

ние на профилактику травматизма у занимающихся. Также был сделан основной вывод, что применение разработанной методики эффективно для развития статокINETической устойчивости у горнолыжников 7-8 лет, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Игры и игровые упражнения как способ развития координационных способностей горнолыжников на этапе начальной подготовки / Н.Д. Алексеева, П.Б. Святченко, А.Н. Зиновьев, М.В. Купреев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8 (174). – С. 10–13.
2. К вопросу диагностики координационных способностей и вестибулярной устойчивости высококвалифицированных горнолыжников / Н.Д. Алексеева, Н.А. Зиновьев, А.Н. Зиновьев, М.В. Давыдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 3 (181). – С. 9–11.
3. Зинурова Н.Г. Показатели статокINETической устойчивости спортсменов при адаптации к сложно-координационным нагрузкам / Н.Г. Зинурова, К.Г. Денисов, М.М. Кузиков // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. – 2011. – № 26 (243). – С. 127–130.
4. Худяков Г.Г. Совершенствование игровой деятельности basketболистов 14–15 лет средствами повышения статокINETической устойчивости / Г.Г. Худяков, А.В. Белоедов // Здравоохранение, образование и безопасность. – 2015. – № 3 (3). – С. 27–30.

REFERENCES

1. Alekseeva, N. D., Svyatchenko, P. B., Zinoviev, A. N. and Kupreev, M. V. (2019), “Games and game exercises as a way to develop the coordination abilities of skiers at the initial training stage”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 8 (174), pp. 10–13.
2. Alekseeva, N. D., Zinoviev, N. A., Zinoviev, A. N. and Davydov, M. V. (2020), “On the issue of diagnostics of coordination abilities and vestibular stability of highly qualified skiers”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 9–11.
3. Zinurova, N. G., Denisov, K. G. and Kuzikov, M. M. (2011), “Indicators of statokinetic stability of athletes when adapting to complex coordination loads”, *Bulletin of the South Ural state University. Series: Education, health, physical education*, No. 26 (243), pp. 127–130.
4. Khudyakov, G. G. and Beloyedov, A.V. (2015), “Improvement of the game activity of basketball players aged 14–15 years by means of increasing statokinetic stability”, *Health, education and security*, No. 3 (3), pp. 27-30.

Контактная информация: nik.zinoviev@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.10.2020

УДК 796.926

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ГОРНОЛЫЖНИКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ СИМУЛЯЦИОННОГО ТРЕНАЖЕРА

Надежда Дмитриевна Алексеева, старший преподаватель, Николай Алексеевич Зиновьев, кандидат педагогических наук, доцент, Алексей Николаевич Зиновьев, доцент, Маргарита Юрьевна Надыршина, ассистент, Балтийский государственный технический университет «Военмех» им. Д.Ф. Устинова, Санкт-Петербург

Аннотация

В условиях пандемии и отсутствия возможности проведения сборов за границей на ледниках, необходимо было искать альтернативные пути совершенствования технико-тактической подготовленности спортсменов. В данной статье рассматривается применение горнолыжного симулятора SkyTecSport в бесснежный период. Цель: оценить эффективность применения симуляционного тренажера для развития технико-тактической подготовленности горнолыжников старших разрядов 14–15 лет. Организация исследования. В экспериментальной группе одно занятие было заменено на тренировку с использованием SkyTecSport. Для симуляционного тренажера был разработан ком-

плекс, состоящий из 17 упражнений. В начале и конце эксперимента у спортсменов экспериментальной группы проходило тестирование на тренажере, которое заключалось в определении максимальной коленной ангуляции. Также для оценки результатов эксперимента для обеих групп были проведены три контрольные тренировки. Результаты исследования. Анализируя измерение ангуляции в экспериментальной группе видим, что спортсмены достоверно ($p < 0,05$) улучшили результаты после эксперимента. Результаты контрольных тренировок показывают, что в среднем спортсмены экспериментальной группы были быстрее на 0,45 сек в гигантском слаломе и на 0,85 сек в слаломе. Вывод. Применение комплекса упражнений на SkyTecSport эффективно для совершенствования технико-тактической подготовленности спортсменов-горнолыжников 14-15 лет.

