте некоторым критерием эффективности соревновательной деятельности является заработок спортсмена, который можно рассматривать как интегральный показатель его спортивной подготовленности, эффективности совершения ТТД. Однако такой анализ ТТД по отношению к заработкам спортсмена, как правило, не осуществляется.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Мониторинг призовых выплат, сумм контрактов, гонораров и прочих доходов профессиональных спортсменов часто осуществляется во многих видах спорта и в некотором смысле может использоваться для оценки состоятельности спортсмена как бренда – продукта зрелищных мероприятий [1]. В профессиональном гольфе эта тема является традиционной, при этом, регулярно фиксируются не только размеры призовых выплат, но эффективность различных совершенных ТТД.

Официальный сайт, посвященный турнирам Профессиональной ассоциации гольфа (PGA) [5] содержит раздел статистики, в котором приводятся сведения об эффективности технико-тактических действий игроков тура. Это раздел включает четыре позиции, характеризующие четыре вида игровых действий: первые удары с Ти (off the tee), подводящие к лунке удары (approach the green), удары в окрестностях грина (around the green: удары из бункеров и чипы) и удары на грине (putting). Кроме этого, в отдельных разделах, приводятся сведения о результатах игры (scoring), streaks, размере призовых (money/finishes) и очках в рейтинге (points/rankings).

Статистика игровых действий также разделяется по отдельным показателям, характеризующим дальность и точность ударов. Всего таких показателей больше 80-ти. Однако, среди всего разнообразия показателей можно выбрать наиболее часто употребляющиеся и, следовательно, наиболее информативные [3]. К ним можно отнести: точность драйвов (driving accuracy (%)); частоту попадания на грин (greens in regulation (%)) и среднее количество паттов (putting average) [3, 5].

Точность драйвов, выражается в процентах и равна отношению драйвов, после которых мяч остается на фервее, к общему количеству драйвов. Частота попадания на грин равна отношению количества попадания на грин без совершения ошибок в предыдущих действиях (за номинальное число ударов) ко всем попаданиям на грин. Этот показатель также выражается в процентах. Среднее количество паттов также можно выразить в процентах, разделив это число на два патта.

С другой стороны, эффективность ТТД характеризуется спортивным результатом (счетом игры), который определяет место игрока в турнире и количество полученных призовых. Таким образом, величина призовых, место занятое в турнире и спортивный результат являются некоторыми интегральными показателями эффективности совершенных ТТД, а точность драйвов, частота попадания на грин и количество паттов, характеризуют эффективность отдельных технико-тактических действий.

Ранее нами было установлено [1], что частота прохождения ката трансформируется в частоту получения призовых обратно симметрично: чем чаще гольфист выходит в финальную часть соревнований, тем чаще выплачиваются «небольшие» призовые и реже «большие». При этом коэффициент корреляции Спирмана между величиной призовых и количеством пройденных катов невысокий — 0,46, но статистически значимый (справедлива гипотеза: «есть корреляция между выборками»).

Корреляционный анализ других переменных также позволил выявить монотонные зависимости между:

величиной призовых и количеством очков (местом) в мировом рейтинге (коэффициент корреляции 0,8);

величиной призовых и количеством побед на турнирах PGA (0,85);

количеством очков (местом) в мировом рейтинге и выигранными турнирами PGA (0,93);

количеством сыгранных турниров и прохождением ката (0,92).

Ясно, что все выявленные связи отражают существующую систему оценки спортивных достижений в гольфе: чем выше спортивные достижения, тем больше призовых и рейтинговых очков и тем выше место в мировом рейтинге.

В этой связи представляется интересным исследовать взаимосвязи между отдельными показателями эффективности ТТД и их реализацией в виде конечного счета игры и величиной призовых денег.

Обычно величина призовых определяется занятым местом в турнире и рассчитывается в виде убывающей геометрической прогрессии, т.е. зависимость не линейная. При этом занятое место определяется не только показателями эффективности ТТД (мастерством игрока), но и мастерством соперников – других участников турнира. То есть с одинаковыми показателями эффективности ТТД можно в турнирах с разным составом участников занять разные места и получить (не получить) разные призовые.

Для решения указанной задачи был проведен анализ следующих показателей ТТД: точность драйвов (driving accuracy (%)); частота попадания на грин (greens in regulation (%)) и эффективность игры на грине (putting average (%)), которые сопоставлялись со средним соревновательным результатом (средним количеством ударов за раунд) и средним количеством призовых за турнир. Рассматривались данные наиболее успешного гольфиста XXI века - Т. Вудса за 1996-2018 годы. Было обработано данные 344 турниров. Массив данных составил 1720 цифровых значений. Полученная информация обрабатывалась при помощи методов описательной статистики, корреляционного и регрессионного анализа. Использовался лицензионный пакет комплексной обработки статистических данных Stadia 8.0/prof. Проверка справедливости статистических гипотез проводилась при уровне статистической значимости $\alpha=0.05$.

С использованием критерия Колмогорова был установлен вид распределения пяти рассматриваемых переменных: оказалось, что распределения полученных призовых и частоты попадания на грин отличаются от нормального. Поэтому в дальнейшем использовались непараметрические статистические методы.

Вычислялись коэффициенты корреляции Спирмана. Полученные значения представлены в табл. 1. Значимые коэффициенты корреляции выделены полужирным шрифтом.

Таблица 1

Корреляционная матрица

| | Driving accuracy | Greens in regulation | Putting accuracy | Scoring average | Призовые / турнир |
|----------------------|------------------|----------------------|------------------|-----------------|-------------------|
| Driving accuracy | 1,00 | 0,62 | 0,12 | -0,43 | 0,16 |
| Greens in regulation | | 1,00 | -0,25 | -0,75 | 0,55 |
| Putting accuracy | | | 1,00 | 0,62 | -0,66 |
| Scoring average | | | | 1,00 | -0,86 |
| Призовые / турнир | | | | | 1,00 |

Как следует из данных таблицы 1 все ТТД имеют монотонную взаимосвязь со средним результатом (количеством ударов). Но с величиной призовых значимые коэффициенты корреляции есть только у переменных: частота попадания на грин и точность паттов, но не имеют связи с точностью драйвов. Это в очередной раз подтверждает справедливость постулата: «драйвы - для телевидения, патт - для результата». Также очевидна взаимосвязь частоты попаданий на грин и точности драйвов: чем чаще мяч оказывается на фервее, тем выше вероятность попадания им на грин.

Установлена монотонная зависимость между средним счетом и призовыми: чем меньше счет, тем больше призовых. Вид этой зависимости представлен на рис. 1.

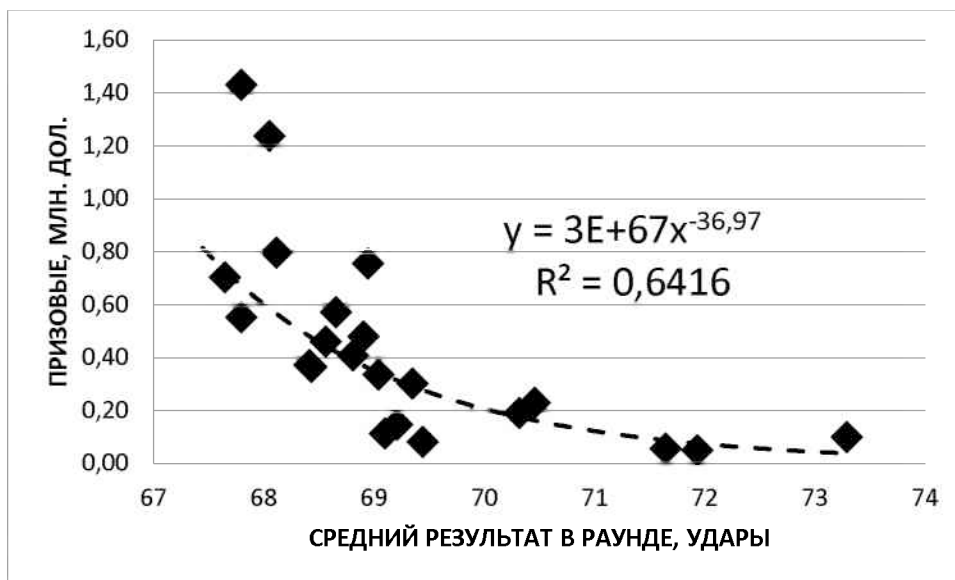


Рис.1. Зависимость призовых выплат от среднего счета в раунде

Наилучшим образом эта зависимость аппроксимируется степенной функцией и отражает преобразование: ТТД в призовые деньги. Функция эта определяется двумя параметрами: первый характеризует масштаб – отношение призовых к среднему счету в одном раунде, а второй параметр кривизну кривой.

Для определения полноты выбранного набора показателей технико-тактических действий: точность драйвов, частота попадания на грин и эффективность игры на грине; к этим переменным, выраженным в процентах, была применена процедура однофакторного дисперсионного анализа. Установлена справедливость гипотезы: «есть влияние фактора на отклик». При этом отношение факторной суммы квадратов к общей составило 85,6%. Таким образом, выбранный набор показателей ТТД практически полностью описывает все возможные ТТД, совершаемые игроками высокого класса.

Для установления степени влияния выбранных ТТД на средний результат R, показанный в одном раунде, методом наименьших квадратов были определены коэффициенты уравнения множественной регрессии вида (1):

$$R = 43,5 - 0,056D - 0,16GR + 0,46P, \quad (1)$$

где D – точность драйвов (%);

GR – частота попадания на грин (%);

P – эффективность игры на грине (%).

При этом по F-критерию была установлена справедливость гипотезы: «Регрессионная модель адекватна экспериментальным данным» и средняя квадратическая ошибка аппроксимации составила $\pm 0,62$ удара за раунд (0,89% среднего счета). Величина коэффициентов уравнения регрессии (1) характеризует вклад отдельных ТТД в общий результат игры. Очевидно, что наибольшее влияние на общий результат оказывает игра на грине и частота попадания на грин, а влияние точности драйвов на общий результат на порядок меньше, чем технические действия при короткой игре.

Подобное регрессионное выражение было получено для зависимости призовых M от эффективности ТТД (2):

$$M = 11,36 - 0,003D + 0,021GR - 0,14P, \quad (2)$$

где M – призовые деньги (млн. дол.);

D – точность драйвов (%);

GR – частота попадания на грин (%);

P – эффективность игры на грине (%).

Из этого уравнения следует, что также как и в выражении (1) наибольшее влияние на сумму призовых выплат оказывает «короткая» игра, а точность первых ударов с Ти не имеет

особого влияния. Не смотря на то, что и для этой модели (2) справедлива гипотеза: «Регрессионная модель адекватна экспериментальным данным» статистическая значимость коэффициентов регрессии невысокая. Этот факт можно объяснить тем, что призовые определяются, в конечном счете, не только общим счетом и эффективностью ТТД, а занятым местом в турнире, т.е. в выражении (2) не учитывается влияние и эффективность игры соперников. И, кроме того, связь призовых выплат с общим счетом и, следовательно, ТТД не линейная (рис.1). По этим причинам точность модели (2) не высокая: средняя квадратическая ошибка равна $\pm 0,316$ млн. дол., что сравнимо со средней суммой призовых за турнир.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного исследования выявлены взаимосвязи между отдельными показателями эффективности ТТД и их реализацией в виде конечного счета игры и величиной призовых денег. Установлены корреляции между такими показателями эффективности ТТД как: точность драйвов, частота попадания на грин и эффективность игры на грине. С помощью однофакторного дисперсионного анализа определена степень полноты рассматриваемых ТТД, которая составила 86%. Определен степенной вид функциональной зависимости между средним счетом игры в одном раунде и призовыми выплатами. Получены регрессионные соотношения, связывающие средний результат и ТТД, призовые выплаты и ТТД. Проведена оценка точности. Установлен вклад отдельных ТТД в конечный результат игры и сумму призовых. Подтверждено, что наибольший вклад в результаты игры и сумму призовых определяют эффективные игровые действия при короткой игре.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Андреев, А.В. Статистические исследования структуры доходов личного бренда в профессиональном гольфе / А.В. Андреев, Е.М. Дудник, А.Н. Корольков // Наука и спорт: современные тенденции, 2019, Т.7, № (4). - С. 111-117. DOI: 10.36028/2308-8826-2019-7-4
2. Козин, В.В. Ситуационные представления в обучении и совершенствовании технико-тактических действий спортсменов / В.В. Козин // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта. 2017. Т. 15. № 1. С. 40-42.
3. Корольков, А.Н. Тактико-техническая подготовка и анализ результатов соревновательной деятельности в гольфе и мини-гольфе / А.Н. Корольков // Всерос. конф. «Традиции и инновации в системе подготовки спортсменов и спортивных кадров», ФГБОУ ВПО РГУФКСМиТ, М.: 2013, С.78-82
4. Родин, А.В. Биомеханика индивидуальных технико-тактических действий спортсменов в игровых видах спорта / А.В. Родин // Вестник спортивной науки. 2016. № 2. С. 41-43.
5. PGA TOUR [Электронный ресурс]: <https://www.pgatour.com>. Дата обращения: 26.11.2019.

СТРУКТУРА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГОЛЬФОМ

А.Н. Корольков¹, В.Б. Анисимов²

¹ Московский государственный областной университет

² Сибирский федеральный университет
korolkov07@list.ru

Аннотация. Рассматривается влияние занятий гольфом на физическую подготовленность юношей студентов. Произведен многолетний мониторинг физической подготовленности студентов 1-3-го курсов. Произведен факторный анализ результатов тестов физической подготовленности, установлена структура физической подготовленности студентов гольфистов.

Ключевые слова: двигательные способности, игра, спорт, физические качества

ВВЕДЕНИЕ

Гольф относится к видам спорта с преимущественным проявлением координационных способностей, в котором физические качества проявляются опосредованно и, на первый взгляд, не оказывают явного влияния на результаты игры [3]. Как отмечается в работах [3, 4], эффективность игровых действий в гольфе непосредственно зависит от степени развития многих координационных способностей таких как: способности к ориентированию в пространстве, равновесия, чувства ритма, способности к воспроизведению, дозированию, оценке и отмериванию пространственных, временных и силовых параметров движений, способности к реагированию и способности к согласованию движений.

Вместе с тем, с одной стороны, в процессе занятий гольфом, в определенной мере, вместе с координационными способностями развиваются и специальные физические качества, а, с другой стороны, целенаправленное развитие физических качеств спортсмена способствует сопряженному развитию специфических координационных способностей и достижению высоких результатов в гольфе [4,5]. Занятия гольфом также оказывают определенное влияние на морфофункциональное состояние спортсменов [1,2].

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Для студенческого возраста характерна высокая степень сформированности двигательных способностей и динамических стереотипов. Сенситивные периоды развития ловкости, гибкости и быстроты уже закончились. Этот возраст поздней юности является сенситивным в основном для развития выносливости и силы. Но при этом, сведений об исследованиях, посвященных развитию этих и других психомоторных качеств средствами гольфа в этом возрасте, в доступных источниках крайне мало.

В этой связи задача исследования структуры физической подготовленности студентов, занимающихся гольфом, представляется актуальной.

Для решения этой задачи были обработаны результаты тестов физической подготовленности студентов Сибирского федерального университета, занимающихся гольфом. В исследовании приняли участие студенты 1, 2 и 3 курсов, учебные занятия проходили два раза в неделю по расписанию. Занятия строились по разработанной учебной программе и включали в себя общие развивающие упражнения, специальные физические упражнения для развития свинга и игровую практику с гольф оборудованием. Рассматривались результаты тестов: прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине, сгибания туловища за 20 секунд со скручиванием до касания локтями колена разноименной ноги из исходного положения – лежа на спине руки за головой, стопы зафиксированы, ноги на ширине плеч, бросок набивного мяча 3 кг сбоку двумя руками из положения "стойка

гольфиста" наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами: выполняется из положения стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. Тестирование проводилось каждый семестр в 2015-2019 учебных годах. В тестировании приняло участие 242 юношей студентов в возрасте 18-21 год. Было обработано шесть массивов данных за каждый семестр общим объемом 1210 цифровых значений.

