

Анализ содержания прыжкового контента в соревновательных программах юных фигуристов 8-11 лет

Глазкова Александра Олеговна

Шарманова Светлана Борисовна, кандидат педагогических наук, профессор

Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск

Аннотация

Цель исследования заключалась в выявлении динамики показателей технической подготовленности в соревновательных программах юных фигуристов 8–11 лет.

Методы исследования: сбор и обработка судейских оценок фигуристов, расчёт показателей доли прыжковых элементов в трёх разделах соревнований по фигурному катанию на коньках, педагогические наблюдения.

Результаты исследования и выводы. Представлены результаты детализации оценок на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» среди мальчиков и девочек (младший возраст) по фигурному катанию на коньках в период с 2015 по 2025 годы у спортсменов 8–11 лет. Выявлены доли сольных прыжков, каскадов и комбинаций у юных фигуристов в следующих разделах соревнований: элементы, короткая программа, произвольная программа. Выявлена тенденция повышения уровня технической подготовленности фигуристов 8–11 лет, что выражено в усложнении прыжкового контента соревновательных программ.

Ключевые слова: детско-юношеский спорт, фигурное катание на коньках, техническая подготовленность, прыжковые элементы.

Analysis of jump content in competitive programs of young figure skaters aged 8-11 years

Glazkova Alexandra Olegovna

Sharmanova Svetlana Borisovna, candidate of pedagogical sciences, professor

Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk

Abstract

The purpose of the study was to identify the dynamics of technical preparedness indicators in the competitive programs of young figure skaters aged 8–11 years.

Research methods: collection and analysis of judges' evaluations of figure skaters, calculation of the proportion of jumping elements in the three segments of figure skating competitions, pedagogical observations.

Research results and conclusions. The results of detailed scoring at the All-Russian competitions "S.A. Zhuk Memorial" among boys and girls (younger age group) in figure skating from 2015 to 2025 for athletes aged 8–11 are presented. The proportions of solo jumps, jump combinations, and sequences among young figure skaters were identified in the following competition segments: elements, short program, and free program. A trend of increasing technical proficiency among 8–11-year-old figure skaters has been observed, reflected in the growing complexity of the jumping content in competitive programs.

Keywords: youth sports, figure skating, technical proficiency, jumping elements.

ВВЕДЕНИЕ. Современная динамика развития фигурного катания на коньках в дисциплине одиночного катания отличается высокой интенсивностью и характеризуется актуальной тенденцией – стремительным усложнением технической составляющей [1]. Ретроспективный анализ прыжковых элементов в одиночном фигурном катании на коньках позволил установить смену оборотности в прыжковых элементах за последние более чем 100 лет: одинарные прыжки (10–20-е годы XX века), двойные прыжки (20–40-е годы XX века), тройные прыжки (50–80-е годы XX века), четверные прыжки (80-е годы XX века – 20-е годы XXI века) [2]. Таким образом, за последние 120 лет фигуристы, выступающие в дисциплине «одиночное катание», перешли от прыжков в 1 оборот к прыжкам в 4 и даже 4,5 оборота. Технические изменения, отразившиеся в выполнении многооборотных прыжков и эле-