Ключевые слова: горнолыжный спорт, симуляционный тренажер, SkyTecSport, техническая подготовка, спорт, подготовительный период.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.10.p12-16

TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF ALPINE SKIERS BY USING THE SKI SIMULATOR

Nadezhda Dmitrievna Alekseeva, the senior teacher, Nikolay Alekseevich Zinoviev, the candidate of pedagogics, the senior lecturer, Aleksey Nikolaevich Zinoviev, the senior lecturer, Margarita Yuryevna Nadyrshina, the assistant, Baltic State Technical University "Voenmeh" named after D.F. Ustinov", St. Petersburg

Abstract

In the context of the pandemic and the lack of opportunities to conduct the training camps abroad on glaciers, it was necessary to look for the alternative ways to improve the technical and tactical readiness of the athletes. This article discusses the use of the ski simulator SkyTecSport in the snowless period. The purpose of the study: to evaluate the effectiveness of the simulator for the development of technical and tactical readiness of the senior skiers aged 14-15 years. Organization of the research. In the experimental group, one session was replaced with the training session by using SkyTecSport. A set of 17 exercises was developed for the simulator. At the beginning and end of the experiment, the athletes of the experimental group were tested on the simulator, which consisted in determining the maximum knee angulation. Also, to evaluate the results of the experiment, three control training sessions were conducted for both groups. Research result. Analyzing the measurement of angulation in the experimental group, we see that athletes significantly ($p < 0.05$) improved the results after the experiment. The results of control training show that on average, the athletes of the experimental group were faster by 0.45 seconds in the giant slalom and by 0.85 seconds in the slalom. Conclusion. The use of a set of exercises on SkyTecSport is effective for improving the technical and tactical readiness of 14-15-year-old alpine skiers.

Keywords: alpine skiing, ski simulator, SkyTecSport, technical training, sports, preparatory period.

ВВЕДЕНИЕ

Разработка, внедрение и популяризация инновационных технологий напрямую ведут к повышению эффективности решения основных целей и задач, стоящих перед спортивной отраслью в целом. Применение инновационных средств способствует улучшению результатов спортсменов на соревнованиях всех уровней, вовлечению в спортивную деятельность широких слоев населения и росту качества услуг, предоставляемых населению в области спорта и физической культуры [3].

В последние несколько лет все больше появляется технических средств и тренажеров для подготовки горнолыжников. Многие из них зарубежные специалисты давно уже применяют в тренировочном процессе, но в России они стали доступны относительно недавно, в связи с этим данных об эффективности применения этих тренажеров недостаточно.

В условиях пандемии и отсутствия возможности проведения сборов за границей на ледниках, необходимо было искать альтернативные пути совершенствования технико-тактической подготовленности спортсменов.

В данной статье рассматривается применение горнолыжного симулятора SkyTecSport в бесснежный период. Такие тренировки направлены на увеличение ангуляции, стабилизацию плечевого пояса, исправление ошибок: неправильное положение рук и туловища, невыбалансированная передняя стойка, «разножка», давление на внутреннюю лыжу. Учебно-тренировочные занятия с применением SkyTecSport также могут быть направлены на развитие скоростно-силовых способностей и выносливости.

Цель исследования. Оценить эффективность применения симуляционного тренажера SkyTecSport для развития техника-тактической подготовленности горнолыжников старших разрядов 14-15 лет.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

По результатам предварительного тестирования спортсмены были разделены на контрольную и экспериментальную группы (10 и 11 человек соответственно). В экспериментальной группе одно занятие было заменено на тренировку с использованием SkyTec. Для симуляционного тренажера был разработан комплекс, состоящий из 17 упражнений.

Были применены различные тренировочные режимы для повышения адаптационных способностей спортсменов. Тренажер имеет широкие возможности: управление скоростью; выбор рельефа трассы; выбор состояния снега; выбор расстановки ворот; данные с датчиков углов закантовки; данные о силе давления на лыжи; количество калорий; система виртуальной реальности; мощный привод для создания перегрузок, чтобы физические силы и требования к технике катания на тренажере в точности соответствовали горнолыжному склону.

В тренажере ноги зафиксированы в параллельном положении, лыжи направлены носками строго вперед, за счет этого спортсмен не имеет возможности выполнить активное вращение стопами. Данная особенность устройства тренажера может отрицательно сказаться на технике прохождения трассы на лыжах в снежном периоде. Поэтому тренировка была построена следующим образом: 1 ч 30 мин — работа на SkyTec, 30 мин — упражнения с применением роликовых коньков для активизации работы стоп после закрепощенного положения.

