

УДК 796.61

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПИЩЕВЫХ БИОКОРРЕКТОРОВ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

Шакирова Ольга Викторовна, доктор медицинских наук, доцент, Александр Петрович Пальченко, доцент, Елена Евгеньевна Перепелица, кандидат педагогических наук, доцент, Дальневосточный федеральный университет, Владивосток; Олег Иванович Ёлкин, генеральный директор, Лаборатория зеленого сока, Владивосток

Аннотация

Актуальной проблемой теории и практики спортивной тренировки является изучение эффективности применения природных биокорректоров для повышения работоспособности и ускорения восстановления энергетических ресурсов организма спортсменов. Данная статья посвящена описанию результатов исследования, направленного на оценку эффективности использования биологически активных пищевых добавок на основе сока побегов ячменя и экстракта подсолнечника с добавлением экстрактов березовой чаги, кедрового ореха и таежных ягод в рационе питания спортсменов, занимающихся циклическими видами спорта (легкая атлетика и плавание). Установлено, что прием биокорректоров растительного происхождения обеспечивает высокий уровень работоспособности атлетов, подтвержденный показателями физической подготовленности на фоне улучшения психоэмоционального состояния. Используемые биокорректоры имеют соответствующие сертификаты, подтверждающие безопасность их применения в спортивной практике.

Ключевые слова: легкая атлетика, плавание, спортивная тренировка, пищевые биокорректоры, сок побегов ячменя, физическая подготовленность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.09.p497-503

USING PLANT-BASED FOOD BIOCORRECTORS TO IMPROVE MOTOR PERFORMANCE IN CYCLIC SPORTS

Shakirova Olga Viktorovna, doctor of medical sciences, docent, Palchenko Alexander Petrovich, docent, Perepelitsa Elena Evgenievna, candidate of pedagogical sciences, docent, Far Eastern Federal University, Vladivostok; Elkin Oleg Ivanovich, general director, Green Juice Laboratory, Vladivostok

Abstract

An urgent problem of the theory and practice of sports training is the study of the effectiveness of the use of natural biocorrectors to increase the performance and accelerate the restoration of the energy resources of the body of athletes. This article describes the results of a study aimed at assessing the effectiveness of the use of biological active food additives based on barley shoot juice and sunflower extract with the addition of extracts of birch chaga, pine nut and taiga berries in the diet of athletes engaged in cyclic sports (athletics and swimming). It was established that the intake of biocorrectors of plant origin provides a high level of performance of athletes, confirmed by indicators of physical fitness against the background of improving psycho-emotional state. The biocorrectors used have appropriate certificates confirming the safety of their use in sports practice.

Keywords: athletics, swimming, sports training, food biocorrectors, barley shoots juice, physical fitness.

ВВЕДЕНИЕ

Полноценное восстановление физической работоспособности в процессе подготовки атлетов в любом виде спорта невозможно, в первую очередь, без адекватного питания, создающего базу для восстановления энергетических и пластических ресурсов организма и расширения границ его адаптации к околопредельным физическим нагрузкам, значительным по объему и интенсивности [1, 2]. К сожалению, при традиционном режиме питания, не всегда представляется возможным употребить такое количество пищи, чтобы