ментов «ультра-си» фигуристами на взрослом уровне, не могут не затронуть современный детско-юношеский спорт, что ведёт, в свою очередь, к изменениям в правилах вида спорта и в требованиях к элементам в детском спорте [3]. Это представляет особую актуальность исследования ввиду дальнейшего прогнозирования развития вида спорта «фигурное катание на коньках» на детском уровне и выстраивания эффективной подготовки спортсменов. Цель исследования – выявить динамику показателей технической подготовленности в соревновательных программах фигуристов 8–11 лет. Задачи исследования: 1) Проанализировать содержание прыжкового контента в соревновательных программах фигуристов 8–11 лет на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» по фигурному катанию на коньках в период с 2015 по 2025 год. 2) Определить долю сольных прыжков, каскадов и комбинаций в короткой и произвольной программах, и в разделе «элементы» у юных фигуристов.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В ходе исследования были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, обобщение полученных данных, наблюдение за тренировочным процессом фигуристов, сбор и обработка статистических данных, расчёт показателей доли прыжковых элементов в трёх разделах соревнований по фигурному катанию на коньках. Детализированные судейские оценки были получены из открытого источника – с официального интернет-сайта Федерации фигурного катания на коньках России.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Проведен анализ содержания прыжкового контента в соревновательных программах юных фигуристов, выступающих на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» по фигурному катанию на коньках в младшей возрастной группе в период с 2015 по 2025 год [4]. Выбор данных соревнований связан с тем, что Мемориал С.А. Жука является главным стартом сезона для многих фигуристов в возрастной категории 8–11 лет. Возраст отобран по причине того, что в это время фигуристы начинают стабильно исполнять многооборотные прыжки на соревнованиях и предпринимать попытки выполнения элементов «ультра-си» в тренировочном процессе в ходе выявленного педагогического наблюдения. На данном турнире соревнования проводятся в 3 разделах: элементы, короткая программа и произвольная программа. Данные по каждому разделу представлены в таблицах 1, 2 и 3 соответственно.

Как видно из таблицы 1, у девочек 8–11 лет в период с 2015 по 2025 год в соревнованиях в разделе «элементы» наблюдается постепенное сокращение количества исполненных сольных прыжков в два оборота и увеличение доли сольных прыжков в три оборота, а также плавное уменьшение доли каскадов «2+2» и стремительное повышение доли каскадов «3+2» и «3+3». Если в 2015 году тройные прыжки исполняли примерно 52% участниц, то начиная с 2020 года более 92 % фигуристок стабильно выполняют в качестве сольного прыжкового элемента прыжок в три оборота, а лидеры с 2023 года – сольные прыжки в четыре оборота. Кроме того, в 2015 году только одна фигуристка (Александра Трусова) пыталась исполнить каскад «3+3», а в 2025 году уже примерно 42% участниц выполняют этот каскад, состоящий из сложных многооборотных прыжков. Таким образом, за последние 10 лет можно констатировать повышение уровня технической подготовленности фигуристок 8–11 лет, усложнение прыжкового контента в соревновательных

программах и необходимость выполнения многооборотных прыжков для повышения конкурентоспособности спортсменов на соревнованиях.

Таблица 1 – Показатели прыжкового контента на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» с 2015 по 2025 год в разделе «элементы»

Годы	Доля сольных прыжков (%)					
	2 об.		2,5 об		3 об.	
	д	м	д	м	д	м
2015	22,2	28,0	25,9	40,0	51,9	32,0
2016	19,2	12,5	42,3	41,7	42,3	45,8
2017	25,0	46,4	21,4	28,6	53,6	25,0
2018	13,3	50,0	20,0	33,3	66,7	21,4
2019	3,4	16,7	17,2	24,1	79,3	50,0
2020	0,0	10,3	3,4	24,0	96,6	65,5
2021	3,8	4,0	3,8	24,0	92,3	72,0
2022	0,0	0,0	4,0	33,3	96,0	66,7
2023	0,0	4,2	0,0	33,3	100,0	58,3
2024	0,0	20,8	4,0	25,0	96,0	54,2
2025	0,0	30,4	0,0	13,0	100,0	56,5

Годы	Доля каскадов (%)									
	2+2		3+2		2,5+2		2,5+3		3+3	
	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м
2015	22,2	40,0	48,1	36,0	25,9	24,0	3,7	0,0	0,0	0,0
2016	19,2	16,7	23,1	50,0	46,2	33,3	7,7	0,0	4,0	0,0
2017	28,6	42,9	39,3	32,1	14,3	25,0	14,3	0,0	3,6	0,0
2018	13,3	57,1	46,7	21,4	16,7	17,9	16,7	0,0	16,7	3,6
2019	3,4	20,0	55,2	30,0	20,7	30,0	20,7	13,3	3,4	6,7
2020	0,0	10,3	58,6	37,9	3,4	27,6	3,4	6,9	27,6	17,2
2021	3,8	8,0	50,0	32,0	7,7	28,0	7,7	12,0	30,8	20,0
2022	0,0	0,0	48,0	41,7	4,0	33,3	8,0	4,2	40,0	16,7
2023	0,0	12,5	42,3	41,7	3,8	25,0	15,4	0,0	38,5	16,7
2024	0,0	25,0	52,0	41,7	8,0	25,0	4,0	4,2	36,0	4,2
2025	0,0	30,4	58,3	43,5	0,0	21,7	0,0	0,0	41,7	0,0