В начале эксперимента у спортсменов экспериментальной группы проходило тестирование на тренажере SkyTec, которое заключалось в определении максимальной для каждого спортсмена коленной ангуляции (фиксирувался угол наклона коленей в градусах), такое же тестирование проводилось через 4 месяца. Достоверность различий определялась по W-критерию Вилкоксона. Также для оценки результатов эксперимента для обеих групп были проведены три контрольные тренировки на ВТРК «Архыз». Каждая из которых была построена следующим образом: 2 попытки по различным трассам слалом-гиганта с фиксацией хронометража; перерыв 1 час; 2 попытки слалома по различным трассам с фиксацией хронометража.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Динамика показателей ангуляции оценивалась за счет измерения угла наклона коленей на симуляционном тренажере. Тестирование проводилось дважды: в начале эксперимента (НЭ) и в конце (КЭ). Результаты представлены ниже (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели ангуляции в экспериментальной группе

НЭ (градус)	КЭ (градус)
40,6±0,84	45,2±0,76

$p < 0,05$

Анализируя измерение ангуляции в экспериментальной группе, видим, что спортсмены улучшили результаты после эксперимента на 4,6 градусов (с 40,6 до 45,2). Достоверность различий выявлена на 95% уровне. В конце эксперимента проводились контрольные тренировки. На первой контрольной тренировке среднее время прохождения

ния трасс контрольной группой составило 63,48 сек в гигантском слаломе и 77,28 сек в слаломе, в экспериментальной – 62,78 сек и 76,39 сек соответственно. Из полученных результатов видно, что горнолыжники экспериментальной группы преодолели трассу гиганта в среднем на 0,7 сек быстрее, чем спортсмены контрольной. Две попытки слалома экспериментальная группа прошла быстрее на 0,89 сек быстрее, чем контрольная. На второй контрольной тренировке среднее время прохождения трасс контрольной группой составило 58,7 сек в гигантском слаломе и 73,89 сек в слаломе, в экспериментальной – 58,4 сек и 73,05 сек соответственно. Из полученных результатов видно, что горнолыжники экспериментальной группы преодолели трассу гиганта в среднем на 0,3 сек быстрее, чем спортсмены контрольной. Две попытки слалома экспериментальная группа прошла быстрее на 0,84 сек быстрее, чем контрольная.

На третьей контрольной тренировке среднее время спортсменов экспериментальной группы было на 0,34 сек в слаломе и 0,83 в гигантском слаломе быстрее, чем горнолыжников контрольной. Средняя сумма двух попыток слалома в экспериментальной группе составила 77,27 сек, в гигантском слаломе – 58,42 сек, в контрольной группе 78,1 сек и 58,76 сек соответственно. Из результатов, полученных в ходе контрольных тренировок видно, что в среднем спортсмены экспериментальной группы были быстрее на 0,45 сек в гигантском слаломе и на 0,85 сек в слаломе. Данные подтверждают, что тренировки на тренажере SkyTecSport поспособствовали улучшению техника-тактической подготовленности спортсменов-горнолыжников старших разрядов 14-15 лет.

ВЫВОДЫ

1. Было выявлено, что в экспериментальной группе у горнолыжников 14-15 лет увеличилась коленная ангуляция в среднем на 4,6 градуса, что говорит о положительном влиянии SkyTecSport на технику спортсменов.

2. Результаты показали, что в среднем экспериментальная группа быстрее преодолела трассы гигантского слалома на 0,45 сек, слалома – на 0,85 сек. Таким образом можно сделать вывод о том, что после применения комплекса упражнений на SkyTecSport у спортсменов улучшилась техника-тактическая подготовленность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеева Н.Д. Применение симуляционного горнолыжного тренажера для реабилитации спортсменов с травмами опорно-двигательного аппарата / Н.Д. Алексеева, А.Н. Зиновьев, А.А. Зиновьев // Современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов : материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Челябинск, 2017. – Т. 1. – С. 6–7.

2. Тренировка зрительной памяти в тренировочном процессе горнолыжников / Н.Д. Алексеева, А.Н. Зиновьев, М.В. Купреев, М.В. Давыдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 5 (159). – С. 14–16.

3. Черепанов Е.В. Актуальные инновации в спорте / Е.В. Черепанов // Международный студенческий научный вестник : электронный научный журнал. – 2015. – № 3, ч. 1. – С. 113–115. – URL: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=12061> (дата обращения: 12.10.2020).