Данные обрабатывались с использованием стандартных статистических процедур с использованием пакета Stadia 8.0/ prof. Уровень статистической значимости гипотез был установлен равным 0.05.

С использованием критерия Омега-квадрат был определен вид распределения результатов тестирования физической подготовленности студентов. Установлено, что в большинстве случаев (27 из 30) справедлива гипотеза: «распределение не отличается от нормального». По этой причине в дальнейшем применялись параметрические статистические методы анализа исходных данных.

По формуле (1) для каждого теста был определен достаточный объем выборки N (таблица 1), позволяющий отнести выборочные вариации исходных данных действию случайных причин, а не малому объему представленных данных.

$$N = (t S/\Delta)^2, \quad (1)$$

где t - критическое значение стандартизованного нормального распределения для статистической мощности 1- β;

S – среднеквадратическая ошибка выборочных измерений;

Δ – приемлемая ошибка выборочного исследования.

Уровень β был принят равным 0.8 (t=1,36). Δ для локомоций принималось равным 1 двигательному акту, для прыжков с места - 5 см, для метаний 0,5 метра, для наклона 1 см, что сравнимо с величинами педагогически важных различий для этих тестов [5].

Таблица 1.

Объемы репрезентативных выборок для проведения статистического анализа (количество испытуемых)

| Прыжок в длину с места | Подтягивание на перекладине | Сгибания туловища | Бросок набивного мяча | Наклон вперед |
|------------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------------|---------------|
| 20±6 | 52±19 | 28±11 | 34±14 | 61±9 |

Как следует из данных, представленных в таблице 1, объем исследуемой выборки в 50-60 испытуемых, в большинстве случаев, оказался достаточным для проведения дальнейших корректных статистических сравнений.

С использованием однофакторного дисперсионного анализа для двух тестов: бросок мяча и сгибания-разгибания туловища с его кручением, была установлена справедливость гипотезы: «есть влияние фактора времени на отклик». Таким образом, можно утверждать, что регулярные занятия гольфом оказывают влияние на соответствующие группы мышц, обеспечивающие ротацию туловища - ведущее звено техники совершения игровых действий [4]. Кроме того, для всех временных промежутков, с использованием t-критерия Стьюдента, установлены статистически значимые различия выборочных средних для этих тестов. Характер изменения результатов в этих испытаниях во времени иллюстрируют рисунки 1 и 2.

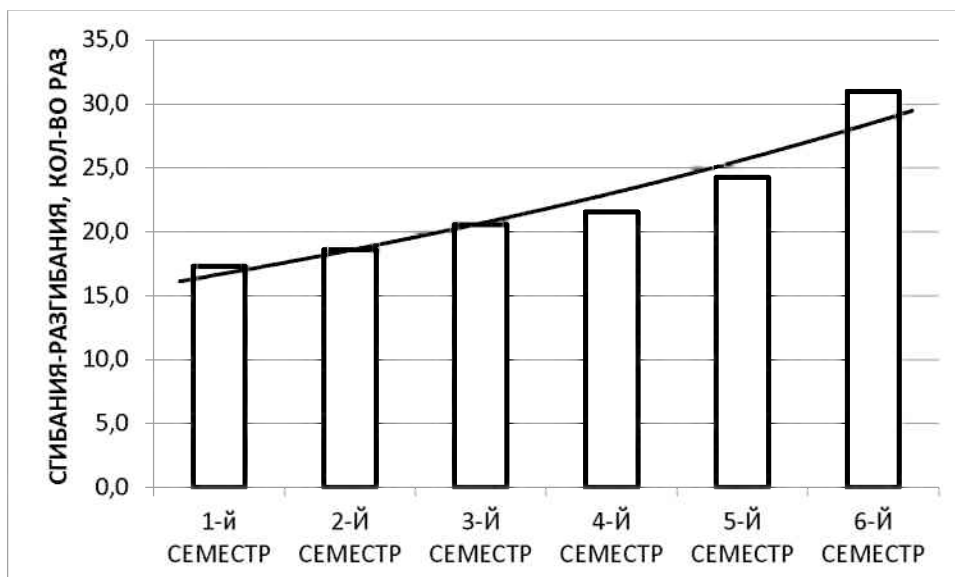


Рис. 1. Прогресс в результатах теста: сгибания туловища за 20 сек в положении лежа.

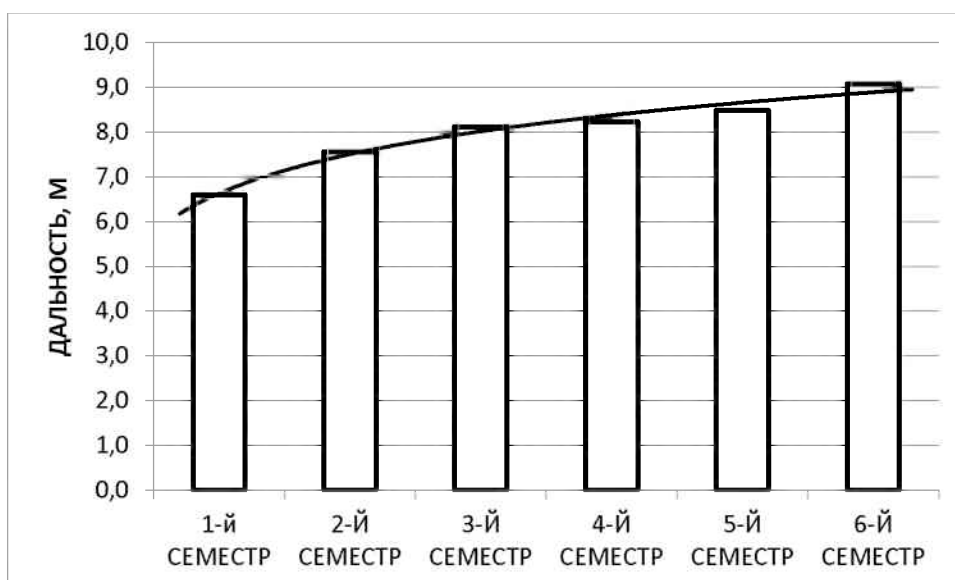


Рис. 2. Прогресс в результатах теста: бросок набивного мяча 3 кг.

Корреляционный анализ результатов тестирования позволил выявить статистически значимые коэффициенты корреляции (Z -критерий) между результатами тестов: прыжок в длину – подтягивания – сгибания туловища; подтягивания – сгибания туловища – бросок мяча; сгибания туловища – бросок мяча. При этом величины коэффициентов корреляции между этими тестами возрастают от первого к шестому семестру, что свидетельствует о комплексном сопряженном развитии скоростно-силовых физических качеств в процессе занятий гольфом.

Результаты тестирования студентов в 1-м и 5-м семестре были обработаны методом канонического факторного анализа с вычислением корреляций Пирсона, нормализацией Кайзера и вращением варимакс. Величины факторных нагрузок и доля в общей дисперсии ортогональных факторов, составленных проекциями переменных – результатов тестирования в первом и пятом семестрах представлены в таблицах 2 и 3.

Как следует из данных таблиц 2 и 3 структура физической подготовленности студентов в процессе занятий гольфом существенно меняется. Если в начале занятий, в первом семестре, определяется три фактора подготовленности (86% общей дисперсии):

- фактор общей физической подготовленности (51%), составленный нагрузками всех переменных (тестов);
- фактор функциональной работоспособности мышц ног (18%) (прыжок в длину с места);
- фактор гибкости (13%).

Таблица 2.

Факторные нагрузки и процент объясняемой дисперсии физической подготовленности студентов (1-й семестр)

| Переменные \ факторы | 1 | 2 | 3 |
|----------------------|-------|-------|-------|
| Прыжок | 0,59 | -0,70 | |
| Подтягивания | 0,78 | | |
| Сгибания | 0,80 | | |
| Бросок | 0,68 | | |
| Наклон | 0,70 | | 0,56 |
| Собств. значение | 2,52 | 0,88 | 0,66 |
| Дисперсия, % | 50,51 | 17,51 | 13,14 |
| Накопл. дисп..% | 50,51 | 68,02 | 81,16 |

То после 2,5 лет занятий гольфом, в пятом семестре, структура физической подготовленности становится более специфической. Определяется четыре фактора подготовленности, объясняющих 89% вариаций результатов тестирования.

Первый фактор (37% общей дисперсии) определяется как фактор скоростно-силовой подготовленности в части проявлений взрывной силы (прыжок и бросок) и силовой выносливости (подтягивания).

Таблица 3

Факторные нагрузки и процент объясняемой дисперсии физической подготовленности студентов (5-й семестр)

| Переменные \ факторы | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----------------------|-------|-------|-------|-------|
| Прыжок | 0,67 | | -0,63 | |
| Подтягивания | 0,73 | | | |
| Сгибания | | -0,75 | | |
| Бросок | 0,68 | | 0,58 | |
| Наклон | | 0,64 | | 0,59 |
| Собств. значение | 1,84 | 1,05 | 0,81 | 0,77 |
| Дисперсия, % | 36,78 | 21,01 | 16,22 | 15,34 |
| Накопл. дисп..% | 36,78 | 57,79 | 74,01 | 89,35 |

Второй фактор (21%) интерпретируется как фактор развитости групп мышц, обеспечивающих движения сгибания туловища.

Третий фактор (16 %) – фактор скоростно–силовых способностей, характеризующий развитие мышц конечностей и обеспечивающих их согласованные движения.

И, наконец, четвертый фактор (15 %) – фактор гибкости, определяемый результатами теста наклон вперед.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате исследования структуры физической подготовленности студентов, занимающихся гольфом, установлено, что регулярные занятия гольфом оказывают влияние на соответствующие группы мышц, обеспечивающие ротацию туловища - ведущее звено техники совершения игровых действий. При этом определены статистически значимые корреляции в парах тестов: прыжок в длину – подтягивания – сгибания туловища; подтягивания – сгибания туловища – бросок мяча; сгибания туловища – бросок мяча. При этом величины коэффициентов корреляции между этими тестами возрастают от первого к шестому

семестру, что свидетельствует о комплексном сопряженном развитии скоростно-силовых физических качеств в процессе занятий гольфом.

С помощью метода факторного анализа показано, что структура физической подготовленности студентов в процессе занятий гольфом существенно меняется. После 2,5 лет занятий гольфом, структура физической подготовленности становится более специфической, определяемой действиями факторов скоростно-силовых способностей и фактором гибкости.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Баймухаметова, Э.Ф. Биоимпедансный анализ состава тела спортсменов-гольфистов на протяжении годового тренировочного процесса / Э.Ф. Баймухаметова, А.В. Ненашева, А.С. Аминов // Теория и практика физической культуры. 2019. № 1. - С. 26-28.
2. Бурлаков, И.Ю. Результаты антропологического мониторинга игроков в гольф высокой квалификации / И.Ю. Бурлаков, А.В. Верченнова, А.Н. Корольков // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2014. № 1. С. 57-62.
3. Жеребко, Д.С. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2013. № 6. - С. 68.
4. Корольков, А.Н. Центроидный метод главных компонент для оценки общей физической подготовленности игроков в гольф / А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2012. № 4. - С. 30-33.
5. Корольков, А.Н. Особенности влияния занятий гольфом на физическую подготовленность студенток / А.Н. Корольков, В.Г. Чебин, В.Б. Анисимов, А.В. Берёза // Теория и практика физической культуры. 2019. № 6. - С. 63-65.

МАССОВОСТЬ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ РОССИЙСКОГО ГОЛЬФА

А.Н. Корольков¹, Д.С. Жеребко², М.М. Минина²

¹ Московский государственный областной университет

² Ассоциация гольфа России

korolkov07@list.ru

Аннотация. Рассматриваются аспекты развития Российского гольфа. В результате проведенного факторного и корреляционного анализа данных статистической отчетности 15-ти региональных федераций определено пять факторов развития гольфа в России: фактор материально-методического обеспечения, фактор спортивного резерва, фактор массовости, фактор популяризации гольфа и дидактический фактор.

Установлено, что количество мест в мировом рейтинге имеет статистическую связь с количеством спортсменов в ДЮСШ, количеством участников международных соревнований и количеством полей для гольфа. Количество полей для гольфа, в свою очередь, связано с количеством игроков, тренеров, числом российских соревнований и количеством мест в мировых рейтингах.

Ключевые слова: горные лыжи, двигательная активность, массовый спорт, регрессия, тренер

ВВЕДЕНИЕ

Гольф является одним из самых популярных видов спорта за пределами нашей Родины, который может рассматриваться в различных аспектах: как отрасль бизнеса, вид профессиональной деятельности, зрелищное мероприятие, вид проведения активного досуга, способ организации двигательной активности всех возрастных категорий населения и т.д. По массовости и зрелищности гольф за рубежом сравним с классическим футболом, иногда, опережая его по количеству телевизионных трансляций [2].

Деятельность по развитию российского гольфа регулируется общероссийской общественной организацией «Ассоциация гольфа России» (АГР), основанной в 1992 году. Уставные задачи АГР, в конечном счете, можно разделить на два взаимосвязанных направления развития гольфа: 1. увеличение массовости и популяризация вида спорта, 2. достижение высоких спортивных результатов.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

На сегодняшний день, по данным 24-х региональных федераций гольфа в РФ общее количество игроков составляет 6543 человек, из которых зарегистрировано в реестре гольфистов 2560 человек и 953 юных спортсмена занимается гольфом в системе подготовки спортивного резерва. По сравнению с общей численностью регулярно занимающихся российских физкультурников доля гольфистов составляет 0.01 %, т.е. в гольф играет один из 10000 человек, занимающихся спортом [3, 4].

Сравнивая количество гольфистов с любителями горных лыж (3 млн.), получаем, что на 1000 горнолыжников в нашей стране приходится 2 игрока в гольф [1, 6].

Таким образом, очевидно, что в части решения задачи увеличения массовости российского гольфа имеются значительные перспективы.

В связи с изложенным выше представляется актуальным определить аспекты массовости российского гольфа по отношению к его развитию.

Для определения структуры и влияния различных причин на развитие российского гольфа был осуществлен анализ 13-ти показателей представленных 15-тью (из 24-х региональных федераций) за 2019 год. Рассматривались следующие данные: 1. Общее количество игроков; 2. Количество юных спортсменов; 3. Количество полей для гольфа на 18 и 9 лунок; 4. Количество академических полей; 5. Количество площадок для гольфа малых форм; 6. Количество ДЮСШ и отделений ДЮСШ по гольфу; 7. Количество судей; 8. Количество тренеров; 9. Количество членов в сборных командах; 10. Количество школ в проекте «Школьный гольф»; 11. Количество игроков в реестре гольфистов; 12. Количество кедди и 13. Количество волонтеров.

Применялись методы корреляционного, факторного и регрессионного анализа. Уровень статистической значимости проверки справедливости статистических гипотез был принят равным 0.05. Использовался пакет статистических программ Stadia 8.0/prof.

В результате проведенного факторного анализа было установлено 5 факторов, определяющих направления развития российского гольфа (рис.1).

Первый фактор (29% общих изменений) интерпретируется как фактор материально-методического обеспечения. Он составлен факторными нагрузками переменных: количество полноценных полей на 18 и 9 лунок и количеством тренеров.

Второй фактор (27%) – это фактор спортивного резерва. Определяется количеством юных спортсменов, членов сборной команды, ДЮСШ, тренеров и судей.

Третий фактор массовости (23%), определяется общим количеством игроков, количеством гольф-объектов малых форм и количеством школ-участников проекта «Школьный гольф».

Действие четвертого фактора (11%) определяется количеством волонтеров. Этот фактор, в некотором смысле, можно определить, как фактор популяризации гольфа.