полностью компенсировать суточный расход энергии, особенно в пред- и соревновательный периоды. В результате нередко возникают ситуации, связанные с дефицитом в организме спортсменов важных нутриентов и сопровождающиеся риском развития состояния преждевременного утомления и снижения резистентности организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды – изменению часовых поясов и метеорологических условий, соревновательным стрессам, сезонным инфекционным заболеваниям [3, 4]. Поскольку питание спортсменов следует рассматривать, как важное звено процесса восстановления, необходимы научно обоснованные рекомендации о тесной взаимосвязи суточного пищевого рациона с тренировочной и соревновательной деятельностью, его правильном распределении в течение дня, мероприятиях, способствующих качественному усвоению пищи. Известно, что одним из важнейших условий полноценного восстановления пластических, регуляторных и энергетических функций организма после тренировочных и соревновательных нагрузок является достаточное количество в пище минеральных веществ и витаминов, необходимых не только для восстановления водно-солевого баланса и электролитного состояния клеток, нервной проводимости, но и для нормализации реологических свойств крови, ферментативной активности, иммунной резистентности и др. Производители часто включают сбалансированный набор микроэлементов и витаминов в содержание биологически активных пищевых добавок. Несмотря на то, что ряд исследователей утверждают, что основные потребности организма спортсменов в веществах энергетического и пластического действия, витаминах и минеральных веществах могут быть полностью удовлетворены за счет сбалансированного питания, специалисты в области медико-биологического обеспечения спорта высших достижений убеждены, что необходимость дополнительного приема пищевых добавок, содержащих витамины, микроэлементы, углеводные и белковые компоненты, не вызывает сомнений [5, 6, 7]. Витамины являются составными частями структуры ферментов – необходимых организму биологических катализаторов – и влияют на качество исполняемых им функций, а минеральные вещества необходимы для полноценной жизненной деятельности, поскольку обеспечивают постоянство осмотического давления, кислотно-щелочного баланса, процессов всасывания, секреторных функций, мышечного сокращения, нервной проводимости, внутриклеточного дыхания и иммуногенеза. Проблема оптимизации функционального состояния организма спортсменов в циклических видах спорта, характеризующихся интенсивной соревновательной деятельностью и напряженной тренировочной практикой, стимуляции или поддержания работоспособности с учетом достижения оздоровительного эффекта может быть решена путем использования биологически активных пищевых добавок или биокорректоров, направленно влияющих на психофизиологические показатели [8, 9]. Спортсмены находятся под воздействием стрессовых нагрузок, у них активно задействованы такие кинематические звенья тела, как руки, туловище и ноги, а исход соревнований во многом определяется выносливостью и быстротой реакции. Во многих странах циклические виды спорта пользуются огромной популярностью среди болельщиков, а крупные соревнования по легкой атлетике и плаванию собирают тысячи зрителей. Возрастание сложности и напряженности соревнований предъявляют все более высокие требования к физической подготовленности атлетов, зависящей от уровня психомоторных качеств и способности поддерживать их в оптимальном состоянии. Значительное физическое и психическое напряжение приводит к дополнительному увеличению расхода энергетических ресурсов организма, при этом стимуляцию работоспособности можно обеспечить за счет организации сбалансированного питания на основе использования специальных дополнительных пищевых средств [10]. В нашем случае таковыми были определены пищевые натуральные биокорректоры (добавки), направленно влияющие на функциональное состояние систем организма спортсменов. Современные представления о биохимических и физиологических закономерностях адаптации характера питания к режиму физических нагрузок позволяют определить его обобщенные адекватные схемы, которые не всегда учитывают

соревновательную конкретику вида спорта и условия тренировки. Объектом предпринятого исследования явился учебно-тренировочный процесс подготовки в циклических видах спорта (плавание и легкая атлетика). В качестве предмета исследования были определены базовые параметры тренировочной и соревновательной деятельности и показатели физической подготовленности спортсменов, демонстрируемые на фоне приема рекомендованных нами натуральных биоактивных веществ. Цель настоящего исследования состояла в экспериментальной проверке эффективности применения комплекса пищевых натуральных биоактивных веществ (ПНБК) растительного происхождения (сок побегов ячменя и экстракт подсолнечника с добавлением экстрактов березовой чаги, кедрового ореха и таящих ягод) для оптимизации тренировочного процесса подготовки в циклических видах спорта. Гипотеза исследования основывалась на предположении, согласно которому применение специально подобранных ПНБК целевого назначения будет способствовать оптимизации функционального состояния спортсменов, повышению тренировочной нагрузки, достижению более высокого уровня физической готовности и спортивной результативности.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Диалектический детерминизм, представляющий собой учение о причинной обусловленности, объективной и закономерной взаимосвязи явлений природы, общества и сознания (внешнего окружения и внутреннего мира человека), был определен нами в качестве базовой методологии данного исследования. Данная закономерность прослеживается и в физкультурно-спортивной деятельности, поскольку основой двигательной активности человека, как природного существа, является органическая энергетика, невозможная без правильного пищевого потребления. В процессе исследования, для определения необходимых данных и информации с последующим их анализом и обобщением, нами использовалось изучение информационных источников, а также был проведен педагогический эксперимент, включающий процедуры двигательного тестирования с оценкой показателей общей физической и специальной подготовленности и хронометрирования для определения динамики соревновательной деятельности. Динамика психоэмоционального состояния спортсменов определялась нами с помощью теста Самочувствие, активность, настроение (САН) – опросника, разработанного сотрудниками Первого Московского государственного медицинского университета имени И.М. Сеченова и нашедшего широкое распространение при оценке психоэмоциональной реакции на нагрузку, выявления индивидуальных особенностей и биологических ритмов психофизиологических функций. К участию в педагогическом эксперименте были привлечены три однородные группы спортсменов – представителей циклических видов спорта, по 10 человек в каждой. Две группы спортсменов, получавших 7 раз в неделю пищевую стимуляцию путем употребления ПНБК, считались экспериментальными (ЭГ), в одну из них были включены пловцы, во вторую – легкоатлеты. Прием биоактивных веществ проводился во время завтрака в базовом периоде подготовки к ответственным сезонным соревнованиям в условиях учебно-тренировочного сбора. Период одного курса пищевой стимуляции составлял 14 дней – 2-недельных тренировочных микроцикла, всего было предусмотрено 4 курса с недельным перерывом между ними. На протяжении первого курса спортсмены принимали безалкогольный напиток, полученный путем разведения водой сухого концентрата «Зеленый сок побегов ячменя Aojiru Matcha», второго курса – «Зеленый сок побегов ячменя Aojiru Chaga», третьего курса – «Зеленый сок побегов ячменя Aojiru Prime» на основе экстракта подсолнечника, четвертого курса – «Зеленый сок побегов ячменя Aojiru Taiga». Оценочное тестирование для определения эффективности приема биоактивных веществ было проведено дважды, в начале и конце эксперимента, а его общая продолжительность составила 77 дней. Указанные биоактивные вещества разработаны и производятся компанией ООО «Лаборатория зеленого сока» (г. Владивосток). Третья группа считалась контрольной (КГ), и ее участники по той же схеме принимали глюконат кальция в качестве плацебо.