У мальчиков 8–11 лет за последние 10 лет наблюдается неравномерный характер освоения прыжковых элементов: с 2019 по 2023 год наблюдается спад доли сольных прыжков в два оборота в пользу постепенного увеличения доли более сложных сольных прыжков в 2,5 оборота, три оборота и даже 3,5 оборота (Добромир Воронов, 2023), а также уменьшение доли каскадов «2+2» в сторону каскадов «3+2» и «2,5+2» и с 2020 года — каскадов «3+3». В 2024 и 2025 годах происходит увеличение доли прыжков в два оборота и стагнация прыжков в три оборота, а также сокращение доли каскадов «3+3» и одновременное увеличение доли каскадов «2+2». Спад уровня технической подготовленности фигуристов за последние два года можно связать с уменьшением количества соревнующихся участников и последствиями ограничений тренировочного процесса ввиду COVID-19. В целом, несмотря на неравномерный характер исполнения прыжковых элементов, можно утверждать, что уровень технической подготовленности мальчиков в фигурном катании вырос за последние 10 лет. Так, в 2015 году 32% участников выполняли сольный прыжок в три оборота и 36% спортсменов — каскад «3+2», в 2025 году примерно 57% фигуристов-мальчиков имели в арсенале сольный прыжок в три оборота

и около 44% — каскад «3+2», то есть доля сольных тройных прыжков увеличилась в 1,6 раза, а каскадов «3+2» — в 1,2 раза за 10 лет.

Прирост доли исполнения сольных прыжков в три оборота у фигуристок-девочек в среднем каждый год выше в 1,7 раза по сравнению с фигуристами-мальчиками и в 6,5 раза в доле каскадов «3+3». Разница в более быстром освоении прыжковых элементов фигурного катания девочками по сравнению с мальчиками связана с более высокой конкуренцией среди девочек и с физиологическими особенностями: девочки растут, развиваются и созревают быстрее, чем мальчики [5].

Таблица 2 – Показатели прыжкового контента на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» с 2015 по 2025 год в разделе «короткая программа»

Годы	Прыжковые элементы											
	Доля сольных прыжков (%)				Доля прыжка типа «аксель» (%)				Доля каскадов (%)			
	2 об.		3 об.		1,5 об.		2,5 об.		2+2		3+2	
	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м
2015	33,3	64,0	66,7	36,0	14,8	20,0	85,2	80,0	51,9	68,0	48,1	32,0
2016	30,8	50,0	69,2	50,0	11,5	8,3	88,5	91,7	50,0	62,5	50,0	37,5
2017	46,4	67,9	53,6	32,1	21,4	35,7	78,6	64,3	42,9	60,7	57,1	39,3
2018	23,3	64,3	76,7	35,7	13,3	42,9	86,7	57,1	33,3	75,0	66,7	25,0
2019	17,2	46,7	82,8	53,3	3,4	16,7	96,6	83,3	20,7	56,7	79,3	43,3
2020	6,9	31,0	93,1	69,0	0,0	10,3	100,0	89,7	3,4	37,9	96,6	62,1
2021	7,7	24,0	92,3	76,0	3,8	0,0	96,2	100,0	7,7	40,0	92,3	60,0
2022	4,0	25,0	96,0	75,0	0,0	0,0	100,0	100,0	4,0	29,2	96,0	70,8
2023	7,7	20,8	92,3	79,2	0,0	4,2	100,0	95,8	3,8	37,5	96,2	62,5
2024	4,0	41,7	96,0	58,3	4,0	4,2	96,0	95,8	4,0	41,7	96,0	58,3
2025	0,0	47,8	100,0	52,2	0,0	13,0	100,0	87,0	4,2	47,8	95,8	52,2