И, наконец, пятый фактор (10%) - фактор обучения, определяется количеством академических полей.

Между анализируемыми переменными были вычислены коэффициенты корреляции Пирсона.

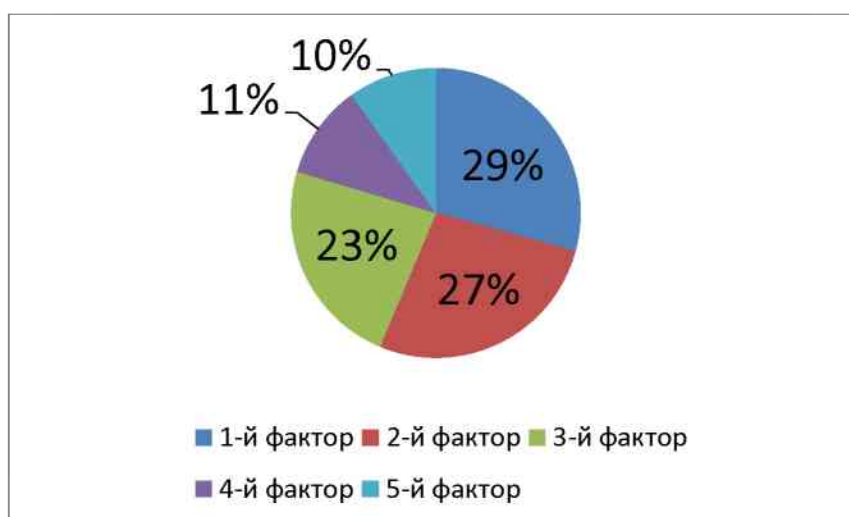


Рис.1. Факторы, определяющие развитие гольфа в Российской Федерации

В результате установлено, что общее количество занимающихся в ДЮСШ имеет тесную взаимосвязь с количеством мест в мировых рейтингах (0,99) и места в рейтинге связаны с количеством участников в международных соревнованиях (0,91). Также высокие значения корреляции имеют место для пар переменных: общее количество занимающихся в ДЮСШ – количество участников международных соревнований (0,83), количество тренеров – участники всероссийских соревнований (0,84), количество тренеров – участники международных соревнований (0,82), количество тренеров и отделений ДЮСШ (0,83).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенных исследований определено пять факторов развития гольфа в России: фактор материально-методического обеспечения, фактор спортивного резерва, фактор массовости, фактор популяризации гольфа и дидактический фактор.

В части исследования предпосылок достижения высоких спортивных достижений установлено, что количество мест в мировом рейтинге имеет статистическую связь с количеством спортсменов в ДЮСШ, количеством участников международных соревнований и количеством полей для гольфа.

Количество полей для гольфа, в свою очередь, связано с количеством игроков, тренеров, числом российских соревнований и количеством мест в мировых рейтингах.

Таким образом, можно заключить, что массовость наряду с системой спортивной подготовки и пространственной распространенностью гольф объектов является одним из главных факторов развития российского гольфа [5].

ЛИТЕРАТУРА:

1. Агамирова, Е.В. и др. Гольф-туризм как вид активного отдыха (анализ рынка туристических услуг) /Е.В. Агамирова, А.В. Андреев, А.Н. Корольков, О.В. Лангуева, А.И. Луцкова // Вестник Волжского университета имени В.Н. Татищева, № 1(2), 2019, С.190-197.
2. Андреев, А.В. Статистические исследования структуры доходов личного бренда в профессиональном гольфе / А.В. Андреев, Е.М. Дудник, А.Н. Корольков // Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 7, № 4. – С. 111-117. DOI: 10.36028/2308-8826-2019-7-4-111-117
3. Жеребко, Д.С. Доступность спортивных сооружений и массовость в российском гольфе / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков, // Спорт: экономика, право, управление. – 2015. - № 1 . - С.35-37.
4. Корольков, А.Н. Факторы, определяющие положение игроков в гольф в мировом рейтинге / А.Н. Корольков, Д.С. Жеребко // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 2. –С.53-55.
5. Корольков, А.Н. Соотношение мастерства и массовости в гольфе в виде распределения Парето // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. -2013. - № 2(96). - С.81-83.
6. Рахматов, А.И. Спортивно-зрелищные формы народных игр в технологиях организации двигательной деятельности школьников / А.И. Рахматов, И.В. Машошина, Г.Н. Германов, А.Н. Корольков // Культура физическая и здоровье. – 2016. №1 (56). – С.101-106.

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ БЛИЗОРУКИХ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ГОЛЬФА

И.В. Кулькова, О.В. Лангуева
Московский педагогический государственный университет
languewa.olga1999@mail.ru

Аннотация. Рассматриваются особенности развития координационных способностей детей с миопией I-II степени. Приводятся результаты тестирования координационных способностей близоруких детей 8-10 лет, занимающихся гольфом по программе спортивно-оздоровительной группы. Проведены сравнения результатов тестов до начала и после года занятий. Предварительно определен эффект занятий на развитие отдельных координационных способностей.

Ключевые слова: миопия, вестибулярная устойчивость, чувство темпа, дозирование усилий.

ВВЕДЕНИЕ

Миопия является наиболее распространенным заболеванием у детей и подростков. Особенно часто близорукость возникает в младшем школьном возрасте в связи с переходом от игровой к учебной деятельности, излишним напряжением зрительного аппарата при учебных занятиях, несоблюдением гигиенических правил чтения и писания, избыточным использованием различных электронных средств визуализации, коммуникации и компьютерных игр [1, 2].

Методам профилактики и коррекции близорукости школьников с использованием средств физической культуры и специальных лечебных неинвазивных воздействий посвящено значительное количество современных исследований. В качестве профилактических и реабилитационных средств часто предлагаются такие виды двигательной активности как бадминтон, плавание, различные фитнес и гимнастические упражнения, специальные упражнения адаптивной физической культуры. Вместе с тем имеется существенный пробел в исследованиях, посвященных влиянию на развитие близорукости видов спорта, связанных с преимущественным проявлением точности, таких как: боулинг, гольф, дартс, керлинг, стрельба и т.п.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Можно предположить, что регулярные занятия такими видами спорта, совершение целенаправленных действий в которых сопряжено с необходимостью попеременно фокусировать взор на цели и перемещаемом спортивном снаряде, является своеобразной гимнастикой для миопийного глаза и будет способствовать профилактике нарушений зрения, вызванных изменением кривизны хрусталика. Также можно предположить специфическое влияние занятий видами спорта, связанными с появлением целевой меткости, на развитие различных координационных способностей.

В этой связи представляется актуальным провести пилотное исследование влияния занятий гольфом на специфику развития некоторых координационных способностей близоруких детей младшего школьного возраста.

Для решения поставленной выше задачи в течение 2018 -2019 гг. наблюдалась группа школьников в возрасте 8-10 лет, занимающихся в секции гольфа в средней образовательной школе №1575 г. Москвы. Наблюдалось 12 школьников, у которых была диагностирована миопия слабой степени (до -3.0 Д). Для этой группы школьников по врачебным показаниям было рекомендовано ношение корригирующих очков для смотрения вдаль. Занятия проводились 3 раза в неделю по 2 часа каждое, по программе спортивной подготовки по виду спорта гольф для спортивно-оздоровительных групп [5]. В начале учебного 2018 и 2019 года

было осуществлено тестирование наблюдаемого контингента. Батарея тестов включала: определение способности к воспроизведению половинного усилия при растягивании резинового эспандера, способности к статическому равновесию (проба Ромберга) и способности к воспроизведению заданного темпа.

Результаты обрабатывались с помощью статистической программы SPSS. Справедливость статистических гипотез проверялась при уровне значимости ($\alpha=0.05$).

Графическое сопоставление медиан, интерквартильных широт и доверительных интервалов результатов тестирования школьников в 2018 и 2019 годах представлены на рис. 1-3.

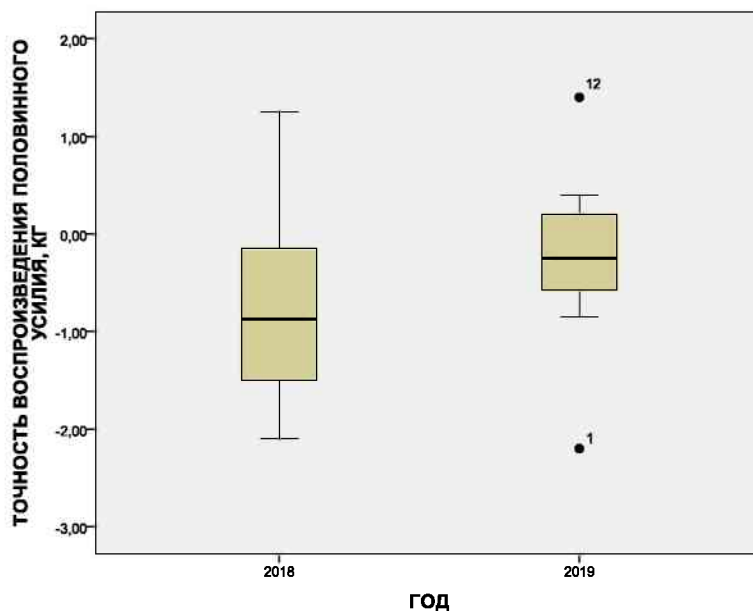


Рис. 1. Точность воспроизведения половинного усилия

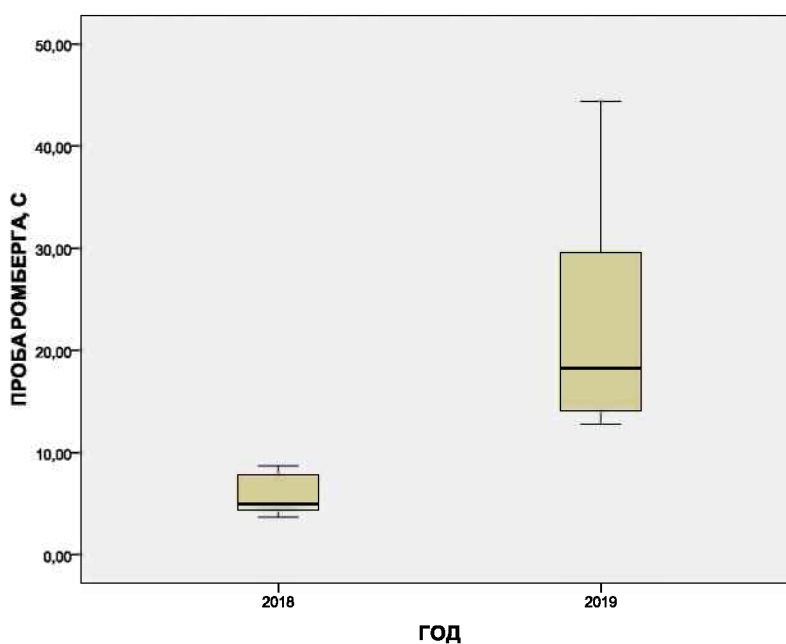


Рис. 2. Проба Ромберга

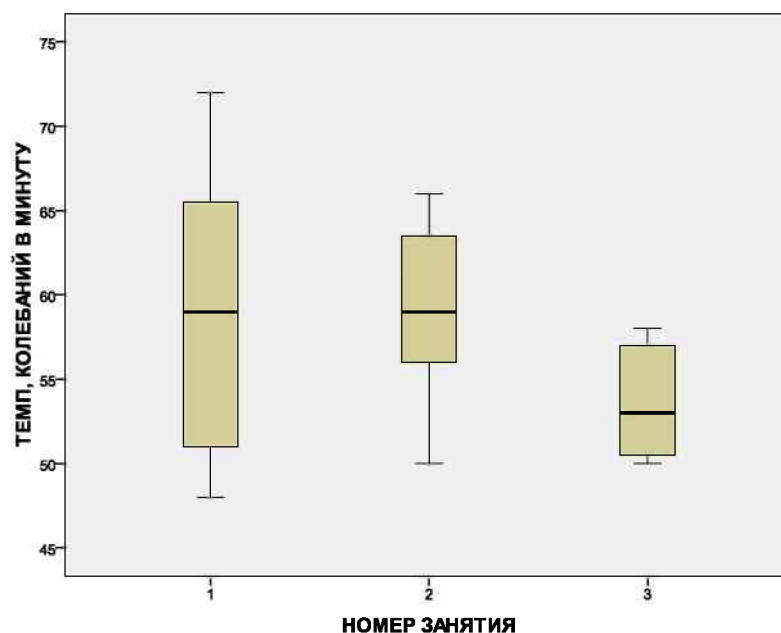


Рис. 3. Воспроизведение заданного темпа

Как следует из представленных результатов во всех трех испытаниях (рис. 1-3) после года регулярных занятий произошел существенный прирост координационных способностей. Так точность воспроизведения половинного усилия при растягивании резинового эспандера возросла почти в три раза: с 0,75 кг до 0,25 кг; время нахождения в состоянии устойчивого равновесия увеличилось с 5,7 секунды до 12,1 секунды; а точность воспроизведения заданного темпа возросла с ± 8 колебаний в минуту до ± 3 колебаний в минуту. Все средние результаты координационных тестов стали сравнимы с детьми без нарушений зрения, а в пробе Ромберга и воспроизведении заданного темпа даже их немного превысили. Можно предположить, что причиной таких существенных изменений могут являться компенсаторные механизмы повышения чувствительности вестибулярной и проприорецептивной сенсорных систем у детей с легкой степенью близорукости [3, 4].

Регулярный осмотр офтальмолога близоруких юных гольфистов не выявил динамики ухудшения остроты зрения в течение 2018-19 гг.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, в результате проведенного исследования предварительно установлено, что занятия гольфом с близорукими детьми приводят к существенному развитию их специфических двигательных способностей: способности к дозированию усилию, способностей к равновесию и воспроизведению заданного темпа. Также установлено, что при регулярных занятиях развивается гибкость и скоростно-силовые способности мышц туловища.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Горохова, Е.В. Особенности методики рекреативно-оздоровительных занятий, проводимых во внеурочное время со школьниками младших классов с миопией слабой степени / Е.В. Горохова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2017. № 1 (143). С. 50-54.
2. Клинические рекомендации. Миопия. [Электронный ресурс]. Заглавие с экрана. https://medi.ru/klinicheskie-rekomendatsii/miopiya_14079/. Дата обращения: 30.10.2019.
3. Корольков, А.Н. Определение порогов восприятия движений в суставах верхних конечностей / А.Н. Корольков, М.В. Климанова // Вестник Челябинского государственного университета. 2013. № 34 (325). С. 36-40.
4. Рипа, М.Д. Гольф для лиц с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие / М.Д. Рипа, А.Н. Корольков, В.А. Фесенко // М.: Эдитус, 2017. – 228 с.

5. Корольков, А.Н. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта гольф / А.Н. Корольков, В.Г. Никитушкин, Д.С. Жеребко, В.В. Верченков // М.: Федеральный центр подготовки спортивного резерва, 2016. - 158 с.

ПЕРЕНОС ДВИГАТЕЛЬНОГО НАВЫКА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ЧИППИНГЕ В РЕАЛЬНЫЕ ИГРОВЫЕ УСЛОВИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР

О.В. Лангуева

Московский педагогический государственный университет

Аннотация. Рассматриваются возможности применения компьютерных имитационных игр для обучения техническим действиям в гольфе на этапе начальной подготовки. Осуществлена систематизация научных публикаций по этой теме. Проведен формирующий эксперимент по освоению навыков чиппинга с использованием компьютерной игры «Golf clash». Определена эффективность авторской дидактической методики.

Ключевые слова: интериоризация, дидактика, кинестезия, техническая подготовка.

ВВЕДЕНИЕ

Использование информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) в массовом и профессиональном спорте находит все большее и большее применение. Это очевидная современная тенденция. С помощью ИКТ решается множество различных задач спортивной подготовки: мониторинг и планирование тренировочных нагрузок, планирование технико-тактических действий [1, 2, 10, 12], тестирование уровня подготовленности спортсменов, тестирование их когнитивных и двигательных способностей, определение спортивной специализации и т.п. задачи [3, 7, 9, 13].

