

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 797.12

ББК 75.1

DOI: 10.54348/SciS.2022.3.1

**Особенности тренировочного процесса с военнослужащими и курсантами
в гребле на шлюпках Ял-6**

Алексей Евгеньевич Крупнов¹, Михаил Александрович Правдов²

^{1,2} Ивановский государственный университет, Шуя, Россия

² pravdov@yandex.ru, ORCID ID: 0000-0002-5864-3901

Аннотация. Цель исследования – выявить особенности подготовки гребцов на шлюпках Ял-6 в воинских частях и военных вузах. Представлены результаты анкетирования курсантов высших военно-учебных заведений и военнослужащих воинских частей, участников чемпионата Вооруженных Сил Российской Федерации и Военно-Морского флота по гребле на шлюпках Ял-6. Определено, что объем времени, отводимый на подготовку команд гребцов, сформированных на флотах, значительно меньше, чем у курсантов высших военно-учебных заведений. Тренировочный процесс у военнослужащих в среднем длится от 170 до 190 часов в год, а у курсантов до 360 часов. Состав в команде спортсменов-военнослужащих часто меняется в связи необходимостью выполнения задач по предназначению (внезапные проверки боевой готовности, выходы кораблей в море и другие масштабные учения). В большинстве команд, сформированных из числа военнослужащих, отсутствует тренер. В отличие от высших военно-учебных заведений в воинских частях слабая материально-техническая база для специализированной подготовки спортсменов-гребцов в зимнее время. В результате курсанты занимают лидирующие позиции на большинстве соревнований по гребле на шлюпках Ял-6.

Ключевые слова: Ял-6, военнослужащие, курсанты военных вузов, экипаж шлюпки, тренировочный процесс.

Для цитирования: Крупнов А.Е., Правдов М.А. Особенности тренировочного процесса с военнослужащими и курсантами в гребле на шлюпках Ял-6 // Научный поиск: личность, образование, культура. 2022. № 3. С. 3–6. <https://doi.org/10.54348/SciS.2022.3.1>

PEDAGOGICAL SCIENCES

Original article

Features of the training process with servicemen and cadets in rowing on Yal-6 boats

Alexey E. Krupnov¹, Mikhail A. Pravdov²

^{1,2} Ivanovo State University, Shuya, Russia

² pravdov@yandex.ru, ORCID ID: 0000-0002-5864-3901

Abstract. The purpose of the study is to identify the features of the training of rowers on Yal-6 boats in military units and military universities. The results of a survey of cadets of higher military educational institutions and military personnel of military units, participants of the Championship of the Armed Forces of the Russian Federation and the Navy in rowing on Yal-6 boats are presented. It is determined that the amount of time allocated to the training of rowing teams formed in the fleets is significantly less than that of cadets of higher military educational institutions. The training process for military personnel lasts on average from 170 to 190 hours per year, and for cadets up to 360 hours. The composition of the team of military athletes often changes, due to the need to perform tasks for their intended purpose (sudden checks of combat readiness, ships going to sea and other large-scale exercises). In most teams formed from among the military, there is no coach. Unlike higher military educa-

tional institutions, military units have a weak material and technical base for specialized training of rowing athletes in winter. As a result, cadets occupy leading positions in most competitions in rowing on Yal-6 boats.

Keywords: Yal-6, military personnel, cadets of military universities, the crew of the boat, the training process.

For citation: Krupnov A.E., Pravdov M.A. Features of the training process with servicemen and cadets in rowing on Yal-6 boats. *Nauchnyj poisk: lichnost', obrazovanie, kul'tura = Scientific search: personality, education, culture*. 2022. No. 3. Pp. 3–6. (In Russ). <https://doi.org/10.54348/SciS.2022.3.1>

Введение. Среди военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта на военно-морском флоте широкой популярностью пользуются гребля на шлюпках. Соревнования в гребле на шлюпках Ял-6 включены в основную программу спартакиады Военно-морского флота и Чемпионата Вооруженных Сил Российской Федерации. Успешное выступление на соревнованиях в гребле на шлюпках Ял-6 во многом обусловлено уровнем общей и специальной подготовленности спортсменов, слаженностью действий всех членов экипажа [Иванников, 2006; Зуб, Курьсь, Акименко, 2018; Крупнов, 2021; Крупнов 2022].

Так как гребля на Ял-6 является военно-прикладным видом спорта, на соревнованиях в гребле на шлюпках принимают участие как курсанты высших военно-учебных заведений, так и военнослужащие воинских частей [Мальшко, 2016; Чернов, 2017]. При этом зачастую команды гребцов, сформированные из военнослужащих воинских частей менее конкурентоспособны для ведения борьбы за лидерство. Высокая конкуренция среди команд гребцов обуславливает потребность в разработке новых средств, форм и методик подготовки военнослужащих, участвующих в соревновательной борьбе.