Как видно из таблицы 2, у сильнейших в России девочек младшего возраста за последние 10 лет усложнился прыжковый контент в короткой программе, что выражается в следующем:

- начиная с 2019 года каждая фигуристка выполняла обязательный прыжок типа «аксель» в 2,5 оборота, тогда как в 2015 году это делали лишь 85% участниц;
- говоря о сольном прыжке, который подлежит исполнению в короткой программе, образовалась тенденция к планомерному росту доли прыжков в три оборота в период с 2015 по 2025 год. Так, в 2015 году в качестве сольного прыжка лишь 67% участниц выбрали прыжок в три оборота, в 2020 году – 93% участниц, а в 2025 году уже все участницы выполняли прыжки в три оборота в качестве сольного прыжка;
- в 2015 году в коротких программах фигуристок 8–11 лет преобладала доля каскадов «2+2» (52% участниц) над каскадами «3+2» (48% участниц), в 2025 году преобладает уже доля каскадов «3+2» в размере 96% против 4% каскадов «2+2».

У сильнейших фигуристов России младшего возраста, по сравнению с девочками этого же возрастного периода, нет такого быстрого роста технической составляющей. Фигуристки в короткой программе стали в среднем в 1,6 раза быстрее выполнять прыжки в три оборота и в 1,7 раза каскады «3+2», чем фигуристы. При этом усложнение прыжковых элементов среди мальчиков также присутствует:

- в каскадах короткой программы с 2015 по 2019 год у мальчиков преобладала доля каскадов «2+2», начиная с 2020 года и по настоящее время — доля каскадов «3+2», при этом пик пришелся на 2022 год (71% участников выполняли каскад «3+2» в короткой программе);

– в качестве сольного прыжка до 2018 года большинство фигуристов выполняли прыжок в два оборота, начиная с 2019 года — уже прыжок в три оборота, при этом за последние два года произошел резкий спад доли прыжков в три оборота. Важно отметить, что похожий спад технического уровня фигуристов наблюдался в 2017–2018 годах, после чего наступил резкий подъем доли более сложных прыжков. Можно предположить, что в дальнейшем произойдет увеличение доли тройных прыжков и каскадов «3+2» ввиду скачкообразного характера развития уровня технической подготовленности у мальчиков.

Таблица 3 – Показатели прыжкового контента на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» с 2015 по 2025 год в разделе «произвольная программа»

Годы	Доля сольных прыжков (%)											
	2 об.		2,5 об		3 об.		Другие					
	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М				
2015	33,3	56,0	17,6	18,4	42,6	23,2	5,6	4,0				
2016	41,3	46,7	21,2	18,3	35,6	32,5	2,9	1,7				
2017	39,3	60,0	17,0	13,0	37,5	20,0	6,3	7,0				
2018	27,5	63,6	15,0	11,4	54,2	15,7	3,3	10,0				
2019	19,8	45,8	18,1	18,3	59,5	32,5	17,2	4,2				
2020	10,3	31,0	20,7	17,7	68,1	48,7	0,9	2,7				
2021	10,6	27,0	33,3	22,0	71,2	51,0	0,9	0,0				
2022	7,0	26,0	22,0	24,0	71,0	50,0	0,0	0,0				
2023	3,8	27,1	8,7	12,5	87,5	58,3	0,0	2,0				
2024	10,0	38,5	10,0	16,7	80,0	42,7	0,0	2,1				
2025	6,3	48,9	7,3	14,1	86,5	35,9	0,0	1,1				
Годы	Доля каскадов (%)											
	2+2		3+2		2,5+2		2,5+3		3+3			
	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М		
2015	31,5	48,0	38,9	28,0	24,1	20,0	5,6	0,0	0,0	0,0		
2016	26,9	45,8	25,0	25,0	32,7	29,2	5,8	0,0	5,8	0,0		
2017	39,3	53,0	32,1	19,0	25,0	28,0	3,6	0,0	0,0	0,0		
2018	30,0	57,1	30,0	19,6	20,0	19,6	13,3	0,0	6,7	1,8		
2019	7,8	30,0	51,7	25,0	24,1	31,7	8,6	6,7	1,7	5,0		
2020	5,2	21,8	63,8	29,1	10,3	27,3	10,3	7,3	10,3	14,6		
2021	7,7	22,0	48,1	34,0	11,5	20,0	14,5	14,0	19,2	10,0		
2022	4,0	22,9	48,0	31,3	14,0	25,0	10,0	6,3	24,0	14,6		
2023	0,0	4,2	7,7	12,5	5,8	2,1	0,0	0,0	13,5	6,3		
2024	2,0	12,5	24,0	25,0	6,0	12,5	0,0	2,1	14,0	2,1		
2025	0,0	26,1	31,3	17,4	0,0	10,9	0,0	0,0	18,8	0,0		
Годы	Доля комбинаций (%)											
	2+2+1,5		2+2+2,5		3+2+1,5		3+2+2,5		2,5+2+1,5		Другие	
	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М
2015	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2016	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2017	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2018	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2019	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2020	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2021	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2022	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2023	0,0	16,7	7,7	0,0	15,4	6,3	42,3	20,8	3,8	20,8	3,8	10,5
2024	4,0	16,7	2,0	8,3	8,0	4,2	34,0	10,4	4,0	4,2	2,0	2,1
2025	2,1	17,4	2,1	2,2	8,3	2,2	31,3	15,2	2,1	2,2	4,2	6,6