Специальные электронные устройства для оценки пространственно-временных параметров игровых действий в гольфе, их представления в реальном и виртуальном пространстве в настоящее время является неотъемлемой частью спортивной подготовки как профессиональных, так и начинающих спортсменов [5].

Вместе с тем применение ИКТ как дидактического средства освоения спортивных действий в игровой форме только начинает рассматриваться в исследовательских работах. В частности, в работе Я. Яворского со соавторами [14] отмечается, что видеоигры улучшают функцию распределения внимания и это позволяет игрокам лучше выполнять задания, требующие точности дифференцирования временных и пространственных параметров движений. Е.В. Курмаевой [6] предложено использовать компьютерную технику и мультипликацию для сокращения времени формирования двигательных умений детей 5-6 при занятиях теннисом. П.М. Олекминской [8] установлена эффективность применения интерактивных компьютерных игр с сенсорным визуализатором в подготовке спортсменов в стрельбе из лука с ограниченным состоянием здоровья.

Учитывая, что в младшем школьном возрасте преимущественным методом дидактики являются наглядные методы восприятия движений, осваиваемые в игровой форме, то использование компьютерных игр для освоения и совершенствования новых движений представляется актуальной темой [4].

В связи с изложенным нами была определена гипотеза исследования: предполагается, что использование гаджетов с установленными на них компьютерной игрой «Golf clash» ускорит образование двигательного навыка в совершенствовании технических действий в гольфе у младших школьников, повысит точность их совершения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Задача исследования установить эффективность применения компьютерной игры «Golf clash» для повышения точности совершения чипов на расстояние 15-20 метров, создания отчетливых представлений о пространственно-временных образах совершаемых движений.

Для решения этой задачи в январе-марте 2020 года в СОШ №1575 г. Москвы был проведен педагогический эксперимент. В эксперименте участвовали 24 школьника в возрасте

9-11 лет, имеющих двухлетний опыт начальной подготовки в гольфе по программе спортивной подготовки [11]. Контрольная (КГ) и экспериментальная (ЭГ) группы включали по 12 человек с исходным одинаковым уровнем спортивной подготовленности в гольфе: владели навыками паттинга и чиппинга. КГ и ЭГ тренировались 3 раза в неделю по 2 часа. При этом в разминку и заключительную часть занятий каждого участника ЭГ были включены компьютерная игра «Golf clash». Также участники ЭГ играли в эту игру в качестве домашних заданий 3 раза в неделю по 1-2 раунда в свободное время.

У КГ и ЭГ фиксировалась относительная точность совершения чиппинга как единица вычесть отношение расстояния от мяча до лунки после удара к расстоянию до лунки от Ти [4].

Было проведено два контрольных измерения точности чиппинга КГ и ЭГ: в январе и марте 2020 г. Результаты обрабатывались с использованием статистического пакета SPSS Statistics 17.0.

Минимальная игровая ситуация в игре «Golf clash» заключается в совершении виртуального удара клюшкой по мячу. Скорость и направление совершения удара регулируется игроком на экране гаджета за счет перемещения по экрану большого или указательного пальца руки (рис. 1).



Рис.1. Скрин-шот игры «Golf clash» при подготовке к удару по мячу

Направление, цвет и частота колебаний стрелки перемещения виртуального мяча являются визуальными индикаторами усилия, направления и темпа свинга. При этом в сознании игрока образуется кинестетический образ совершаемого движения для перемещения мяча в нужную зону игровой зоны. Игрок после нескольких повторений игровых ситуаций в компьютерной игре все более отчетливо начинает осознавать с каким усилием, в каком темпе и в каком направлении нужно направлять мяч, чтобы он оказался в лунке или в

непосредственной близости от нее. После компьютерной имитации приобретенный виртуальный навык непроизвольно переносится в реальные игровые условия.

Юные спортсмены, после компьютерного представления, при совершении реальных игровых действий, априорно предполагают с какой скоростью и в каком направлении должен перемещаться мяч для поражения лунки. Несмотря на то, что совершение игровых действий в компьютерной игре обеспечивается другими группами мышц, при относительной неподвижности нижних конечностей и туловища, в реальных игровых условиях такая предварительная виртуальная подготовка позволяет достичь лучших результатов.

На рисунках 2 и 3 представлены результаты определения точности чиппинга КГ и ЭГ до и после практики в игре «Golf clash» в течение тренировочного мезоцикла.

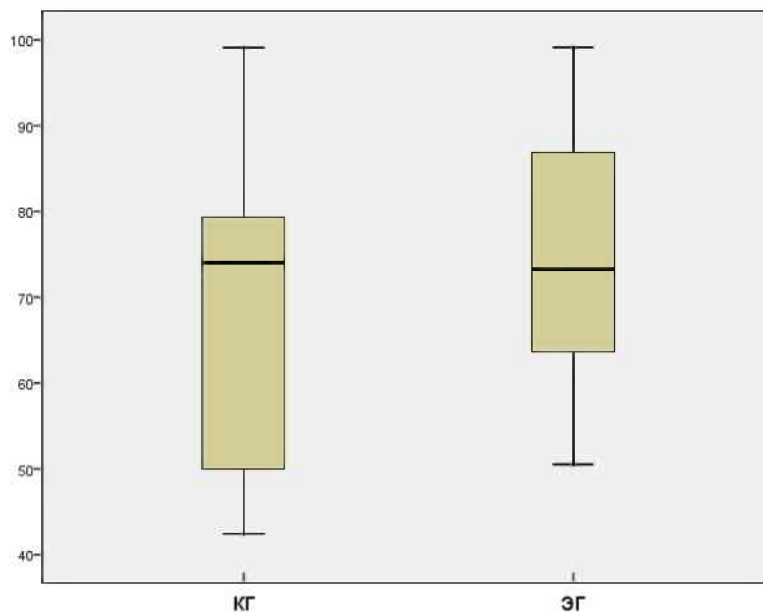


Рис 2. Медианы и интерквартильный размах точности чиппинга (%) в январе 2020 г.

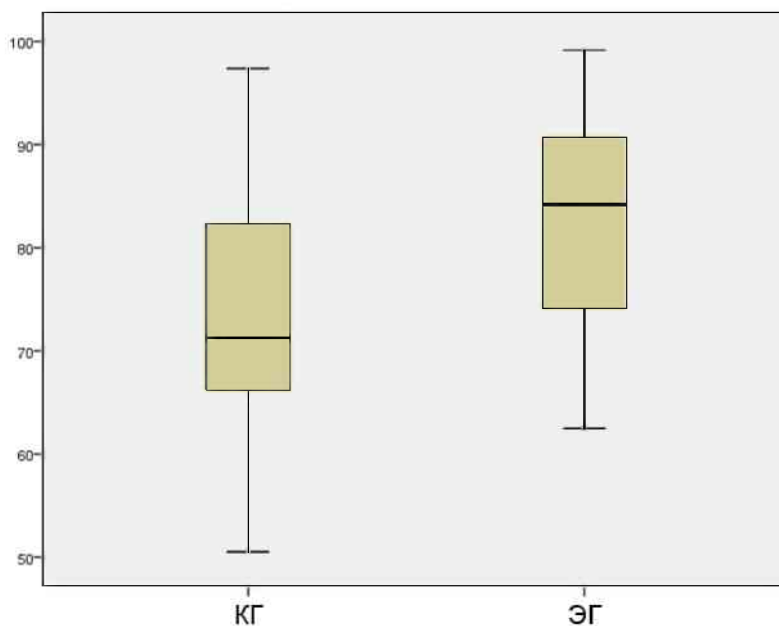


Рис 3. Медианы и интерквартильный размах точности чиппинга (%) в марте 2020 г.

Как следует из полученных результатов точность чиппинга в реальных условиях у КГ практически не изменилась, а этот же показатель в ЭГ возрос с 73 до 84%. При этом по

критериям Вилкоксона и Ван дер Вардена установлена справедливость гипотезы: «Есть различия в медианах выборок КГ и ЭГ ($\alpha=0.05$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного исследования установлена эффективность применения компьютерной игры «Golf clash» для повышения точности совершения чипов юными спортсменами на расстояние 15-20 метров. Установлено, что использование компьютерной игры «Golf clash» в тренировочных заданиях позволяет увеличить точность чиппинга с 73 до 84%.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Воробьев, В.Ф. Особенности освоения целенаправленных движений детьми с сенсорными нарушениями при использовании виртуальной реальности / В.Ф. Воробьев, К.С. Браим, Н.Д. Зайкова, О.Л. Леханова // *Современные научные исследования и разработки*. 2017. № 9 (17). С. 103-106.
2. Емельяненко, Ю.Р. Компьютерные игры в дошкольном образовании как средство развивающего обучения / Ю.Р. Емельяненко // *Научные исследования: от теории к практике*. 2015. Т. 1. № 4 (5). С. 146-148.
3. Карева, Г.В. Компьютерные игры как средство развития гностических способностей студентов в вузе / Г.В. Карева // *Вестник Брянского государственного университета*. 2010. № 1. С. 71-75.
4. Корольков, А.Н. Межпредметные аспекты школьного физического воспитания : монография / А. Н. Корольков // — 2 - е изд., стер. Санкт-Петербург : Лань, 2020. – 160 с.
5. Корольков, А.Н. Закономерности формирования двигательного навыка у юных игроков в мини-гольф / А.Н. Корольков // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 2011. № 6. С. 36-37.
6. Курмаева, Е.В. Особенности методик обучения теннису детей 5-6 лет на начальном этапе / Е.В. Курмаева // *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 2014. № 6. С. 21-25.
7. Лісенчук, Г. Інноваційна технологія комп'ютерного тестування психомоторики в спортивних іграх / Г. Лісенчук, В. Тищенко // *Наука в олімпійському спорті*. 2019. № 1. С. 36-41.
8. Олѣкминская, П.М. Интерактивные компьютерные игры в подготовке спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата в стрельбе из лука / П.М. Олѣкминская // *Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация*. 2019. Т. 4. № 3. С. 97-100.
9. Подоляка, О.Б. Обучающая компьютерная программа "Регби-13" для усовершенствования учебно-тренировочного процесса в регбилиг / О.Б. Подоляка, В.В. Пасько // *Слобожанский научно-спортивный вестник*. 2011. № 4 (28). С. 163-168.
10. Порядин, А.Е. Компьютерная технология тренировки технических приемов в спортивных играх / А.Е. Порядин, И.Г. Сидоркина, В.В. Роженцов // *Вестник Чувашского университета*. 2016. № 3. С. 209-216.
11. Корольков, А.Н. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта гольф / А.Н. Корольков, В.Г. Никитушкин, Д.С. Жеребко, В.В. Верченков // *Москва, ЦСТСК*, 2016. -158 с.
12. Разуваева, И.Ю. Применение информационных технологий для совершенствования технических приемов и тактических действий в спортивных играх / И.Ю. Разуваева, М.Р. Махмудов // *Academy*. 2017. № 5 (20). С. 99-102.
13. Фероян, Э.В. Использование компьютерных технологий в выявлении игрового амплуа юных футболистов / Э.В. Фероян, И.А. Хипашвили // *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. 2016. Т. 11. № 2. С. 62-72.
14. Яворский, Я. Влияние занятий компьютерными играми на показатели массы тела и координационные способности / Я. Яворский, П. Буяс, Д. Тхожевский // *Теория и практика физической культуры*. 2011. № 1. С. 52-56.

ВАРИАНТЫ ДИДАКТИКИ СВИНГА

Д.К. Локтев
Московская школа гольфа
dloktev@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются варианты дидактики свинга на основе преимущественной реализации маховых или компенсационных движений. Описываются особенности этих вариантов. Приводится суждение об эффективности гибридного варианта методики, в котором признается равнозначность обеих сторон технических действий в построении ударов в гольфе.

Ключевые слова: бексвинг, даунсвинг, обучение, перенос веса.

ВВЕДЕНИЕ

В любой из методик обучения технике гольфа найдется описание двух частей, из которых складываются ударные движения игрока [2, 3]. С одной стороны, это необходимые маховые движения разной амплитуды, имеющие цель сообщить мячу нужную скорость движения при ударе [3]. С другой, это некоторые компенсационные действия, выполняемые с целью выправить природу маховых движений, скоординировать действия верхней и нижней частей тела игрока или придать удару особенный характер: по направлению движения клюшки или же специфике атаки мяча [3, 4]. В зависимости от того, что считается приоритетнее: маховые движения или компенсационные действия, тем и отличаются те или иные подходы к построению свинга.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первом случае, основное внимание в самой методике или при обучении по ней уделяется построению плоскости свинга: правильной геометрии дуги движения клюшки, образным ориентирам выполняемого удара, ключевым моментам его различных фаз, проявляемым в расположении звеньев тела игрока, скоростным характеристикам ударных движений [1]. В таком случае, другие возможные дополнительные действия, как перенос веса, признаются соподчиненными выполнению основных маховых движений. Правильная выстроенная плоскость свинга уже подразумевает эффект от их выполнения, достигаемый в процессе отработки основного комплекса ударных движений. Или же, при достаточно поставленном ударе дополнительно предполагаются тренировки по координации (синхронизации) его выполнения с тем же переносом веса.

В другом случае, при приоритете компенсационных действий над маховыми движениями, основное внимание методологов или тренеров сосредоточено на ключевых моментах удара [4], от правильного и своевременного выполнения которых в конечном итоге зависит все: и правильное выстраивание плоскости ударных движений, и желаемый компенсационный эффект от соответствующих действий. Тогда, становится важным отработка того или иного действия в конкретной фазе удара: изменять стойку, распределяя вес в ногах или меняя положение стоп в исходных действиях, начинать мах с переноса веса на ближнюю к цели ногу, доворачивать плечи в завершение замаха, отводить запястья в начале маха, начинать мах с отведения клюшки по прямой от цели и др. Считается, что такие действия не только дают определенный компенсационный эффект, но и служат ключом ко всему удару, складывающемуся как кинематическая цепь.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В то же время, существует и гибридный вариант методик, где признается равнозначность обеих сторон технических действий в построении ударов в гольфе. Главное, чтобы маховые

движения и компенсационные действия были предельно скоординированы между собой: каждый раз при ударе был точно пройден момент перехода одних в другие или выполнена определяющая часть удара, в которой сказалось бы действие от компенсационного приема и пройденной фазы махового движения. Можно сказать, что гибридный вариант и есть тенденция настоящего времени. Давно прошли времена, когда определяющим способом обучения гольфу было просто давать бить на рейндже, выправляя маховые движения в бексвинге и даунсвинге, а также формируя правильное завершение. Также прошла "мода" на активные действия в махе, когда маховым движениям звеньев верхней части тела предшествуют управляемые изменения в нижней части тела, связанные с действиями в ногах и переносом веса на ближнюю к цели сторону тела. Актуальнее сейчас выглядят другие ключевые методические рекомендации: начинать замах с поворота туловища одновременно с переносом веса на дальнюю к цели ногу, проходить через середину замаха с сильно отведенными назад кистями, присесть на ближнюю к цели ногу в начале маха, удерживая при этом начало маховых движений верхней части тела и др.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Корольков, А.Н. Закономерности формирования двигательного навыка у юных игроков в мини-гольф / А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2011. - № 6. - С. 36-37.
2. Лаврентьев, В.Г. Гольф. Диалектика игры / В.Г. Лаврентьев. М: Де'Либри, 2019. - 226 с. ISBN: 978-5-4491-0351-2
3. Локтев, Д.С. Классификация свинга в гольфе по ведущему звену тела, преимущественно задействованному при его выполнении / Д.С. Локтев, А.Н. Корольков // Наука и спорт: современные тенденции - 2015. - № 1 (том 6). - С.76-84.
4. Романов, Н.С. Позный метод обучения технике легкоатлетического бега и прыжков / Н.С. Романов, А.И. Пьянзин, Е.В. Никитина // Теория и практика физической культуры. - 2011. - № 4. - С. 73-77.