Для создания оптимальных условий, способствующих морфологическим и функциональным изменениям, лежащим в основе повышения тренированности, на фоне приема пищевых биокорректоров были несколько увеличены тренировочные нагрузки. Несмотря на то, что такой подход к построению подводящего к соревнованиям этапа не одобряется тренерами из-за опасения, на фоне прогрессирующих тренировочных нагрузок, срыва уровня достигнутой адаптации, мы сочли возможным реализовать данный методический подход. Таким образом, в ЭГ было предусмотрено некоторое увеличение объема скоростно-силовой и силовой работы, а также нагрузки на выносливость, выполняемые в режиме достижения порога анаэробного обмена и максимального потребления кислорода. В результате были созданы условия не только для роста максимальной аэробной производительности, но и для повышения устойчивости к работе в анаэробной зоне.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для оценки эффективности применения биокорректоров нами проводилось изучение показателей физической подготовленности спортсменов (таблица 1).

Таблица 1 – Динамика показателей физической подготовленности спортсменов из экспериментальных и контрольной групп в ходе эксперимента

№	Показатели	КГ (n=10)			ЭГ (n=20)			Итог. раз-ница, М ₂ – М ₁	
		До/После	Раз-ница	p	До/После	Раз-ница	p	%	P
		M ₁ ±m/M ₂ ±m	%		M ₃ ±m/M ₄ ±m	%			
Общая физическая подготовленность									
1	Подтягивание, раз	13,2±0,2/12,8±0,2	-3	>0,05	13,4±0,1/14,2±0,2	5,9	<0,05	10,9	<0,05
2	Подъем туловища из полож. лежа за 20 секунд, раз	12,6±0,3/11,8±0,2	-6,3	<0,05	12,8±0,2/12,9±0,2	0,8	>0,05	9,3	<0,05
3	Динамометрия кисти, кг	56,7±1,3/56,0±1,4	-1,2	>0,05	54,2±1,6/55,4±1,4	2,2	>0,05	1,1	>0,05
4	Становая динамометрия, кг	150,6±2,2/148,6±2,3	-1,3	>0,05	148,4±2,4/156,3±2,6	5,3	<0,05	5,2	<0,05
5	Бег 30 м, сек	5,06±0,06/5,20±0,08	2,8	<0,05	5,02±0,06/5,01±0,04	0,2	>0,05	3,7	<0,05
6	Прыжок в длину с места, см	254,8±2,6/252,1±2,4	-1,1	>0,05	255,2±2,2/262,0±2,0	2,7	<0,05	3,9	<0,05
7	Бег 3000 м, сек	640,5±3,1/658,2±4,2	2,8	<0,05	642,2±3,3/628,8±4,6	-2,1	<0,05	4,5	<0,05
8	Наклон туловища в полож. стоя, см	10,5±0,5/9,6±0,4	-8,6	>0,05	9,8±0,6/12,4±0,7	26,6	<0,05	29,1	<0,05
Специальная физическая подготовленность									
1	Пять приседаний с дозированным отягощением, сек	6,18±0,04/6,08±0,04	1,6	>0,05	6,20±0,03/5,98±0,04	3,6	<0,05	3,5	<0,05