Анализ научно-методической литературы позволяет заключить, что в военных вузах уделяется значительное внимание подготовке команд гребцов на шлюпках. Учеными Военного института физической культуры, Санкт-Петербурга Д.В. Черновым, С.М. Ившичевым, С.В. Левиным разработано теоретико-методологическое обоснование модели подготовки спортсменов в «гребле на шлюпках» на основе применения средств гиревого спорта [Чернов, 2017]. Для повышения эффективности двигательных действий в гребле группой ученых разработан способ коррекции биомеханических параметров командной техники гребли [Мальшко, 2016].

В связи с этим актуальным является изучение и анализ причин неудовлетворительного состояния дел в системе подготовки военнослужащих, выступающих в соревнованиях в гребле

на шлюпках Ял-6.

Цель исследования: выявить особенности подготовки гребцов на шлюпках Ял-6 в воинских частях и военных вузах.

Методы и организация исследования. Анализ исследований по проблеме совершенствования тренировочного процесса в гребле на шлюпках Ял-6 был направлен на определение основных векторов научного поиска, связанных с выработкой рекомендаций по подготовке военнослужащих воинских частей к успешному выступлению на соревнованиях. Для выяснения особенностей подготовки к соревнованиям команд в гребле на шлюпках Ял-6 и определения различий в содержании тренировочного процесса между курсантами высших военно-учебных заведений и военнослужащими воинских частей было проведено анкетирование 77 спортсменов, в том числе 42 военнослужащих и 35 курсантов, которые являются лидерами в этом виде спорта. Анкетирование проводилось в ходе проведения Чемпионата Вооруженных Сил Российской Федерации и Военно-Морского флота в 2021 году.

Анализ результатов исследования. Анализ результатов анкетирования показал, что организация процесса подготовки курсантов высших военно-учебных заведений и военнослужащих воинских частей отличается как качеством тренировочного процесса, так и условиями для проведения занятий.

Согласно ответам большинства спортсменов-гребцов (95,2 %), из которых состоят команды, сформированные на флотах, можно сказать, что военнослужащие большую часть времени выполняют свои должностные обязанности, а тренировочный процесс не является системным. При этом военнослужащие проходят военную службу в разных воинских частях, у которых своя специфика и сроки проведения своих внутренних мероприятий. Данное обстоятельство обуславливает сложности для сбора членов команды и проведения совместных тренировок.

В течение сезона состав в команде спортсменов-военнослужащих часто меняется. Происходит это в связи необходимостью выполнения задач по предназначению (внезапные проверки

боевой готовности, выходы кораблей в море, масштабные учения и другие мероприятия). Поэтому они не всегда могут принять участие в тренировочном процессе и прибыть на соревнования в указанные в положениях сроки. Анализ результатов анкетного опроса показывает, что замена одного гребца на другого характерна для большинства команд (64,3%), сформированных из числа военнослужащих. Замена 2–3-х спортсменов перед соревнованиями отмечена в 35,7% случаев.

Напротив, тренировочный процесс у курсантов высших военно-учебных заведений характеризуется системностью, последовательностью и этапностью подготовки. Курсанты по сравнению с военнослужащими более свободны в планировании тренировочного процесса. Состав команды гребцов-курсантов стабилен на протяжении 4 – 5 лет, пока они обучаются в вузе, что обеспечивает условия для отработки слаженности действий в гребле на шлюпке.

Значительным отличием является то, что объем времени, отводимый на подготовку команд гребцов, у военнослужащих в среднем длится от 170 до 190 часов в год, а у курсантов до 360 часов. Естественно, это сказывается на уровне и степени подготовленности спортсменов.

В большинстве команд, сформированных из числа военнослужащих, отсутствует тренер. На это обстоятельство указали 76,2% опрошенных военнослужащих. Спортсмены в основном тренируются отдельно друг от друга и готовятся по собственной программе, поддерживая свою общую физическую подготовленность во внеслужебное время.

В морских высших военно-учебных заведениях гребля на шлюпках Ял-6 является одним из основных военно-прикладных видов спорта, которым занимаются курсанты. Специальные кафедры и высококвалифицированные специалисты проводят учебно-практические и тренировочные занятия по гребле на шлюпках Ял-6. На таких занятиях и происходит отбор кандидатов в команду гребцов.

В отличие от высших военно-учебных заведений в воинских частях слабая материально-техническая база для специализированной подготовки спортсменов-гребцов в зимнее время. В частности большинство (95,2 %) спортсменов из команд военнослужащих указали на недостаточное обеспечение тренировочного процесса специализированными тренажерами для гребли. Это относится к использованию в процессе подготовки имитационных тренажеров и гребного эргометра «Concept 2». Данные технические устройства позволяют осуществлять специаль-

но-подготовительную работу. Однако по результатам опроса видно, что таких тренажеров в войсках практически нет. Спортсменам из воинских частей приходится пользоваться платными услугами гражданских спортивных комплексов. Причем зачастую в них находится один или два таких устройства, что не обеспечивает потребности всей команды гребцов. В высших военно-учебных заведениях тренировочный процесс курсантов в полном объеме обеспечен подобного рода тренажерами.

По итогам опроса военнослужащих воинских частей и курсантов из высших военно-учебных заведений зафиксированы отличия, связанные с распределением в тренировочном цикле нагрузки и отдыха. У военнослужащих ввиду того, что их деятельность бывает крайне напряженной, тренировочная работа часто выполняется на фоне недовосстановления, что негативно сказывается на общем уровне подготовленности. Это отметили 47,6% опрошенных военнослужащих.