ИМПРИНТИНГ КАК ФЕНОМЕН ФОРМИРОВАНИЯ СТИЛЯ ИГРЫ В МИНИ-ГОЛЬФЕ

Е.А. Лысов

Средняя образовательная школа №154, г. Самара

Аннотация. В результате многолетних педагогических наблюдений за юными спортсменами исследовано влияние импринтинга на поведение, стиль и манеру совершения игровых действий. Проведен педагогический эксперимент, установлена эффективность импринтинга для улучшения спортивных результатов.

Ключевые слова: нейропсихология, спортивная тренировка, этап начальной подготовки, юношеский спорт.

ВВЕДЕНИЕ

Импринтинг или запечатление (подражание объекту привязанности) – это специфическая произвольная форма обучения. Это процесс обучения, происходящий на ранних этапах жизни и закрепляющий поведенческие паттерны. Он закрепляет в памяти признаки объектов при формировании или коррекции врожденных поведенческих актов. В частности в возрасте 8-10 лет подражание является характерным явлением для многих детей. Известно, что в младшем школьном возрасте преимущественным способом познания является предметное мышление. Дети лучше и воспринимают внешние признаки изучаемого объекта, его характерные внешние геометрические признаки. Эта особенность детского восприятия часто является доминирующей при освоении навыков игры в мини-гольф [1,3]. Юные спортсмены охотней перенимают манеру поведения более взрослых ведущих спортсменов, особенности удержания клюшки и стиль совершения игровых действий, чем воспринимают и реализуют тренерские указания и рекомендации [2,6].

В спорте объектами импринтинга, как правило, являются тренеры и опытные спортсмены, спортсмены-соперники, спортсмены-лидеры, достигающие высоких спортивных результатов и имеющие характерные ярко выраженные особенности поведения и/или стиль совершения спортивных движений. Юные спортсмены при этом часто охотно подражают и перенимают манеру поведения и технико-тактические приемы более «авторитетных» спортсменов, чем стараются выполнять указания и рекомендации тренера.

Особенно ярко импринтинг проявляется в мини-гольфе у юных спортсменов, которые копируют и повторяют многие элементы поведения лидирующих игроков: возгласы, упражнения на разминке, способы регулирования свойств мячей, установки мячей на игровой поверхности и их извлечения из лунки, манеру передачи мячей партнеру и тренеру, подготовку к удару, и, собственно, способ совершения игровых действий [4, 5]. Импринтинг в основном характерен для игроков-детей в возрасте 8-12-ти лет, т.е. до начала пубертатного периода. Хотя и в более взрослом возрасте импринтинг действий, которые, по мнению субъекта импринтинга, позволяет достичь более высоких спортивных результатов в мини-гольфе, свойственен многим участникам соревнований. Проявляется это в выборе и замене мячей, способах подготовки игровой поверхности, ободряющих и стимулирующих действиях игроков и тренеров.

В отличие от обычного обучения или условных рефлексов, импринтинг не нуждается в подкреплении, информация о впечатлении обычно не забывается, а отрицательное подкрепление и болезненные стимулы лишь усиливают импринтинг.

В момент уязвимости, эмоционального напряжения, стресса потребность в импринтинге настолько остра, что импринтироваться может что угодно. В мини-гольфе, исходя из наблюдений, юные спортсмены в тренировочном процессе и во время проведения соревнований начинают подражать лидерам, копируют манеру игры (хват клюшки, стойку, тактику удара, силу удара, меняют мячи и т.д.). Данная ситуация приводит как к

положительным, так и к отрицательным моментам, особенно если это происходит во время соревновательного процесса.

В фундаментальных трудах А.Н. Королькова [2, 3] рассмотрены общие принципы спортивной подготовки в гольфе и мини-гольфе на многолетних этапах и в годичном цикле, где в части подготовки спортсменов рассмотрены несколько вариантов импринтинга. Например, при обучении стойки спортсмена рассмотрен вариант подражания стойки из других видов спорта (футбол, волейбол и т.д.), но описания и экспериментальных практических данных о содержании и эффективности тренировочных воздействий не приводится. По этой причине рассмотрение особенностей импринтинга в тренировочных занятиях в отдельные периоды годичного цикла представляется актуальным.

Проблемой организации спортивной работы является определение положительных и отрицательных факторов влияния импринтинга на спортсменов при формировании или коррекции поведенческих актов на тренировочных занятиях по мини-гольфу. Данная ситуация требует комплексного подхода организации тренировочного процесса и визуального контроля во время подготовки и соревнований.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В связи с изложенными выше суждениями были определены следующие задачи исследования:

- определить влияние импринтинга на результативность игры в условиях тренировочного и соревновательного процесса;
- определить эффективность частной тренировочной методики повышения результативности в мини-гольфе с использованием импринтинга.

Для решения указанных задач проводились педагогические наблюдения 20 юных игроков в мини-гольф, которые были поделены на группы. Первая группа (контрольная) 10 человек в возрасте 7-8 лет (не имеющих спортивных разрядов); вторая группа 10 человек в возрасте 7-8 лет (не имеющих спортивных разрядов); третья группа (контрольная) 5 человек в возрасте 10-14 лет (имеющие юношеские разряды); четвертая группа 5 человек в возрасте 11-16 лет (имеющие спортивные разряды).

Наблюдаемый контингент еженедельно (три раза в неделю) участвовал в тренировках по физической подготовке и мини-гольфу в условиях спортивного зала оборудованного для занятий мини-гольфом, гольфом, организованном на базе МБОУ «Школа №154» (г. Самара) в период с 01 сентября 2019 г. по 16 марта 2020 г. Тренировки проводились в спортивном зале с ковровым покрытием и 18-тью лунками для миниатюр гольфа. Использовались обучающие пластиковые комплекты клюшек SNAG и Short-golf. С сентября по октябрь 2019 г. занятия проводились на открытом воздухе на поле для мини-гольфа (стандарт «миниатюр-гольф») на базе МБОУ «Школа-интернат №117» (г. Самара). В начале и по завершению исследования была проведена контрольная оценка количества попаданий в лунку, попадание в мишени SNAG и Short-golf. Результаты педагогических наблюдений фиксировались в табличном виде в пакете Microsoft Excel и обрабатывались в статистической диалоговой системе Stadia 8.0.

В начале сентября произведена оценка физического состояния первой и второй группы (набор групп осуществлялся из первых классов, дети ранее не знакомы с гольфом). Уровень состояния равный.

7-8 сентября на поле для мини-гольфа (стандарт «миниатюр-гольф») на базе МБОУ «Школа-интернат №117» (г. Самара) третья и четвертая группы сыграли по 4 раунда для оценки состояния после летних каникул. Уровень игры у спортсменов в среднем составил: третья группа – 42,5(+6); четвертая группа – 31,2(+5).

При определении содержания и допустимых объемов тренировочных нагрузок в условиях спортивного зала, не приводящих к снижению мотивации, усталости, возникновения привыкания, снижения эффекта монотонии и однообразия, содержание тренировочных занятий в течение недели чередовалось.

У всех четырех групп первая тренировка, как правило, была посвящена отработке игровых действий: в соревновательном режиме в виде игры на счет ударов или на счет выигранных лунок с ограничением действия сенсорных систем или без ограничений [1]; или в отработке игры на отдельных лунках методом многократных повторений [2]; или в виде отработки ударов на отдельных лунках с использованием элементов биатлона [5]. Вторая тренировка обычно была посвящена освоению технических действий в гольфе с использованием пластикового обучающего оборудования; или подвижным играм в спортивном зале.

С сентября по октябрь у третьей и четвертой группы тренировочные занятия проводились на поле для мини-гольфа (стандарт «миниатюр-гольф») на базе МБОУ «Школа-интернат №117» (г. Самара).

Для определения влияния импринтинга на результативность в условиях тренировочного процесса была применена следующая частная методика:

1. На занятия с первой группой приглашалась четвертая группа и проводилась совместная тренировка, с акцентированием внимания первой группы на технические действия опытных спортсменов;

2. На занятия со второй группой приглашалась третья группа и проводилась совместная тренировка;

3. На занятия с третьей группой приглашалась четвертая группа и проводилась совместная тренировка, с акцентированием внимания третьей группы на технические действия опытных спортсменов;

4. На занятиях с первой группой с помощью медиа ресурсов просматривались игры профессиональных игроков мирового уровня, с акцентированием внимания на технические действия;

5. На занятиях с второй группой с помощью медиа ресурсов просматривались игры профессиональных игроков мирового уровня, без акцентирования внимания на технические действия игроков;

6. На занятиях с третьей группой с помощью медиа ресурсов просматривались игры профессиональных игроков мирового уровня, с акцентированием внимания на технические и тактические действия;

7. На занятиях с третьей и четвертой группами отработка и игра на лунках проводилась по принципу «слабый с сильным».

Оценка эффективности примененной методики была осуществлена в серии контрольных соревнований школьников в январе и марте 2020 года (таблицы 1 и 2).

Таблица 1

Результаты контрольных соревнований в марте 2020 г.

| № | группы | |
|---------------|--------|--------|
| | Первая | Вторая |
| 1 | 100 | 96 |
| 2 | 94 | 106 |
| 3 | 88 | 88 |
| 4 | 92 | 88 |
| 5 | 80 | 102 |
| 6 | 94 | 102 |
| 7 | 78 | 100 |
| 8 | 92 | 88 |
| 9 | 88 | 88 |
| 10 | 88 | 98 |
| ср. результат | 89,4 | 95,6 |

Результаты контрольных соревнований в январе 2020 г.

| № | группы | |
|--|--------|-----------|
| | третья | четвертая |
| 1 | 26,7 | 27,5 |
| 2 | 31,2 | 28,3 |
| 3 | 33,5 | 29,7 |
| 4 | 45 | 33,5 |
| 5 | 54,5 | 34,5 |
| Средний результат | 38,18 | 30,7 |
| Начальный результат На сентябрь 2019 г. | 42,5 | 31,2 |

В результате проверки гипотезы «Есть различия между выборочными средними» установлено, что в результате применения данной методики статистически значимые различия в результатах были достигнуты, в части увеличения попаданий в лунку (мишень) и соответственно в створ лунки, положительное влияние импринтинга на игровые результаты в условиях тренировочного и соревновательного процесса установлено.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенных педагогических наблюдений и эксперимента установлена эффективность частной тренировочной методики повышения результативности в мини-гольфе с использованием импринтинга.

Определено, что в результате применения этой методики результаты игры улучшаются. При этом разности в результатах до и после применения этой методики являются и статистически значимыми, и педагогически важными.

К перспективам дальнейших исследований в этом направлении можно отнести дальнейшие детальные экспериментальные педагогические наблюдения, направленные на определение содержания, объема, интенсивности и направленности тренировочных нагрузок в различных периодах спортивной подготовки в годичном цикле на разных этапах многолетней подготовки юных игроков в мини-гольф, а так же изучение влияния импринтинга на изменение результатов спортсменов на этапе спортивного совершенствования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Корольков, А.Н. Закономерности формирования двигательного навыка у юных игроков в мини-гольф / А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2011. № 6. С. 36-37.
2. Корольков, А.Н. Влияние слухового восприятия игровых действий в мини-гольфе на результативность их совершения / А.Н. Корольков и др. // Ученые записки Российского Государственного социального университета – 2016. Т.15, № 6 (169) . – С.158-166.
3. Корольков, А.Н. Мини-гольф: теоретические и методические основы спортивной подготовки: монография / А.Н. Корольков // – М.: Эдитус, 2015. – 264 с. ISBN 978-5-00058- 310-4
4. Корольков, А.Н. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Гольф» / А.Н. Корольков и др. – М.: 2016. - 158 с. ISBN 978-5-905395-47-5
5. Лысов, Е.А. Использование элементов биатлона на тренировочных занятиях по мини-гольфу. В сборнике: Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии материалы VIII международной научно-практической конференции. ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2019. С. 354-359.
6. Лысов, Е.А. Опыт проведения и организация занятий по спортивному мини-гольфу в специальный подготовительный период / Е.А. Лысов и др. // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2017. № 1. С. 153-161.

ГОЛЬФ, КАК АДАПТИВНЫЙ ВИД СПОРТА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Е.В. Романова, А.Д. Журавлев, А.М. Волков
РОО «Федерация гольфа Санкт-Петербурга»

Аннотация. В статье представлен опыт работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), раскрываются проблемы и предлагаются пути их решения.

Ключевые слова: гольф, мини-гольф, ОВЗ, адаптивная физическая культура.

ВВЕДЕНИЕ

Популярность гольфа в России растет среди различных слоев населения, в том числе благодаря его доступности, без существенных ограничений по возрасту, уровню физической подготовки, двигательных качеств, умений и навыков. Это определяет и его большой потенциал, как адаптивного вида физической культуры.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Безусловно, есть и сложности. Одна из них заключается в отсутствии упорядоченной регламентации тренировочного и соревновательного процессов с учетом нозологических групп спортсменов. Ассоциация гольфа России не раз указывала на необходимость разработки и внедрения организационно-методических, медико-биологических, фармакологических, психологических и других рекомендаций для данного вида спорта. Это может способствовать повышению его массовости, уровня мастерства занимающихся, квалификации специалистов, работающих в данной области. Всё это способно в будущем стать предпосылкой для включения гольфа в реестр паралимпийских видов спорта. Этот вопрос рассматривался в 2018 году [1], но пока не был решен положительно.

С учетом отклонений в состоянии здоровья выделяют гольф для глухих, ампутантов, для умственно отсталых, для лиц, с поражением нижних конечностей. И для каждой категории должны быть предусмотрены особые тренировочные и соревновательные упражнения по гольфу и мини-гольфу, адекватные состоянию здоровья занимающихся.

Так упражнения для лиц с ограничением зрения и слуха по своей сути являются методами сенсорной изоляции, которые повышают компенсаторное действие других рецептивных систем, обостряют мышечно-суставное чувство, повышают чувствительность вестибулярной системы [2].

Упражнения для лиц с разными нарушениями опорно-двигательного аппарата вызывают компенсаторное действие локальных групп мышц, повышают позную устойчивость, создают вариативный навык совершения действий с изменением положения центра масс [3].

Важно учитывать, что освоение движений адаптивной физической культуры вообще, и игровых действий в гольфе в частности, лицами с ограниченными возможностями вызывает гораздо большие трудности, чем у обычных игроков. Поэтому в адаптивной физической культуре существует много больше частных методических приемов освоения и совершенствования целенаправленных движений, чем в обычной спортивной практике [4].

Тренировочный процесс для любого вида спорта предусматривает физическую, тактическую, специальную, психологическую, техническую, теоретическую, технико-тактическую подготовку. И гольф здесь не является исключением.

Методика занятий заключается в последовательном освоении основных элементов техники совершения движения: формирование стойки игрока, освоение способов удержания клюшки, ориентации стойки игрока относительно цели (лунки), освоение темпа и ритма совершения игровых действий, индуктивное освоение совершения технических действий [5].

Важно учитывать не только физическое, но и психологическое здоровье. Если какие-либо нарушения в состоянии здоровья являются врожденными, то они, как правило, приводят к необратимым нарушениям в деятельности практически всех систем и органов человека. Не редко проявляются следующие особенности: иждивенчество, агрессия, изменение самооценки, отсутствие мотивации и инициативы [6]. Эффективность занятий с этим контингентом учащихся часто не высокая и требует значительных педагогических усилий. Как показали статистические исследования вида нарушений здоровья членов паралимпийской сборной России, только 12% спортсменов-паралимпийцев имеют врожденные ограничения в состоянии здоровья, и 88%, соответственно, – приобретенные [2]. Можно предположить приблизительно такие же соотношения в эффективности занятий гольфом в зависимости от генезиса нарушения.