REFERENCES

4. Alekseeva, N. D., Zinoviev, A. N. and Zinoviev, A. A. (2017), “The use of a ski simulator for the rehabilitation of athletes with injuries of the musculoskeletal system”, *Modern methods of organizing the training process, assessing the functional state and recovery of athletes. Materials of the all-Russian scientific and practical conference*, Chelyabinsk, pp. 6–7.

5. Alekseeva, N. D., Zinoviev, A. N., Kupreev, M. V. and Davydov M.V. (2018), “Training of visual memory in the training process of alpine skiers”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5 (159), pp. 14-16.

6. Cherepanov, E. V. (2014) “Actual innovations in sports: scientific work”, *International student scientific Bulletin*, Chapter 3 (part 1), pp. 113.

Контактная информация: nik.zinoviev@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.10.2020

УДК 379.85

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ СЕРВИСА И ТУРИЗМА В УСЛОВИЯХ ПОСЛЕ СНЯТИЯ КАРАНТИННЫХ МЕР

Эльдар Асафович Аленуров, кандидат социологических наук, Российский государственный социальный университет, г. Москва; Людмила Александровна Сергеева, доцент, Московский архитектурный институт, г. Москва; Татьяна Юрьевна Федорова, кандидат социологических наук, доцент, Юлия Романовна Федорова, студентка, Российский университет транспорта, Москва

Аннотация

Актуальность исследования обусловлена сложившейся эпидемиологической ситуацией, возникшей на фоне вирусной инфекции COVID-2019 в конце 2019 г., которая оказала колоссальное воздействие на сферу туризма и сервиса Российской Федерации. Карантинные меры с четвертого квартала 2020 г. вновь стали ужесточаться после резкого увеличения количества заболевших коронавирусной инфекцией, усугубляя и без того тяжелое положение туристского рынка. Однако, несмотря на все негативные последствия, COVID-2019 способствует не только развитию технологий в туризме, но и реализации новых направлений и возможностей в туристской отрасли. Цель исследования – разработать меры развития сферы сервиса и туризма в условиях после снятия карантинных мер. Методы и организация исследования: теоретический анализ и обобщение литературных данных; эмпирический (сравнение, схемное моделирование), статистический и аналитический анализ заболеваний COVID-2019, развития внутреннего и внешнего туризма в 2020 г., нормативно-правовой анализ. Результаты исследования. В статье рассматриваются инновационные подходы в области туризма, в качестве направлений по развитию сферы сервиса и туризма в условиях после снятия карантинных мер, предлагается ускорение процессов информатизации туристских сервисов, стабильное и активное продвижение современных технологий использование инновационных идей «экономики впечатлений», дифференцированный подход в системе индивидуализации обслуживания клиентов, а также расширение линейки внутреннего туристского продукта: отдельных направлений экологического туризма, распространение географии туристских маршрутов и др. В статье также вносятся предложения на основе анализа Стратегии развития туризма в России на период до 2035 г. Выводы. Пандемия коронавируса в значительной мере изменила не только психологию потребления туристских услуг, но и туристский сервис в целом. В пандемийных и постпандемийных условиях предприятия туризма и сервиса будут вынуждены перейти на иной, совершенно новый уровень обслуживания клиентов, с учетом таких факторов, как цифровизация, информатизация и санитарно-эпидемиологическая безопасность путешествий, отдавая предпочтение частным турам в малых группах на внутренних курортах.

Ключевые слова: туризм и сервис, пандемия, COVID-19, коронавирусная инфекция, посткарантинные меры.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.10.p16-21

SERVICE AND TOURISM SECTOR'S DEVELOPMENT FEATURES AFTER REMOVAL OF QUARANTINE MEASURES CONDITIONS

Eldar Asafovich Alenurov, the candidate of sociological sciences, Russian State Social University, Moscow; Lyudmila Alexandrovna Sergeeva, the senior lecturer, Moscow Architectural Institute, Moscow; Tatiana Yurievna Fedorova, the candidate of sociological sciences, senior lecturer, Russian University of Transport, Moscow; Yulia Romanovna Fedorova, the student, Russian University of Transport, Moscow

Abstract

The actuality of the study is due to the current epidemiological situation, which arose against the background of the viral infection COVID-2019 at the end of 2019, which had a huge impact on the tour-