Основной задачей предсоревновательной подготовки и соревновательного периода стало удержание общей физической подготовки (ОФП) на достигнутом уровне. Оказалось, что в КГ результаты пяти из восьми контрольных тестов, отражающих уровень ОФП спортсменов, достоверно не изменились, в оставшихся трех тестах у испытуемых отмечалась статистически значимая отрицательная динамика показателей со снижением, в среднем, на 4,1%. В ЭГ динамика показателей ОФП была иного характера. В трех тестах («Подъем туловища», «Кистевая динамометрия», «Бег на 30 м из положения сидя спиной к линии старта»), несмотря на имеющуюся тенденцию к улучшению, достоверных изменений не произошло. Результаты же остальных тестов в ЭГ достоверно улучшились, в среднем на 8,4%. Таким образом, к концу исследования положительные сдвиги в ЭГ в большинстве случаев были достоверно выше, чем в КГ, за исключением динамометрии кисти. При анализе показателей специальной физической подготовленности преимущество испытуемых ЭГ было более выраженным, достоверные отличия между группами были установлены по всем показателям, причем наиболее выраженными они были к концу эксперимента, достигнув 10,6%. Спортсмены ЭГ продемонстрировали гораздо более высокие результаты в ходе оценки таких показателей, как «Лучшее время прохождения дистанции» и «Среднее время прохождения дистанции» (таблица 2). В первом случае статистически

подтверждённое превосходство спортсменов ЭГ составило 6,6, а во втором – 8,1 секунды. Анализируя такие расчетные показатели, как максимальный скоростной показатель и специальная выносливость, мы выяснили что преимущество испытуемых из ЭГ над спортсменами КГ составляет в среднем 3,8%.

Таблица 2 – Итоговые показатели соревновательной деятельности участников эксперимента

Исследуемые показатели	Группы испытуемых (M±m)		Разница		P
	КГ (n=10)	ЭГ (n=20)	ед.	%	
1. Лучшее время прохождения дистанции, сек	129,57±1,89	123±2,20	6,57	5,07	<0,05
2. Среднее время прохождения дистанции, сек	134,02±1,83	125,96±2,19	8,06	6,73	<0,05
3. Максимальный скоростной показатель, %	86,98±1,33	91,79±1,10	4,81	5,53	<0,05
4. Специальная выносливость, %	96,2±0,4	98,65±0,6	2,45	2,54	<0,05

Перед началом эксперимента психоэмоциональное состояние спортсменов во всех группах оценивалось как «благоприятное», разница между полученными результатами была незначительной. Так, показатель самочувствия соответствовал значениям 4,4 и 4,3 балла в экспериментальных и контрольной группах соответственно, показатель активности – 4,5 и 4,4 балла, т. е. данные показатели являлись благоприятными. Показатель настроения во всех группах оценивался как «хороший» и составил 5 баллов в экспериментальных и 5,1 балла – в контрольной группе. После завершения педагогического эксперимента психоэмоциональное состояние спортсменов экспериментальных групп стало оцениваться как «хорошее», при этом в контрольной группе оно, по-прежнему, оценивалось как «благоприятное». Так, оценка показателя самочувствия после завершения педагогического эксперимента в экспериментальных группах составила 5,2 балла, в контрольной – 4,7 балла. По показателю активности – 5,3 и 4,9 балла, по показателю настроения – 5,7 и 5,2 балла в экспериментальных и контрольной группах соответственно. Было установлено, что рост показателей наблюдался во всех группах, но в контрольной положительная динамика была менее выраженной. В частности, показатель, характеризующий самочувствие, в экспериментальных группах увеличился на 0,8 балла и составил 5,2 балла, в контрольной – на 0,4 балла, составив 4,7 балла. Таким образом, самочувствие спортсменов экспериментальной группы после завершения педагогического эксперимента оценивалось как «хорошее». Показатель активности в экспериментальных группах увеличился на 0,8 балла, составив 5,3 балла, в контрольной группе средний показатель увеличился на 0,5 балла и составил 4,9 балла. В результате средняя оценка экспериментальных групп по показателю активности превысила отметку в 5 баллов, что оценивается, как «хорошо». Прирост показателя настроения в экспериментальной группе составил 0,7 балла, в контрольной же он был незначительным – 0,1 балла.