Специалист адаптивной физической культуры, в том числе тренер-преподаватель по гольфу самостоятельно проводит педагогическую диагностику, выявляя состояние отдельных двигательных функций, физических и координационных способностей. Педагогическое воздействие на лиц с ограниченными возможностями должно строиться на следующих принципах:

- дифференциации (объединение обучающихся в однородные группы);
- индивидуализации (учет особенностей каждого обучающегося);
- компенсаторной направленности (возмещение нарушенных функций за счет сохраненных и формирование «обходных путей»);
- адекватности (решение коррекционно-развивающих, компенсаторных, лечебно-восстановительных задач);
- оптимальности (разумная психофизическая нагрузка);
- вариативности (разнообразие упражнений и их выполнения).

Итак, обобщая вышесказанное, определим основные преимущества гольфа, как адаптивного вида спорта:

- доступность, в частности не существует предпочтений, связанных с исходными антропометрическими параметрами игроков, как, например, в волейболе или баскетболе. Правилами гольфа максимальная длина клюшки ограничивается величиной в 127,3 см. По этой причине в гольфе высокорослые игроки не имеют преимуществ в игре. Средний рост мужчин игроков в ТОП-250 мирового рейтинга равен 185 см, женщин 168 см. Средний вес игроков мужчин составляет 83 кг [7]. Это также определяет доступность гольфа для большинства людей;
- освоение: от простого к сложному;
- гольф – это индивидуальная спортивная игра, без контактного противодействия сопернику и внезапного внешнего воздействия, изменяющего условия игры. По этой причине, среди всех видов двигательной активности, гольф по травматизму занимает одно из последних мест.

Проиллюстрировать описанные материалы можно на примере создания и функционирования опорной школы по развитию мини-гольфа для детей с ОВЗ. Такой школой является Государственное общеобразовательное учреждение школа № 522 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга. Школа реализует адаптированные основные общеобразовательные программы (АООП) начального и основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Мини-гольф развивается в школе в системе дополнительного образования детей на протяжении последних 3 лет. Педагогами школы разработана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-гольф» охватывающая учащихся, как начальной, так и старшей школы.

Целью программы является формирование интереса обучающихся к здоровому образу жизни, развитие общей физической культуры детей через регулярные занятия мини-гольфом.

Разработанная программа позволяет успешно решать образовательные, воспитательные, развивающие и коррекционно-развивающие задачи, среди которых следует особо отметить:

1. овладение умениями организовывать жизнедеятельность, направленную на сохранение и развитие собственного здоровья посредством занятий гольфом;
2. понимание роли и значения занятий гольфом в формировании личностных качеств, воспитание нравственных качеств, приучение к дисциплине, организованности, ответственности за свои поступки, активности и самостоятельности;
3. укрепление здоровья и повышение работоспособности, посредством игры в гольф;
4. развитие меткости и координации для игры в гольф;
5. коррекцию и развитие координационных способностей: точности мелких движений кисти и пальцев, дифференцировки усилий, времени и пространства;
6. коррекцию и развитие эмоционально-волевой сферы, умение контролировать свои действия, проявлять спортивный характер и выдержку.

Программа рассчитана на 3 года и реализуется через специально-организованные занятия по 4 часа в неделю для каждой возрастной группы.

Наряду с развитием мини-гольфа в конкретном образовательном учреждении данный вид спорта широко представлен в спортивно-массовых мероприятиях Санкт-Петербурга, организованных для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью. Так, с 2017 года мини-гольф входит в программу Открытого Первенства среди обучающихся школьных спортивных клубов ОУ СПб «Спорт для всех» по видам спорта (среди обучающихся с ОВЗ). Организатором первенства является Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение детский оздоровительно-образовательный туристский центр Санкт-Петербурга «Балтийский берег».

Ежегодно в рамках первенства проходят соревнования по мини-гольфу для школ Санкт-Петербурга, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы (АООП). На сегодняшний день в соревнованиях по данному виду спорта приняли участие воспитанники более 30 образовательных учреждений Санкт-Петербурга. При проведении соревнований формируется итоговый протокол в «абсолютном классе»: выявляются сильнейшие команды и спортсмены независимо от их физических и интеллектуальных возможностей. С целью учёта дополнительной мотивации юных спортсменов протокол дополнительно разделяют по следующим нозологическим группам:

- группа «А»: учащиеся с нарушением слуха, учащиеся с нарушениями речи;
- группа «В»: учащиеся с задержкой психического развития;
- группа «С»: учащиеся с нарушениями зрения;
- группа «Д»: учащиеся с нарушением опорно-двигательного аппарата;
- группа «Е»: учащиеся с интеллектуальными нарушениями.
- группа «О» (открытая) учащиеся образовательных организаций.

Допускается создание объединённых команд по предварительному согласованию с организаторами. Принадлежность к группе определяется по наибольшему количеству участников одной нозологической группы в команде.

В 2020 году соревнования прошли в дистанционном формате. В процессе подготовки участники соревнований познакомились с историей становления гольфа, основными понятиями, правилами, интересными фактами, а также с выдающимися спортсменами-гольфистами.

Опыт проведения спортивно-массовых мероприятий по гольфу и мини-гольфу для обучающихся с ОВЗ был представлен на Городской конференции «Спорт и здоровый образ жизни как интеграционный и инклюзивный ресурс в системе образования Санкт-Петербурга» в 2019 году и получил высокие оценки специалистов. На семинаре для судей по гольфу, прошедшем в марте 2020 года на базе ГБОУ школы №522 Адмиралтейского района рассматривались организационные и методические вопросы, связанные с судейством и развитием гольфа для школьников с ОВЗ и инвалидностью. Материалы семинара нашли своё

отражение в Санкт-Петербургском интернет-семинаре «Детско-юношеский спорт: потенциал развития» и будут внедрены в практику организации и проведения городских спортивно-массовых мероприятий для обучающихся с различными образовательными возможностями.

Методическое и информационное сопровождение гольф-мероприятий оказывают Федерация гольфа Санкт-Петербурга, ГБУ «Балтийский берег» и Комитет по образованию Санкт-Петербурга.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Гольф, как вид адаптивного спорта, имеет большой потенциал, но его реализации препятствует отсутствие методической, организационно-технической базы. Очень важно обеспечить тренерский состав методическим материалом, который позволил бы выстроить свой индивидуальный, обоснованный подход к тренировкам с учётом нозологических групп спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гольф, футбол на электрических колясках и парусный спорт могут добавить в программу Паралимпиады-2024 // Спорт-экспресс [Электронный ресурс]. – Эл. журнал – 2018 – 29 янв. – Режим доступа: <https://www.sport-express.ru/paralympics/news/golf-futbol-na-elektricheskikh-kolyaskah-i-parusnyu-sport-mogut-dobavit-v-programmu-paralimpiady-2024-1365066/> (Дата обращения: 29.10.2020)

2. Рипа, М.Д. Гольф для лиц ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие / М.Д. Рипа, А.Н. Корольков, В.А. Фесенко. М.: Эдитус, 2017. 228 с.

3. Корольков А.Н. Проблемы классификации спортсменов с ОВЗ при занятиях гольфом / А.Н. Корольков, М.Д. Рипа // В сборнике: Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии. Материалы VI международной научно-практической конференции. 2017. С. 383-391.

4. Корольков, А.Н. Гольф как межпредметная образовательная технология в сфере физической культуры / А.Н. Корольков, Д.С. Жеребко // В сборнике: Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры. сборник статей по материалам. Мининский университет. 2020. С. 108-113.

5. Корольков, А.Н. Величины вибрационных нагрузок при совершении игровых действий в гольфе / А.Н. Корольков, О.В. Лангуева, А.И. Луцкова // В сборнике: Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2019. С. 416-421.

6. Рипа, М.Д. Основные показания и противопоказания при занятиях гольфом с лицами, имеющими ограниченные физические возможности / М.Д. Рипа, А.Н. Корольков // В сборнике: Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения. Материалы VII межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. Общая редакция: А.Э. Страдзе, Редколлегия: В.Г. Никитушкин, Г.Н. Германов, И.И. Столов. 2017. С. 445-449.

7. Корольков, А.Н. Росто-весовые и возрастные параметры мужчин игроков в гольф высокой квалификации / А.Н. Корольков // В сборнике: Проблемы современной морфологии человека. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 80-летию профессора Б. А. Никитюка. 2013. С. 180-182.

СУДЕЙСТВО: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ...

С.А. Спицын, Л.В. Нортенко
РОО «Федерация гольфа Санкт-Петербурга»

Аннотация. В статье затронуты проблемы судейства, касающиеся прав спортсменов.

Ключевые слова: судьи по гольфу, подготовка судей по гольфу, судейские семинары.

ВВЕДЕНИЕ

Олимпийский гольф обозначил новые, более серьезные, требования к уровню спортивного мастерства гольфистов и к квалификации гольф-специалистов, занятых в тренировочном и соревновательном процессе. Не последнюю роль здесь играет квалификация судейских кадров.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

На примере двух соседних регионов (Санкт-Петербург и Ленинградская область) можно уверенно сказать, что клубные турниры и спортивные соревнования проходят еженедельно и параллельно в нескольких клубах, для судейского обслуживания которых требуется достаточно большое количество судей разных категорий.

Уровень игрового мастерства гольфистов возрастает с каждым турниром, улучшается значение их гандикапа, и, как следствие, у них появляется желание выступать на официальных всероссийских соревнованиях. Для обеспечения законного права спортсменов по допуску на ВС и финансированию их поездок на ВС региональные федерации обязаны выполнить ряд обязательных действий, одно из которых - включить спортсменов в список региональной сборной команды. И здесь на первый план выходит цепочка требований Минспорта, распределенная по времени на год-два и тесно связанная с сопоставлением гандикапов и спортивных разрядов. Эти требования подробно прописаны в Единая всероссийская спортивная классификация (ЕВСК) и Квалификационные требования к спортивным судьям (КТСС). В частности, там указывается уровень спортивных соревнований для получения необходимых разрядов, а также необходимое количество и уровень квалификации судей для обслуживания соответствующих соревнований [1].

Процесс подготовки судей – долгосрочный и дорогостоящий. Достаточно упомянуть, что в КТСС указаны требования к количеству обслуженных турниров и прослушанных судейских семинаров, и по этим требованиям подготовка главного судьи регионального уровня (1 категория) занимает 4-6 лет и более.

Имеющиеся в каждом клубе гольф-специалисты без судейских категорий уже не могут полностью закрыть всю потребность в решении судейских ситуаций на поле и по оформлению отчетной документации на соревнованиях выше клубного уровня, хотя для судейства клубных турниров и соревнований муниципального (и аналогичного) уровня требуется всего лишь начальная, третья категория, судейства. К «аналогичным» в Санкт-Петербурге смело можно отнести серии соревнований Школьной лиги гольфа и городской Спартакиады школьников (более 200 школ), студенческих вузовских и межвузовских турниров, состязаний среди лиц с ограничениями по здоровью.

В настоящее время в Санкт-Петербурге проблема начального обучения судей решается на уровне обучающих семинаров Региональной коллегии спортивных судей Федерации гольфа Санкт-Петербурга. Например, в 2020 году более 60 слушателей успешно сдали зачеты на присвоение 3 категории спортивных судей по гольфу и мини-гольфу (раздельно по дисциплинам). Эти слушатели, в большинстве своём, являются преподавателями физической культуры из школ, участвующих в Школьной лиге гольфа. Полученные судейские знания помогают этим преподавателям более профессионально знакомить школьников с гольфом и мини-гольфом на уроках, в школьных спортивных клубах (ШСК) и в отделениях

дополнительного образования детей (ОДОД) с использованием оборудования, полученного по грантам Олимпийского комитета России и Ассоциации гольфа России. Статус «судья» положительно отразился и на количестве и на качестве школьных соревнований по школьному гольфу, и, как следствие, на размере заработной платы преподавателей [2].

В Санкт-Петербурге дальнейший рост судейского мастерства уже сейчас обеспечен возможностью прохождения судейских семинаров в рамках программы повышения квалификации специалистов и магистерской программы в Институте физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого. Базу для практических занятий и дальнейших тренировок готовы предоставить гольф-клубы Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Благодаря этим программам, нынешние студенты получают возможность не только играть в гольф и участвовать в студенческих соревнованиях, но и в будущем связать свою деятельность с тренерством и судейством по гольфу. Прошедшие в этом году в Гольф-клубе «Петергоф» студенческие соревнования показали рост заинтересованности вузов в развитии студенческого гольфа на качественно более высоком уровне по подготовке всех участников спортивных мероприятий.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Федерация гольфа Санкт-Петербурга считает актуальным и необходимым дальнейшее расширение возможностей для карьерного роста судей по гольфу и переход на более широкий уровень подготовки других специалистов по гольфу с подключением учебно-преподавательских возможностей вузов Санкт-Петербурга.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Корольков, А.Н. Антропологические особенности нарушений правил на международных турнирах по мини-гольфу / А.Н. Корольков, О.И. Фризен // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 4. С. 41-43.
2. Корольков А.Н. Педагогический анализ нарушений правил на международных соревнованиях в мини-гольфе / А.Н. Корольков, А.П. Стрижак, О.И. Фризен // Вестник спортивной науки. 2017. № 3. С. 13-18.

ШКОЛЬНЫЙ ГОЛЬФ – АМБАССАДОР СТУДЕНЧЕСКОГО ГОЛЬФА

С.А. Спицын, Я.О. Нортенко
РОО «Федерация гольфа Санкт-Петербурга»

Аннотация. В статье рассмотрены перспективы развития студенческого гольфа в Санкт-Петербурге, а также проблемы, которые необходимо решить для успешного развития программы.

Ключевые слова: студенческий гольф, школьный гольф, спортивная школа.

ВВЕДЕНИЕ

В России гольф стал развиваться сравнительно недавно, но достаточно активно как спортивный вид (это отдельная тема!), а также как подвижный досуг и «модный» способ общения. Все эти качества гольфа хорошо ассоциируются с молодёжной средой, и в частности, со студенчеством [1].

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Молодёжный любительский гольф (в т.ч. студенческий) прирастает гольфистами из детского гольфа. Например, в Санкт-Петербурге играть в гольф начинают буквально со школьной скамьи. Более 200 школ Северной столицы ежегодно принимают активное участие в программе «Школьный гольф», в рамках которой дети имеют возможность попробовать себя в этом новом для них виде спорта, не выходя из своей школы. Федерация гольфа Санкт-Петербурга, помимо официальных детско-юношеских соревнований из календаря Комитета по физической культуре и спорту СПб, проводит серию соревнований среди школьников в партнёрстве с ГБУ «Балтийский берег» (Комитет по образованию СПб): городская Спартакиада школьников, Школьная лига гольфа, Первенство образовательных учреждений, подведомственных муниципалитетам Санкт-Петербурга, и пр. Таким образом, информационный охват составляет ежегодно более тысячи человек. Школьники, желающие дальше развивать себя в любительском гольфе, на первой ступени могут заниматься в спортивной школе (СШОР «Невские звёзды») и детских клубных академиях. Следующей, более высокой, ступенью для юных гольфистов может стать студенческий любительский гольф, массовость и успехи которого напрямую наследуются из школьного гольфа. Таким образом, школьный гольф вполне заслуженно можно назвать амбассадором студенческого гольфа [2].

В 2019 году было подписано Соглашение между Санкт-Петербургским политехническим университетом Петра Великого и Федерацией гольфа Санкт-Петербурга по развитию студенческого гольфа. Воплощение в жизнь этого Соглашения даст возможность недавним школьникам, а ныне студентам Политеха, продолжить занятия гольфом и в полной мере реализовать свои таланты в области студенческого любительского гольфа. Многие иногородние студенты уже открывают для себя гольф и начинают увлечённо им заниматься. В прошедших в этом году в Гольф-клубе «Петергоф» студенческих соревнованиях приняли участие студенты-гольфисты из СПбПУ Петра Великого и СПбГУ. Дстойное выступление питерских студентов-гольфистов проявило возрастающий интерес других вузов присоединиться к этому направлению развития студенческого спорта [3].

