

теоретико-методологической базы спортивной науки.

4. Подготовка будущих специалистов целесообразна на основе комплексного сочетания общекультурной, профессиональной и личностной направленности учебно-тренировочного процесса на основе аксиологического подхода.

ЛИТЕРАТУРА

1. Загвязинский, В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: учебное пособие / В.И. Загвязинский, Р. Атаханов. – Москва : Академия, 2003. – 208 с
2. Лубышева, Л.И. Современная спортивная наука: от стагнации к новой парадигме развития / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 5. – С. 3–5.

REFERENCES

1. Zagvyazinsky, V. and Atakhanov, R., (2003), *Methodology and methods of psychological and pedagogical research*, Academy, Moscow.
2. Lubyшева, L.I. (2017), "Modern sports science: from stagnation to a new paradigm of development", *Theory and practice of physical culture*, No. 5, pp. 3-5.

Контактная информация: babina.80@list.ru

Статья поступила в редакцию 01.07.2020

УДК 796.96

ТЕХНИКА БРОСКА КЕРЛИНГОВОГО КАМНЯ: ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЕГО РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

Александр Олегович Бадилин, кандидат педагогических наук, доцент, Юрий Владимирович Шулико, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье рассматривается техника броска керлингового камня, как основного технико-тактического действия в керлинге, ее параметры, требования к навыкам спортсменов, фазы, а также факторы, влияющие на ее эффективность. Разбору подверглись тактические задачи, решаемые в процессе броска, составляющие мастерства спортсмена в керлинге, виды скольжения, временные характеристики двигательной деятельности керлингистов. Выполнен анализ броска керлингового камня, как командного взаимодействия.

Ключевые слова: керлинг, техника броска керлингового камня, фазы броска, факторы эффективности.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.7.p27-30

CURLING STONE THROWING TECHNIQUE: FACTORS AFFECTING ITS PERFORMANCE

Alexander Olegovich Badilin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Yury Vladimirovich Shuliko, the candidate of pedagogical sciences, department chairman, The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The article discusses the technique of throwing the curling stone as the main technical and tactical action in Curling, its parameters, and requirements for the skills of athletes, phases, as well as factors that affect its effectiveness. The analysis included the tactical tasks that are solved in the process of throwing, components of the athlete's skill in curling, types of sliding, and temporary characteristics of the motor activity of the curlers. The analysis of the curling stone throw as a team interaction is performed.

Keywords: curling, curling shot technique, curling shot phases, efficiency factors.

Основным технико-тактическим действием, посредством которого осуществляется игровая деятельность в кёрлинге, является бросок кёрлингового камня. Бросок кёрлингового камня является точностным технико-тактическим действием, направленным на решение одной из двух тактических игровых задач:

- точная остановка бросаемого кёрлингового камня в определённой точке игровой площадки (в ряде случаев, с точностью до миллиметра);
- попадание в неподвижно стоящий на площадке кёрлинговый камень с необходимой силой и под необходимым углом с целью его перемещения по площадке в необходимом направлении и на необходимое расстояние.

Двигательной задачей, решаемой спортсменом при выполнении броска кёрлингового камня является выпуск спортивного снаряда со скольжением в необходимом направлении на установленный ориентир (щётка скипа), с оптимальной скоростью перемещения, с нужным направлением и частотой вращения (вокруг своей оси). В соответствии с решаемой двигательной задачей, под броском кёрлингового камня можно понимать индивидуальное технико-тактическое действие игрока, включающее выпуск спортивного снаряда (кёрлингового камня) со скольжением по ледовой поверхности игровой площадки с достижением необходимых параметров его перемещения, а именно:

- точное направление скольжения – на установленный ориентир (щётка скипа);
- оптимальная скорость скольжения;
- нужное направление и частота вращения (вокруг своей оси).