Как следует из таблицы 3, важными особенностями произвольных программ юных фигуристов 8–11 лет за период 2015–2025 годов стали:

- изменение требований к прыжковым элементам у мальчиков: в 2019 году произошло уменьшение количества сольных прыжков с пяти до четырёх ввиду сохранения баланса технической составляющей и компонентов программы [6]. При этом важно отметить, что изменилась сложность и уровень GOE прыжковых элементов;

- появление в программах спортсменов (и мальчиков, и девочек) комбинаций, состоящих из трёх прыжков, что требует более тщательной физической подготовки юных фигуристов.

В период с 2015 по 2018 год у девочек младшего возраста наблюдается относительно равномерное распределение в произвольных программах каскадов «2+2», «3+2» и «2,5+2». С 2019 года одним из наиболее популярных каскадов среди участниц становится каскад «3+2», а начиная с 2023 года — комбинация «3+2,5+2», что говорит об усложнении технического контента фигуристок. За последние 10 лет наблюдается тенденция уменьшения доли каскадов «2+2» в произвольных программах фигуристок и, начиная с 2020 года, одновременное увеличение доли каскадов «3+3». Была выделена особенность расположения каскадов «3+3» в произвольной программе: у лидеров каскады «3+3» расположены во второй части программы, что даёт им надбавку 10% к базовой стоимости прыжка и говорит о высокой физической подготовленности спортсменов, тогда как у фигуристов среднего уровня каскады «3+3» чаще встречаются в начале программы.

Доля сольных прыжков в три оборота в произвольных программах девочек с 2015 по 2025 год увеличилась в два раза, а доля сольных прыжков в два оборота сократилась в пять раз, что в очередной раз доказывает изменение программы юных фигуристок в сторону усложнения технического контента. У мальчиков, как и в других разделах соревнований, наблюдаемая тенденция проявляется не столь равномерно: увеличение доли сольных прыжков в три оборота и одновременное сокращение доли прыжков в два оборота во временной период с 2019 по 2023 год, и спад оборотности прыжков в 2024–2025 годах.

ВЫВОДЫ. Анализ содержания прыжкового контента в соревновательных программах фигуристов 8–11 лет на всероссийских соревнованиях «Мемориал С.А. Жука» по фигурному катанию на коньках в период с 2015 по 2025 год свидетельствует о повышении уровня технической подготовленности юных спортсменов, что выражено в увеличении доли многооборотных сольных прыжков, каскадов и комбинаций. Следовательно, в настоящее время включение многооборотных прыжков в соревновательные программы юных фигуристов является важным показателем их конкурентоспособности. По мнению авторов данной статьи, усложнение прыжкового контента в соревновательных программах юных фигуристов взаимосвязано с аналогичной тенденцией развития одиночного фигурного катания на мировой спортивной арене, где также наблюдается увеличение доли элементов «ультра-си». Таким образом, усложнение технической составляющей в фигурном катании на коньках у взрослых спортсменов приводит к росту сложности прыжковых элементов в детско-юношеском спорте. Прогнозируя тенденции развития фигурного катания на