С каждым годом ширится календарь молодёжных и студенческих турниров; количество их участников становится всё больше; растёт мастерство юных игроков; чемпионаты становятся всё сильнее и интереснее. Заметное увеличение на международном уровне числа российских гольфистов школьно-студенческого возраста (15-25 лет) стало заслуженным результатом долгосрочной плановой работы, проводимой с юными игроками [4].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Однако существует и своего рода сдерживающий фактор - недостаточное количество специалистов (научных сотрудников) для обучения тренеров по гольфу и как следствие недостаток тренеров для обучения гольфистов в спортивных школах. Существует необходимость создания условий для открытия кафедры гольфа, например, в НГУ ФКСиЗ им. П.Ф. Лесгафта или СПбПУ им Петра Великого.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Жеребко, Д.С. Школьный гольф: история, состояние и перспективы / Д.С. Жеребко // В сборнике: Студенческий гольф в России: состояние и перспективы. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. 2018. С. 16-21.
2. Корольков, А.Н. Гольф как межпредметная образовательная технология в сфере физической культуры / А.Н. Корольков, Д.С. Жеребко // В сборнике: Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры. Сборник статей по материалам. Мининский университет. 2020. С. 108-113.
3. Корольков, А.Н. Гольф в школьных образовательных проектах / Корольков А.Н., Жеребко Д.С. // В сборнике: Физическая культура и спорт студенческой молодежи в современных условиях: проблемы и перспективы развития. Сборник научных трудов участников XII Международной научно-практической конференции. 2017. С. 165-171.
4. Корольков А.Н. Гольф как вариативная часть предмета физическая культура: опыт апробации программы "Школьный гольф" / А.Н. Корольков // В сборнике: Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании. Материалы V межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. 2016. С. 139-144.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ ВАРИАТИВНОСТЬ ПОЛНОГО СВИНГА В СВЕТЕ СОВРЕМЕННОЙ КОНЦЕПЦИИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГОЛЬФИСТОВ

А.А. Стрижак

Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)
edelberg48@gmail.com

Аннотация. Двигательная вариативность свинга в гольфе, в настоящее время, представляет собой одно из актуальных и приоритетных направлений познания биомеханики гольфа. Ранее считалось, что двигательная вариативность играет исключительно деструктивную роль и представляет собой помеху для кинематической и кинетической стабильности свинга. В настоящее время исследователи, основываясь на проведенных экспериментах, заявляют о ее большой функциональной значимости. Мы приходим к выводу, что вариативность является неотъемлемым аспектом высококвалифицированного двигательного действия. Особым показателем развитости навыка игрока служит способность компенсировать вариативность одних звеньев кинематической цепи вариативностью иных. Таким образом, двигательная вариативность в гольфе может иметь не только деструктивный, но и функциональный, а также компенсаторный характер.

Ключевые слова: биомеханика гольфа, свинг, функциональная, компенсаторная, деструктивная вариативность, звенья кинематической цепи.

ВВЕДЕНИЕ

На протяжении длительного времени в области биомеханики гольфа считалось, что существует единственно верная техника свинга и единообразный «идеальный» паттерн движения как для одного игрока, так и для всех игроков в целом. Многообразие рассматривалось как отрицательное свойство двигательной системы, предполагалась необходимость преодоления присущей сложности координации функционального движения. Двигательная вариативность расценивалась как негативный побочный продукт хаотичных ошибок центральной нервной системы, который должен быть устранен.

Многие тренеры полагают, что игроки должны отрабатывать стабильный и повторяемый свинг, игнорируя возможности функциональной вариативности. Это отражает общепринятую точку зрения, что вариативность в гольф свинге не желательна. В то же время, игроки, включая профессионалов высокого уровня, не способны абсолютно идентично воспроизводить движение в рамках одной или нескольких тренировочных сессий и в процессе соревнований [1-18]. Концепция «идеального свинга» до сих пор имеет место, несмотря на большое количество доказательств, что индивидуальная вариативность является неотъемлемой чертой, присущей человеческому движению.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Очевидно, что высококвалифицированное двигательное действие сочетает в себе гибкость, точность, адаптивность, плавность, стабильность, оптимальность и характеризуется критическими параметрами, учитываемыми центральной нервной системой. Гольф свинг состоит из множества мелких движений, изменение в одном из них ведет к цепной реорганизации последующих с целью выполнения изначально поставленной задачи. При этом, наличие двигательной вариативности совсем не обязательно влечет за собой вариативность результативную. Под двигательной вариативностью мы понимаем изменение параметров движения звеньев кинематической цепи при попытках совершения одного и того же удара.

Изучение данной проблематики отсылает нас к трудам Н.А. Бернштейна, исследовавшего биомеханику ударных действий и выявившего эффект «повторения без

повторения». Суть данной концепции состоит в отсутствии у сложной биосистемы способности воспроизводить один и тот же навык абсолютно идентичным образом, что продиктовано наличием большого количества степеней свободы двигательного аппарата. В условиях сложно-координационной специфики гольф свинга, данная «избыточность» занимает особое место.

Смена терминологии с «избыточность» на «множественность» апеллирует к сложности двигательной системы как к преимуществу, а не недостатку, позволяющему системе одновременно быть гибкой и устойчивой, эффективно решая поставленные задачи. Было выдвинуто предположение, что двигательная вариативность не обязательно должна быть отражением нежелательных отклонений или ошибок двигательной системы, а что она придает этой двигательной системе гибкость и адаптивность [16]. Это совсем не означает, что ошибки не имеют место хотя бы частично [4]. Также это и не означает, что любая вариативность полезна для выполнения двигательного действия.

Считается, что вариативность нелинейных систем продиктована как стохастическими, так и хаотичными колебаниями. То есть, общая двигательная вариативность состоит как из функциональных изменений, присущих нелинейным системам, так и из ошибок нервно-мышечного аппарата.

Можно утверждать, что бесполезно пытаться воспроизвести неизменный паттерн свинга, потому что целью должно быть не повторение свинга, а формирование эффективного движения, которое будет отвечать актуальным условиям осуществления удара. Некоторые аспекты движения нуждаются в стабильности в то время, как для иных допускается определенная степень вариативности [8].

Вариативность человеческого движения зависит от изменяющихся условий, к которым можно отнести состояние организма, окружающую среду и специфику задачи, которые влияют на двигательную систему, что позволяет ей играть положительную роль в координации и управлении движением [11]. Структура вариативности зависит от поставленной задачи и иных факторов. Оптимальная структура вариативности проходит где-то между полной хаотичностью и абсолютным единообразием и для каждой задачи имеет свои значения [9].

Таким образом, мы можем говорить об «окне возможностей» - допустимой степени вариативности кинетических и кинематических параметров, позволяющей достигать одной цели [8]. Предполагается, что двигательная вариативность не связана с результативной вариативностью напрямую, скорее, полученные данные говорят, что гольфисты, вне зависимости от гандикапа или пола, используют индивидуальные двигательные паттерны и определенное сочетание функциональной двигательной вариативности и двигательной неизменности с целью достижения стабильного результата [11].

В данном случае, функциональная вариативность призвана облегчить координационные изменения, обеспечить использование альтернативных двигательных решений, либо отражать способность гибко адаптироваться к изменениям окружающей среды [11]. Также вариативность способна снизить риски получения травм за счет распределения двигательных нагрузок на внутренние структуры.

Двигательная вариативность призвана выполнять четыре функции. Во-первых, вариативность может говорить о степени стабильности паттерна движения относительно идеала: высокая вариативность означает нестабильный паттерн движения, малая вариативность указывает на его стабильность. Во-вторых, вариативность позволяет осваивать новые паттерны движения, делая систему более гибкой. В-третьих, гибкость позволяет изменять параметры движения с целью адаптации движения к изменяющимся условиям выполнения. В-четвертых, она является методом исследования, позволяя постоянно совершать новые движения и выбирать наиболее подходящее для каждого конкретного случая.

Важно отметить, что двигательный аппарат склонен пытаться сохранить стабильность в результате, а не в неизменности движения. Теоретически, таковая стабильность может быть

достигнута как путем неизменности, так и варьирования движения. Но последняя позволяет системе быть гибкой и адаптивной, при этом, сохраняя постоянство результата.

Едва ли можно говорить, что любая вариативность полезна. Скорее, она отражает степень скоординированности паттерна движения, который может быть использован для решения задачи, и она может быть функциональной, деструктивной или же нейтральной, в зависимости от обстоятельств [1]. Без понимания степеней функциональности вариативности, невозможно оптимизировать технику игры. Функциональная вариативность имеет весомый потенциал для человека, она позволяет организму успешнее справляться с задачами, благодаря выбору вариантов действия, стратегии, гибкости и адаптивности [9].

В процессе игры гольфисты высокого уровня вырабатывают способность использовать вариативность продуктивно, используя степени свободы двигательной системы. Они способны «обнулять» вариативность, что позволяет устранять деструктивную вариативность в ключевой фазе движения. Компенсаторная вариативность имеет место, когда одни колебания движения компенсируются иными. Этим объясняется достижение стабильного, однородного результата, несмотря на наличие двигательной вариативности. Что указывает на способность к взаимной компенсации координационной структуры движения. Переменные могут показывать высокую степень изменчивости движения, но вместе они приводят к стабильному, повторяемому результату.

Как правило, вариативность имеет большие значения у проксимальных звеньев кинематической цепи и меньшие – у дистальных. Кратковременное увеличение вариативности дистальных звеньев можно считать показателем компенсаторной вариативности в заключительных фазах движения для более точного выполнения задачи. Увеличение биомеханических степеней свободы способствует реализации компенсаторной стратегии движения высококвалифицированными спортсменами, которые в большей мере склонны к ее проявлению. Менее квалифицированные гольфисты стараются жестко ограничивать степень свободы движения, что приводит к меньшей адаптивности к погрешностям и, следовательно, худшей результативности.

Игроки высокого класса демонстрируют взаимно скоординированное движение, нивелируя ошибки проксимальных звеньев тела внесением поправок в движение дистальных. Игроки низкого и среднего уровня не вносят компенсирующие поправки в движение, что говорит о меньшей функциональности вариативности их движения. Таким образом, компенсаторная вариативность развивается при совершенствовании двигательного навыка. Разумеется, показатели свинга всегда отличны от средней переменных. Эти отклонения не являются деструктивными и считаются допустимыми.

Известно, что в сложно-координационном двигательном действии энергия и момент последовательно передаются сегментами тела со сложением величин в ключевой фазе движения. Это говорит о необходимости суммации скоростей звеньев кинематической цепи посредством последовательной передачи энергии от проксимальных сегментов – дистальным, что позволяет придать головке клюшки максимальную угловую скорость. В этой связи, приобретает особое значение временная последовательность задействования сегментов, которая оптимальна для сложения пиковых угловых скоростей в кинематической цепи и которая, в идеале, должна быть инвариативна. Стабильность временных параметров свинга является ключевым для его эффективности [9].

В свете точки зрения, что двигательная вариативность имеет нежелательный характер, можно было бы предположить, что высококвалифицированные игроки обладают незначительной двигательной вариативностью, либо не имеют ее вовсе [1]. Тогда игрок с меньшей вариативностью на заре тренировочной деятельности будет более успешен, так как степень вариативности должна уменьшаться по мере приобретения и развития навыка. Однако, гольфисты с изначально большей вариативностью обычно лучше обучаются и выступают по причине того, что она позволяет освоить использование различных стратегий осуществления удара для достижения одной и той же цели [9].

Прогрессия двигательной вариативности обычно выглядит как U-образная петля. По мере развития навыка, она снижается, так как закрепляются успешные стратегии действия. Когда же игрок приобретает высокую квалификацию, вариативность его движения снова увеличивается, отражая способность игрока регулировать технику в зависимости от окружающих условий.

Таким образом, двигательная вариативность высококвалифицированных гольфистов указывает на гибкость и адаптивность, а также ее компенсаторный характер. Несмотря на то, что данная прогрессия ясно прослеживается в некоторых осуществленных исследованиях, необходимо иметь в виду также, что она может зависеть от выполняемой задачи и конкретных условий.

Обучение двигательному навыку происходит в три связанных этапа, которые могут пересекаться. Сначала обучающийся осуществляет первые попытки установить необходимые взаимосвязи между компонентами двигательной системы и двигательной задачей. На данном этапе ожидается высокий уровень вариативности. Сейчас функциональная роль вариативности состоит в выборе из множества координационных состояний наиболее эффективного и его закреплении. На этапе контроля умения игрок обретает способность изменять переменные параметры движения. Он становится значительно более восприимчивым к результатам двигательного действия, достигая большей стабильности и меньшей деструктивной вариативности. При обретении развитого навыка гольфист способен оптимально подстраивать адаптационные изменения и применять реактивные силы движения для максимального использования энергии. Таким образом, вариативность может иметь различное толкование в зависимости от мастерства игрока и развитости двигательного навыка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Необходимо признать, что высококвалифицированное двигательное действие, при совершении серии попыток, характеризуется наличием вариативности [5]. Для достижения желаемого результата, двигательная система должна быть как стабильной (постоянной), так и гибкой (вариативной). Это позволяет гольфисту адаптироваться к требованиям и условиям осуществления каждого удара.

Мы утверждаем, что теория стандартного паттерна гольф свинга способствует искажению процесса спортивной педагогики и затрудняет обучение и развитие игрока. Поэтому необходимо говорить не о фиксированном и неизменном двигательном действии, а о контролируемой вариативности движения, о наработке и оттачивании функциональной вариативности, о способности к своевременной компенсаторной вариативности задействованных звеньев кинематической цепи.

Повторяемость двигательного действия, несомненно, важна для совершенствования и оптимизации техники свинга. Но также необходимо учитывать потенциал функциональной вариативности в процессе технической подготовки гольфистов. Мы приходим к выводу, что вариативность играет существенную роль в развитии двигательных навыков гольфиста. Поэтому она должна быть вписана в рамки соответствующей парадигмы управления двигательным действием. Методологически разумное и детальное понимание механики свинга представляется основоположным условием успешного обучения технике гольфа.

Жизненно необходимо как учитывать в биомеханических исследованиях в гольфе разностороннюю роль двигательной вариативности, так и проводить новые исследования, принимая во внимание ее принципиальную важность и используя инновационные методы. Будущие исследования данного аспекта должны быть сосредоточены на выявлении допустимых параметров функциональной вариативности кинетических и кинематических составляющих.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Bartlett, R. Movement variability cannot be determined reliably from no-marker conditions / R. Bartlett, M. Bussey, N. Flyger // Journal of Biomechanics, 39, 2006. pp. 3076-3079.