Точность выпуска кёрлингового камня на установленный ориентир (щётка скипа) при выполнении броска определяется следующими умениями спортсмена:

- умение точно прицелиться в исходном положении, т.е. точно определить линию перемещения спортивного снаряда;
- умение обеспечить перемещение кёрлингового камня по намеченной линии прицеливания при выполнении движений во всех фазах броска (разгон спортивного снаряда, отталкивание от колодки, скольжение);
- умение придать точное финальное направление скольжения кёрлингового камня его при выпуске за счёт точного движения кистью;
- умение сохранить устойчивое положение тела (равновесие) в фазе скольжения.

Точность выпуска кёрлингового камня с оптимальной скоростью определяется следующими умениями спортсмена:

- умение выполнить отталкивание от колодки с оптимальным усилием, что определяется способностью к точному дифференцированию усилий при отталкивании;
- умение оперативно оценить скорость своего скольжения со спортивным снарядом (кёрлинговым камнем) в фазе скольжения;
- умение оперативно скорректировать (увеличить) скорость скольжения спортивного снаряда (кёрлингового камня) перед его выпуском за счёт дополнительного движения корпусом или рукой.

Обобщая вышеизложенное, можно заключить, что составляющими мастерства спортсмена в кёрлинге являются:

- умение результативно выполнять точностные двигательные действия (броски кёрлингового камня) с решением двигательной задачи по остановке кёрлингового камня в определённой точке игровой площадки;
- умение результативно выполнять точностные двигательные действия (броски кёрлингового камня) с решением двигательной задачи – попаданием в неподвижно стоящий на площадке камень с необходимой силой и под необходимым углом;
- умение эффективно выполнять натирание ледовой поверхности игровой площадки щёткой (свилинг) в сочетании с передвижением по ней с различной скоростью;

– умение точно оценивать характеристики движения спортивного снаряда по игровой площадке (скорость и траектория скольжения), умение прогнозировать (антиципировать) финальное положение выпущенного камня и других камней, находящихся на площадке, после окончания их перемещения;

– умение осуществить точный выбор тактического действия и способа его реализации.

Необходимо отметить, что в основе данных составляющих лежит целый комплекс специальных умений, формируемых в ходе подготовки спортсменов.

Техника броска камня в керлинге требует от спортсмена точного и четкого выполнения комплекса последовательных и взаимосвязанных действий, в котором специалисты выделяют выделяется несколько последовательных фаз (Schmidt R., 2012; Бадилин А.О. с соавт., 2019): подготовительная фаза («переднее движение», «подъем» и «замах»), основная фаза («отталкивание» и «скольжение») и заключительная фаза («наклон» вперед с выпуском керлингового камня).

Техника выполнения бросков кёрлинговых камней требует от спортсменов точных и четких последовательных и взаимосвязанных действий, в которых специалисты выделяют несколько последовательных фаз: подготовительную фазу (подготовительные движения, замах), основную фазу (отталкивание от колодки и скольжение по направлению линии прицеливания) и заключительную фазу (релиз, выпуск спортивного снаряда).

В последнее время техника броска кёрлингового камня остается неизменной. Существует два вида скольжения по отличающихся по высоте: низкая и высокая стойка. Техника релиза подразумевает деления на: мягкий и жесткий выпуск спортивного снаряда, от которого зависит прямолинейность и точка «брейки поинт», после которой камень начинает производить огибающее движение во внутрь или наружу в зависимости от заданного вращения. В таблице 1 приведены временные характеристики различных фаз пуска спортивного снаряда в кёрлинге.

Таблица 1 – Временная характеристика двигательной деятельности спортсменов-керлингистов

№	Составляющие двигательных действий	Особенности движений	Цель действий	Среднее значение (сек)	Среднеквадратичное отклонение (сек)
1	Исходное положение перед выездом	Игрок находится в положении приседа с опорой на колодку	Концентрация на последующих действиях, прицеливание	1,2	3,3
2	Подготовительные действия для придания камню ускорения	Подъем туловища, последовательные перемещения камня «вперед-назад-вперед» (с опорой)	Сообщение камню ускорения по заданному вектору	26,5	0,6
3	Отталкивание от опорной колодки	Переход из опорного положения в фазу скольжения	Придание камню ускорения, вектор которого направлен на щетку капитана	0,9	0,4
4	Скольжение и выпуск камня	Перемещение в глубоком выпаде и выпуск камня в зачетной зоне	Окончательная корректировка скорости и направления движения камня	2,7	0,6