коньках в детско-юношеском спорте, можно предположить, что дальнейшее усложнение технической составляющей, а именно прыжкового контента, определяет необходимость научного поиска повышения эффективности учебно-тренировочного процесса. Особенно это касается скоростно-силовой и координационной подготовки фигуристов на этапе начального обучения, поскольку уровень развития скоростно-силовых и координационных способностей во многом определяет возможность освоения многооборотных прыжков и элементов «ультра-си».

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Ступень М. П., Солонек П. А. Сравнительная характеристика многолетней динамики соревновательной деятельности юниорок и женщин в фигурном катании на коньках // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры. 2022. № 25. С. 36–41. EDN: VJVOBZ.
2. Глазкова А. О. Ретроспективный анализ прыжковых элементов в одиночном фигурном катании // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта, олимпизма : сб. материалов Всероссийской науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов, магистрантов, соискателей и студентов. Омск : Сибирский гос. ун-т физ. культуры, 2024. С. 377–382. EDN: LGLZOX.
3. Мишин А. Н. Прыжки в фигурном катании: техника исполнения и методика обучения многооборотным прыжкам. 2-е изд. Москва : Ленанд, 2021. 112 с. ISBN 978-5-9710-8322-1.
4. Детализация судейских оценок // Федерация фигурного катания коньках. URL : <https://fsrussia.ru/sorevnovaniya> (дата обращения: 16.05.2025).
5. Иссурин В. Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки. Москва : Спорт, 2016. 464 с. ISBN 978-5-906839-57-2. EDN: YRSQTZ.
6. Единая всероссийская спортивная классификация 2023-2026 гг. от 04 февраля 2023 : официальный сайт. URL : https://fsrussia.ru/files/docs/evsk_fs_2326.pdf (дата обращения: 15.05.2025).

REFERENCES

1. Stupen M. P., Solonko P. A. (2022), “Comparative Characteristics of Long-Term Dynamics of Competitive Activities of Juniors and Women in Figure Skating”, *Scientific Notes of the Belarusian State University of Physical Culture*, No. 25, pp. 36–41.
2. Glazkova A. O. (2024), “Retrospective Analysis of Jump Elements in Single Figure Skating”, *Problems of Improving Physical Culture, Sports, and Olympism*, Collection of Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference of Young Scientists, Postgraduate Students, Master's Students, Applicants, and Students, Omsk, SibSUFK, pp. 377–382.
3. Mishin A. N. (2021), “Skips in Figure Skating: Technique of Performance and Methods of Teaching Multi-Turn Skips”, 2nd ed., Moscow, Lenand, 112 p., ISBN 978-5-9710-8322-1.
4. “Details of Judges' Judgments”, *Figure Skating Federation*, URL: <https://fsrussia.ru/sorevnovaniya> (date of access: 16.05.2025).
5. Issurin V. B. (2016), “Training Athletes of the 21st Century: Scientific Foundations and Training Structure”, Moscow, Sport, 464 p., ISBN 978-5-906839-57-2.
6. (2023), “Unified All-Russian Sports Classification 2023-2026”, dated February 4, 2023, URL: https://fsrussia.ru/files/docs/evsk_fs_2326.pdf (accessed on May 15, 2025).

Информация об авторах:

Глазкова А.О., соискатель кафедры теории и методики физического воспитания, SPIN-код 9682-7107, ORCID: 0009-0004-2002-3610.

Шарманова С.Б., профессор кафедры теории и методики физического воспитания, SPIN-код 3104-2629, ORCID: 0000-0002-0552-7472.

Авторы заявляют об отсутствии конфликтов интересов.

Поступила в редакцию 31.08.2025.

Принята к публикации 06.11.2025.