2. Betzler, N.F. Variability in clubhead presentation characteristics and ball impact location for golfers' drives / N.F. Betzler, S.A. Monk, E.S. Wallace, S.R. Otto // *Journal of Sports Sciences*, 30, 2012. pp. 439-448.
3. Bradshaw, E.J. The effect of biological movement variability on the performance of the golf swing in high- and low-handicapped players / E.J. Bradshaw, J.W.L. Keogh, P.A. Hume, P.S. Maulder, J. Nortje, M. Marnewick // *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 80, 2009. pp. 185–196.
4. Davids, K. “Essential noise”—Enhancing variability of informational constraints benefits movement control: A comment on Waddington and Adams (2003) / K. Davids, R. Shuttleworth, C. Button, I. Renshaw, P. Glazier // *British Journal of Sports Medicine*, 38, 2004. pp. 601–605.
5. Faisal, A.A. Noise in the nervous system / A.A. Faisal, L.P.J. Selen, D.M. Wolpert // *Nature Neuroscience Reviews*, 9, 2008. pp. 292–303.
6. Glazier, P. Movement variability in the golf swing: Theoretical methodological and practical issues / P. Glazier // *Research quarterly for exercise and sport*. 82, 2011. pp. 157–161.
7. Gryc, T. Movement's analysis and weight transfer during the golf swing / T. Gryc, F. Zahalka, T. Maly, L. Mala, P. Hrasky // *Journal of Physical Education and Sport*. 2015; 15(4):781–7.
8. Handford, C. Serving up variability / C. Handford // In K. Davids, S. Bennett, and K. Newell (Eds.), *Movement System Variability*. Champaign, IL: Human Kinetics. 2006. pp. 73–84.
9. Harbourne, R.T. Movement variability and the use of non-linear tools: Principles to guide physical therapist practice / R.T. Harbourne, N. Stergiou, // *Physical Therapy*, 89, 2009. pp. 267–282.
10. Horan, S.A. Movement variability in the golf swing of male and female skilled golfers / S.A. Horan, K. Evans, J.J. Kavanagh // *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 2011; 43(8):1474–83.
11. Jones, K. Movement and outcome variability of the golf swing of amateur golfers with driver and iron clubs. 2018. Thesis for PhD.
12. Keogh, J. Biological Movement Variability During the Golf Swing / J. Keogh, E. Bradshaw, P. Hume, P. Maulder, M. Marnewick, J. Nortje // *25 International Symposium on Biomechanics in Sports 2007*.
13. Langdown, B.L. Movement variability in the golf swing / B.L. Langdown, M. Bridge, F.X. Li // *Sports Biomechanics*, 11, 2012. pp. 273–287.
14. Langdown, B. L. Address Position Variability in Golfers of Differing Skill Level / Langdown, B. L., Bridge, M., F.X. Li // *International Journal of Golf Science*, 2013, 2, 1-9.
15. Newell, K. M., Deutsch, K. M., Sosnoff, J. J., & Mayer-Kress, G. (2006). Variability in motor output as noise: A default and erroneous proposition? / K.M. Newell, K.M. Deutsch, J.J. Sosnoff, G. Mayer-Kress // In *Movement system variability*. Vol 2006. Champaign: Human Kinetics; 2006. pp. 3-24.
16. Newell, K. M., & James, E. G. (). The amount and structure of human movement variability. / K.M. Newell, E.G. James // In Y. Hong & R. Bartlett (Eds.), *Routledge handbook of biomechanics and human movement science*, London: Routledge. 2008. pp.93–104.
17. Tinmark, F. Elite golfers kinematic sequence in full-swing and partial-swing shots / F. Tinmark, J. Hellström, K. Halvorsen, A. Thorstensson // *Sports Biomechanics*. 2010;9(4):236–44.
18. Zheng, N. Swing kinematics for male and female pro golfers / N. Zheng, S.W. Barrentine, G.S. Fleisig, JR. Andrews // *International Journal of Sports Medicine*. 2008;29(12):965–70.

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПАТТА

Н.Б. Яковлева

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)

Аннотация. Цель работы: определить особенности выполнения патта гольфистами с различной техникой его выполнения.

Для определения кинематических характеристик патта использовался датчик GSA PUTT от компании ZVAYS, а для определения направления взгляда миниатюрная камера с частотой тридцать кадров в секунду, расположенная у мяча и направленная на лицо испытуемого. Что бы не ослеплять гольфистов съемка велась в ИК диапазоне с ИК подсветкой. В эксперименте приняли участие 6 гольфистов МС и КМС и 5 мини-гольфистов МС. Выявлены особенности выполнения патта при движении клюшки во время удара по прямой.

Ключевые слова: патт, кинематика патта, амплитуда замаха, амплитуда проводки, направление взгляда.

ВВЕДЕНИЕ

Трудно переоценить роль патта в гольфе. Неудачный удар паттером увеличивает счет на одно очко в отличие от шанса исправить плохой удар играя другими клюшками. Не зря у гольфистов-профессионалов бытует выражение, что удар драйвером это для зрителей, а удар паттом для денег.

Техника патта отличается от техники выполнения удара другими клюшками как кинематикой, так и динамикой. Существенно отличается амплитуда замаха, ускорение головки клюшки, величина силы, прикладываемой к грипу. Техника выполнения патта различна и среди спортсменов высокой квалификации, не говоря о спортсменах более низкого уровня подготовленности.

Современное представление о технике патта

Патт различают по движению головки клюшки: по траектории головки клюшки, ритму, амплитуде замаха и проводки (завершения удара).

В крайнем положении при замахе головка клюшки может находиться между линией прицеливания и гольфистом (in), на линии прицеливания (straight, squarely) и за линией прицеливания (out) относительно гольфиста. После завершения удара головка клюшки теоретически также может оказаться в этих же областях. На практике при ударе чаще всего встречается два варианта траектории головки паттера. Вариант движения клюшки по дуге (in – squarely – in) и траектория клюшки по прямой линии совпадающей с линией прицеливания (squarely – squarely – squarely) [2].

Вариант удара, когда головка клюшки движется по дуге, используют более 90% игроков профессиональных игроков. Техника выполнения удара основана на естественном движении тела которое создает дугу. При повороте плечевого пояса, нет необходимости движения рук. При правильном использовании лицевая поверхность клюшки всегда находится перпендикулярно траектории и в районе расположения мяча, на расстоянии двух – пяти сантиметрах траектория клюшки совпадает по направлению с линией прицеливания. Этот удар прост в исполнении т.к. движется только плечевой пояс. Для выполнения этого удара можно использовать клюшку любой конструкции. Такая техника удара наблюдалась у Фила Микельсона, Дэвида Фроста, Арнольда Палмера, Бобби Локка [3].

При правильном выполнении удара головка клюшки постоянно находится над линией прицеливания, а лицевая поверхность головки клюшки постоянно перпендикулярна ей, считается, что вероятность придания мячу нужного направления при таком ударе возрастает. Недостаток этого удара заключается в сложной технике его выполнения. Такой удар самый

распространенный удар среди любителей. Из профессионалов редко кто использует этот удар. Несмотря на более сложную технику выполнения этого удара (удара по прямой) его используют Тайгер Вудс, Анника Соренстам, Джек Никлаус, Грег Норман, Том Уотсон.

Наиболее эффективной клюшкой для этого удара является клюшка напоминающая молоток, с центральным расположением shaft на головке клюшки. Клюшка сбалансирована таким образом, что лицевая поверхность головки клюшки при балансировке располагается горизонтально [3].

Уровень игры мини-гольфистов высокой спортивной квалификации не уступает уровню игры паттам гольфистов аналогично квалификации. В технике выполнения патта у мини-гольфистов амплитуда проводки клюшки при завершении удара в несколько раз может превышать амплитуду проводки у гольфистов. В гольфе принято выполнять одинаковыми как амплитуду замаха, так и проводки [3].

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

У подавляющего большинства гольфистов-правшей левая кисть расположена на грипе выше правой и только как исключение наоборот. Встречаются гольфисты, которые имеют традиционный хват для гольфистов правой рукой играя вудами и айронами, но при игре паттером меняют хват, располагая левую руку ниже правой. У мини-гольфистов соотношение игроков, у которых левая кисть находится ниже правой и мини-гольфистов с расположением левой кисти сверху прямо противоположное чем у гольфистов.

Исследования с использованием миниатюрной камеры расположенной у мяча показали, что существует различие в направлении взгляда гольфистов и мини-гольфистов при выполнении удара. Гольфисты высокой квалификации смотрят на мяч при замахе, махе и проводке, мини-гольфисты отслеживают взглядом отведение клюшки, затем с началом маха переводят взгляд на мяч [1,4].

Дистанция при выполнении патта определяется не только амплитудой замаха, но и амплитудой проводки. Выполняя удар на определенную дистанцию, гольфист должен понимать на какой угол, он должен отвести клюшку при замахе и где она должна остановиться после проводки. Величина угла замаха, в основном, определяет дистанцию перемещения мяча. Проводка более тонко регулирует дистанцию. Для ударов, когда головка клюшки движется по прямой, по-видимому, целесообразно проводить клюшку до точки прицеливания, что будет способствовать более точному контролю расстояния. Такой вариант удара будет способствовать и лучшему контролю направления, т.к. клюшка после контакта с мячом должна еще некоторое время двигаться по прямой к точке прицеливания. Такой вариант удара применяется в мини-гольфе. Для того, чтобы клюшка могла отклониться на большой угол при проводке целесообразно применять хват, когда левая рука расположена ниже правой. Это обусловлено тем, что в исходном положении левое плечо расположено на некоторый угол ниже правого, что позволяет увеличить амплитуду проводки клюшки выполняя движение без дополнительных усилий.

Проведенные эксперименты показали, что гольфисты высокой квалификации во время замаха, маха, контакта с мячом и начала проводки смотрят на мяч. Мини-гольфисты высокой квалификации совершающие удары по прямой, контролируют ее траекторию при замахе и с началом маха переносят взгляд на мяч. Когда по просьбе экспериментаторов гольфисты при замахе отслеживали траекторию клюшки, то у большинства из них ухудшался контроль направления. Мини-гольфисты в эксперименте, когда взгляд был направлен на мяч, допускали ошибки в направлении до трех градусов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исходя из вышеизложенного можно сделать вывод, что гольфистам, использующих технику, при которой паттер движется по прямой, целесообразно использовать хват с расположенной левой рукой ниже правой, при замахе контролировать взглядом траекторию головки клюшки и проводить головку клюшки при завершении удара до точки прицеливания.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Яковлева, Н.Б. Куда смотрит гольфист при патте / Н.Б. Яковлева // Образование и право. [Электронное ресурс]. Научно-правовой журнал. - №1. - 2020 – С.199-204. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kuda-smotrit-golfist-pri-patte/viewer>
2. Palz's, D. Putting Bible: The Complete Guide to Mastering the Green / D. Palz's, J.A. Frank. Hardcover. Published by Doubleday a division of Random House, Inc., 1540 Broadway. New York, 2000. - 416 p.
3. Lake, B. Putt Like a Pro: Master the Ground Game Stroke That's Right for You / B. Lake, J. Andrisani. Paperback. McGraw-Hill (March 9, 2008), 2008. - 202 p.
4. Walker, C. Make More Putts by Using a Pre-shot Routine Including Quiet Eye / C. Walker // Golf Science Lab [Электронное ресурс] - Режим доступа: <https://golfsciencelab.com/quiet-eye-putting/>

МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ

ПРОЕКТ

ОБРАЩЕНИЕ УЧАСТНИКОВ III ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «СТУДЕНЧЕСКИЙ ГОЛЬФ РОССИИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ» В СОВЕТ РЕКТОРОВ ВУЗОВ САНКТ- ПЕТЕРБУРГА И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

20 ноября 2020 г.

Председателю
Совета ректоров Санкт-Петербурга
и Ленинградской области
профессору А.В. Демидову

Уважаемый Алексей Вячеславович!

В Российской Федерации на протяжении пяти последних лет активно развивается студенческий гольф; проводятся региональные и всероссийские соревнования среди студентов по гольфу.

В этом году в Санкт-Петербурге на полях Гольф-клуба «Петергоф» прошли сразу два студенческих турнира: V Чемпионат РССС по гольфу среди студентов и всероссийское соревнование «Кубок университетов России по гольфу». В Чемпионате приняли участие студенты 10 российских вузов (в порядке занятых командных мест): РГУФКСМиТ, МГУ, МГИМО, СФУ, УрФУ, СПбГУ, РЭУ им.Плеханова, КрасГМУ, МПГУ, ЛенГУ. Победителем в личном и лично-командном зачете Кубка стал студент СПбПУ Петра Великого.

В марте 2019 года между СПбПУ и Федерацией гольфа Санкт-Петербурга было подписано соглашение о развитии студенческого гольфа, в соответствии с которым студенты и преподаватели Политеха будут играть и обучаться этому виду спорта. В данный момент спортивный клуб «Политехник» осуществляет набор в секцию и сборную, а в 2021 году будет осуществляться первый набор на магистерскую программу 49.04.01_01 «Профессиональная подготовка тренеров и преподавателей в сфере физической культуры и спорта», одним из направлений которой является подготовка тренеров по гольфу.

20 ноября 2020 г. на базе Института физической культуры и спорта СПбПУ прошла всероссийская научно-практическая конференция «Студенческий гольф России: современное состояние и перспективы». В конференции приняли участие гольф-специалисты спортивных федераций и клубные гольф-специалисты, преподаватели вузов, научные работники, аспиранты, работники образовательных учреждений среднего и высшего профессионального образования, члены студенческих спортивных клубов вузов, координаторы спортивных волонтеров, студенты. Обсуждались актуальные вопросы развития гольфа в целом и студенческого гольфа в частности. Основные темы:

- Подготовка кадров по гольфу в сфере физической культуры и спорта.
- Гольф в высших учебных заведениях.
- Теоретико-методические аспекты подготовки спортсменов-гольфистов.
- Учебная, тренировочная, соревновательная деятельность игроков с ограниченными физическими возможностями.
- Судейская практика в гольфе.

Участники Конференции обращаются к Вам, уважаемый Алексей Вячеславович, с убедительной просьбой провести комплекс мер для организации занятий студенческим гольфом в вузах Санкт-Петербурга и Ленинградской области, а также включить соревнования по гольфу в программу городской Универсиады студентов.

ПРОЕКТ РЕЗОЛЮЦИИ III ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «СТУДЕНЧЕСКИЙ ГОЛЬФ РОССИИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ»

1. В резолюции конференции определено пять общих факторов развития гольфа в России: научно-методическое обеспечение, спортивный резерв, массовость, популяризация (маркетинг) и подготовка научно-педагогических кадров.

2. В части достижения высоких спортивных результатов в мировом рейтинге имеется статистическая связь с количеством спортсменов в детско-юношеских спортивных школах и качеством выступления российских спортсменов-гольфистов на международных соревнованиях.

3. Количество, качество и доступность полей для гольфа должно обеспечивать подготовку спортсменов, тренеров, достаточное число российских соревнований и высокие спортивные результаты на международных турнирах.

4. Массовость, наряду с системой подготовки научно-педагогических и спортивных кадров, а также пространственная распространенность материально-технических объектов являются основными актуальными требованиями развития российского гольфа на современном этапе.

5. Решения:

а. Запланировать, обеспечить и организовать на базе Института физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого научно-исследовательскую работу на тему: «Современный гольф: история, иностранный опыт, современное состояние и перспективы»;

б. На базе Института физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого организовать онлайн курс для подготовки кадрового состава тренеров и спортсменов по направлению «Современный гольф в России: гольф и мини-гольф»;

в. Организовать проекты по популяризации игры в гольф среди всех слоев населения: принимать участие в совместных городских и областных мероприятиях, распространять информацию в электронных сетях интернет и на профильных сайтах спортивных организаций, проводить онлайн трансляции российских соревнований и др.

г. Запланировать, обеспечить и организовать на базе Института физической культуры, спорта и туризма Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого научно-исследовательские работы на темы:

- «Проектирование материально-технических объектов для гольфа и мини-гольфа в Российской Федерации»;

- «Разработка и апробация образцов спортивного инвентаря для гольфа, мини-гольфа с возможностью их производства на промышленных предприятиях Российской Федерации».

СТУДЕНЧЕСКИЙ ГОЛЬФ РОССИИ: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Материалы Всероссийской
научно-практической конференции

Санкт-Петербург

20 ноября 2020 года

Налоговая льгота – Общероссийский классификатор продукции
ОК 005-93, т. 2; 95 3004 – научная и производственная литература

Подписано в печать 09.11.2020. Формат 60×84/16. Печать цифровая.

Усл. печ. л. 4,0. Тираж 48. Заказ 2784.

Отпечатано с готового оригинал-макета, предоставленного редколлегией,
в Издательско-полиграфическом центре Политехнического университета.

195251, Санкт-Петербург, Политехническая ул., 29.

Тел.: (812) 552-77-17; 550-40-14.