Успешное выполнение броска кёрлингового камня, по мнению ряда авторов зависит от:

- точности остановки камня в определенной зоне игрового поля,
- точности траектории движения спортивного снаряда,
- точности попадания разыгрываемого камня в уже сыгранные камни с заданным усилием, под определенным углом и с требуемым направлением вращения.

Розыгрыш камня, как командное взаимодействие, основывается на групповых тактических взаимодействиях игроков. В кёрлинге, в отличие от других игровых видов спорта (баскетбол, хоккей, гандбол и др.), групповые тактические взаимодействия не связаны с передачами спортивного снаряда между игроками команды или их особыми тактически

перемещениями. В кёрлинге групповое тактическое взаимодействие представляют собой взаимодействие двух или трёх игроков, направленное на достижение необходимой траектории перемещения игрового спортивного снаряда (кёрлингового камня) по поверхности площадки, осуществляемое на основе коммуникативного контакта – словесного согласования действий как перед их выполнением, так и по ходу их реализации. Таковыми групповыми тактическими взаимодействиями в кёрлинге являются:

- взаимодействие «скип – бросающий игрок»,
- взаимодействие «скип – свиперы» (игроки, выполняющие свипинг по ходу движения кёрлингового камня),
- взаимодействие «бросающий игрок – свиперы»,
- взаимодействие игроков при выполнении свипинга.

Тактические взаимодействия в кёрлинге, как и в других игровых видах, складываются из индивидуальных тактических действий игроков, которыми в кёрлинге являются:

- действия скипа команды по принятию решения при выборе тактики игры команды в энде и при проведении розыгрыша камня, по управлению действиями партнёров при выполнении свипинга,
- действия игрока, выполняющего бросок кёрлингового камня,
- действия свипера, т.е. игрока, выполняющего свипинг по ходу движения кёрлингового камня – помимо натирания льда с различной интенсивностью данный игрок оценивает скорость скольжения спортивного снаряда, информируя партнёров по команде о возможных вариантах траектории его перемещения.

Важно отметить, что целью выполнения броска является, именно, выполнение задачи реализации задуманного в игровой зоне – решение конкретной тактической задачи, а не внешняя форма движения, как к примеру, при выполнении гимнастических упражнений. Техника выполнения броска может существенно варьировать по ряду внешних признаков среди различных игроков. Это может быть обусловлено их индивидуальными особенностями физического развития, физической подготовленности и, даже, особенностями какой-либо конкретной «школы техники».

ЛИТЕРАТУРА

1. Бадилин А.О. Теория и методика избранного вида спорта (керлинг) : учебное пособие / А.О. Бадилин, К.Ю. Задворнов, Д.С. Мельников ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2019. – 104 с.
2. Бадилин, А.О. Содержание педагогического контроля технико-тактической подготовки керлингистов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Бадилин Александр Олегович. – Санкт-Петербург, 2018. – 24 с.
3. Schmidt R. The Five elements of curling technique / R. Schmidt – USA Curling, Stevens Point, Wisconsin, USA, 2012. – 115 p.

REFERENCES

1. Badilin, A. O., Zadvornov, K.Yu. and Melnikov, D.S. (2019), *Theory and methodology of the chosen sport (Curling): textbook*, National state University of physical culture, sport and health named after P. F. Lesgaft, St. Petersburg.
2. Badilin, A O. (2018), *Content of pedagogical control of technical and tactical training of highly qualified curlers*, dissertation, St. Petersburg.
3. Schmidt, R. (2012), *The Five elements of curling technique*, USA Curling, Stevens Point, Wisconsin, USA.

Контактная информация: curling@ya.ru

Статья поступила в редакцию 07.06.2020