Таким образом, если до начала эксперимента разница показателей психоэмоционального состояния спортсменов в трех групп была незначительной, то на фоне применения биокорректоров спортсмены экспериментальных групп стали превосходить спортсменов из контрольной по всем показателям анкетирования САН:

- по показателю самочувствия на 10,6%;
- по показателю активности на 8,2%;
- по показателю настроения на 9,6%.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, проведенное нами исследование подтверждает, что включение комплекса ПНБК растительного происхождения в пищевую рацион представителей циклических видов спорта позволяет поддерживать на высоком уровне показатели их физической подготовленности, а также оказывает положительное влияние на психоэмоциональное состояние и соревновательную деятельность. По нашему мнению, наблюдаемый положительный эффект во многом был достигнут благодаря синергетическому воздействию

комплексного состава использованных пищевых добавок, основными компонентами которых являлись сок побегов ячменя и экстракт подсолнечника с добавлением экстрактов березовой чаги, кедрового ореха и ягод. Для более точного определения степени участия тех или иных компонентов в достижении зафиксированных положительных результатов целесообразным представляется проведение дальнейших исследований с участием представителей различных видов спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Никитюк Д.Б. Спортивное питание: требования и современные подходы / Д.Б. Никитюк, С.В. Ключкова, Е.А. Рожкова // Вопросы диетологии. – 2014. – Т. 4, № 1. – С. 40–43.
2. Пшендин А.И. Рациональное питание спортсменов. Для любителей и профессионалов / А.И. Пшендин. – Санкт-Петербург : Олимп, 2013. – 160 с.
3. Красина И.Б. Современные исследования спортивного питания / И.Б. Красина, Е.В. Бродовая // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 5. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26809> (дата обращения: 01.08.2023).
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и ее практическое приложение / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 719 с.
5. Вековцев А.А. Разработка, оценка качества и эффективности биологически активных добавок для спортивного питания / А.А. Вековцев, Д.В. Позняковский, А.Н. Австриевских // Известия высших учебных заведений. Пищевая технология. – 2007. – № 2. – С. 107.
6. Португалов С.Н. Специализированные биологически активные и пищевые добавки в спортивном питании / С.Н. Португалов // Вестник спортивной науки. – 2006. – № 1. – С. 18–22.
7. Volpe S. Sport nutrition: vitamins and minerals for active people / S. Volpe. – Chicago: the American dietetic association, 2012. – 380 p.
8. Тютюков В.Г. Обоснование целесообразности дополнительной биологической коррекции базового питания мотокроссменов / В.Г. Тютюков, Е.В. Горовая // Физическая культура и спорт в современном обществе : сборник трудов Всероссийской научной конференции. – Хабаровск: ДВГУПС, 2010. – С. 55–59.
9. Харченко А.А. Актуальность использования и особенности применения спортивного питания / А.А. Харченко, О.В. Яловенко // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – Т. 6, № 4. – С. 149–154.
10. Seddon J. Dietary carotenoids vitamin A, C and E and advanced age related macular degeneration / J. Seddon // Journal of the American Medical Association. – 1994. – Vol. 227. – P. 1413–1420.