Выводы. Сравнительный анализ результатов анкетирования курсантов высших военно-учебных заведений и военнослужащих воинских частей по проблеме организации тренировочного процесса команд гребцов на шлюпках Ял-6 продемонстрировал значительные отличия их друг от друга.

Установлено, что в среднем процессе подготовки команд гребцов в годичном цикле тренировки, сформированных из числа курсантов, отводится в два раза больше времени (около 360 часов), чем у военнослужащих войсковых частей.

В течение сезона состав команд гребцов из числа военнослужащих часто подвержен ротации, что обусловлено необходимостью выполнению должностных обязанностей, задач по предназначению и др. Напротив, составы команд гребцов-курсантов более стабильны на протяжении 4 – 5 лет.

Тренировочный процесс команд из числа курсантов осуществляется под руководством высококвалифицированных специалистов-тренеров. Члены экипажей гребцов команд военнослужащих в большинстве своем занимаются по индивидуальной программе подготовки во внеслужебное время.

В отличие от высших военно-учебных заведений в воинских частях слабая материально-техническая база для специализированной скоростно-силовой подготовки и для отработки слаженности действий спортсменов-гребцов. В частности, наличие в высших военно-учебных заведениях специальных имитационных трена-

жеров значительно повышает эффект тренировочной работы с курсантами.

Выявлено, что тренировочный процесс военнослужащих ввиду того, что их деятельность бывает крайне напряженной, осуществляется на фоне недовосстановления.

Указанные различия в подготовке экипажей команд гребцов на шлюпках Ял-6 обуславливают необходимость разработки специальной тренировочной программы, адаптированной к особенностям несения воинской службы. Программа тренировочных занятий должна сопровождаться специальной методикой с применением тренажерных устройств, обеспечивающих условия для одновременной работы всех членов экипажа шлюпки и моделирующих технику гребковых действий не только на суше, но и в специальных бассейнах.

Список источников

- Зуб И.В., Курьсь В.А., Акименко А.В. Становление физической подготовки на флоте и появление комплексных соревнований по военно-прикладным видам спорта // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 4 (71). С. 48-49.
- Иванников Г. Ю. Совершенствование элементов техники начинающих гребцов-академистов с использованием компьютеризированных тренажерных комплексов. Дисс. ... канд пед. наук : Москва, РГУФКС-МиТ, 2006. 135 с.
- Крупнов А.Е., Правдов М.А. Формирование командного навыка синхронной гребли на шлюпках Ял-6 // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 6 (208). С. 205-210.
- Крупнов А. Е., Правдов М. А., Правдов Д.М. Характеристика и требования к спортсменам-гребцам на Ял-6 // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: Материалы национальной науч.- практ. конф. с международным участием. Шуя : Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2021. С. 212-214.
- Мальшико А.В., Игнатенко А.В., Михайлова М.А., Могилинец С.Н. Способ коррекции биомеханических параметров командной техники гребли // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2016. № 4. С. 110-116.
- Чернов Д.В., Ившичев С.М., Левин С.В. Теоретико-методологическое обоснование модели подготовки спортсменов в военно-прикладном виде спорта «гребля на шлюпках» // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2017. № 1. С. 50-55.

References

- Zubov I.V., Kurys V.A., Akimenko A.V. The formation of physical training in the Navy and the emergence of complex competitions in military-applied sports. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya = The world of science, culture, education*. 2018. No. 4 (71). Pp. 48-49. (In Russ).
- Ivannikov G. Yu. Improving the elements of the technique of novice rowing academicians using computerized training complexes. PhD thesis (*Pedagogical*). Moscow, 2006. Vol. 1. 135 p. (In Russ).
- Krupnov A.E., Pravdov M.A. Formation of the command skill of synchronous rowing on Yal-6 boats. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta = Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*. 2022. No. 6 (208). Pp. 205-210. (In Russ).
- Krupnov A. E., Pravdov M. A., Pravdov D.M. Characteristics and requirements for athletes-rowers on the YAL-6. In: Physical education in the conditions of the modern educational process: Materials of the national science and practical conference with international participation. Publishing House of the Shuya branch of the IvSU, 2021. Pp. 212-214. (In Russ).
- Malyshko A.V., Ignatenko A.V., Mikhailova M.A., Mogilenets S.N. Method of correction of biomechanical parameters of team rowing technique. *Actual problems of physical and special training of power structures*. 2016. No. 4. Pp. 110-116. (In Russ).
- Chernov D.V., Ivshichev S.M., Levin S.V. Theoretical and methodological substantiation of the model of training athletes in the military-applied sport "rowing on boats". *Actual problems of physical and special training of power structures*. 2017. No. 1. Pp. 50-55. (In Russ).

Статья поступила в редакцию 05.01.2022; одобрена после рецензирования 04.02.2022; принята к публикации 26.09.2022.

The article was submitted 05.01.2022; approved after reviewing 04.02.2022; accepted for publication 26.09.2022.