REFERENCES

1. Nikityuk, D.B., Klochkova, S.V. and Rozhkova, E.A. (2014), “Sports nutrition: requirements and modern approaches”, *Issues of dietetics*, Vol. 4, No. 1, pp. 40–43.
2. Pshendin, A.I. (2013), *Rational nutrition of athletes*, Olympus, St. Petersburg.
3. Krasina, I.B. and Brodovaya, E.V. (2017), “Modern studies of sports nutrition”, *Modern problems of science and education*, No. 5, available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26809> (accessed 1 August 2023).
4. Platonov, V.N. (2004), *The system of training athletes in Olympic sports: the general theory and its practical application*, Olympic literature, Kiev.
5. Vekovtsev, A.A., Poznyakovsky, D.V. and Austrievsky, A.N. (2007), “Development, assessment of the quality and effectiveness of biologically active additives for sports nutrition”, *News of higher educational institutions. Food technology*, No. 2, pp. 107.
6. Portugalov, S.N. (2006), “Specialized biologically active and nutritional supplements in sports nutrition”, *Bulletin of Sports Science*, No. 1, pp. 18–22.
7. Volpe, S. (2012), *Sport nutrition: vitamins and minerals for active people*, The American dietetic association, Chicago.
8. Tyutyukov, V.G. and Gorovaya, E.V. (2010), “Justification of the expediency of additional biological correction of the basic nutrition of motocrossmen”, *Physical culture and sports in modern society*, collection of works of the All-Russian Scientific Conference, Khabarovsk, pp. 55–59.
9. Kharchenko, A.A. and Yalovenko, O.V. (2016), “Relevance of the use and peculiarities of the use of sports nutrition”, *Modern trends in the development of science and technology*, Vol. 6, No. 4, pp. 149–154.

10. Seddon, J. (1994), "Dietary carotenoids vitamin A, C and E and advanced age-related macular degeneration", *Journal of the American Medical Association*, Vol. 227, pp. 1413–1420.

Контактная информация: shakirova.ov@dvfu.ru

Статья поступила в редакцию 01.09.2023

УДК 796.062

АВС-АНАЛИЗ КАК МЕТОД ОРГАНИЗАЦИИ ТОВАРНОЙ ПОЛИТИКИ СПОРТИВНОГО КЛУБА

Марина Геннадьевна Шаргина, кандидат биологических наук, доцент, Светлана Ивановна Хромина, кандидат биологических наук, доцент, Марина Николаевна Артамонова, старший преподаватель, Тюменский индустриальный университет, Тюмень

Аннотация

В нашей статье была поставлена цель – составить АВС – анализ для спортивного клуба «Энерго» г. Тюмень. Было отмечено, что АВС-анализ является необходимым методом организации товарной политики спортивного клуба. Мониторинг контингента клуба показал, что наибольший процент прибыли дает 20% клиентов – категория А, посещающих групповые занятия. К группе В было отнесено 30% (посетители тренажерного зала) от общего количества клиентов, но их вклад в прибыль составил 15%. Нами были рекомендованы пути для увеличения категорий А и В за счет увеличения ассортимента групповых тренировок и увеличение количества «женских» тренажеров с целью сбалансированного соотношения мужчин и женщин в тренажерном зале.

Ключевые слова: АВС-анализ, клиент, прибыль, товарная политика, спортивный клуб.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.09.p503-505

ABC-ANALYSIS AS A METHOD OF ORGANIZING A SPORTS CLUB'S PRODUCT POLICY

Marina Gennadyevna Shargina, candidate of biological sciences, docent, Svetlana Ivanovna Khromina, candidate of biological sciences, docent, Marina Nikolaevna Artamonova, senior teacher, Tyumen Industrial University

Abstract

In our article, the goal was set – to compile an ABC analysis for the Energo sports club in Tyumen. It was noted that ABC analysis is a necessary method of organizing the sports club's product policy. Monitoring of the club's contingent showed that the largest percentage of profit is given by 20% of customers – category A B, who attend group classes. Group B accounted for 30% (gym visitors) of the total number of customers, but their contribution to profit was 15%. We have recommended ways to increase category A by increasing the range of group workouts and increasing the number of "female" simulators in order to balance the ratio of men and women in the gym.

Keywords: ABC analysis, client, profit, product policy, sports club.

Эффективное функционирование предприятий в рыночных условиях невозможно без такого рычага управления спросом, как продвижение товара (услуги), под которым понимается совокупность действий по осуществлению коммуникации с целевой аудиторией для побуждения их к покупке, способствующих реализации товара (услуги) на рынке [1].

В классической модели управления ассортиментом мы должны сосредоточить свое внимание на наиболее успешных товарах – они приносят нам больше всего прибыли [3, 4]. Та часть ассортимента, которая генерирует меньше всего выручки, требует оптимизации [2].

Объектом АВС-анализа стали клиенты спортивного клуба «Энерго». В качестве критериев анализа был выбран объем услуг, предлагаемых спортивным клубом «Энерго» г. Тюмень.