

3. Karpov, V.Yu., Koz'kov, R.V., Sibgatulina, F.R. and others (2019), "Readiness assessment of 6-7 years old children for mastering GTO complex standards in a preschool institution", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.2(168), pp. 192–196.

4. Veraksa, N.E., Komarova, T.S., and Vasilyeva, M.A. (2014), "Since birth up to school": basic pre-school general education curriculum, Mozaika–Sintez, Moscow.

5. Sinyavskiy, N.I., Fursov, A.V., Beznosko, N.N. et al (2017), "Physical preparedness of pre-schoolers for performance of GTO ARPhCC", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No.12 (154), pp. 259-262.

6. Snigur, M.E. (2017), Preschoolers readiness for performance of standards of All-Russian Physical Culture and Sport Complex "Ready for Labour and Defence", RIO SurGPU, Surgut

7. Federal State Educational Standard of Preschool Education (Decree of Ministry of Education and Science №1155 dated from 17.10.2013), available at: <http://garant.ru/iro/prime/doc/70412244/>

8. Fomin, N.A. and Vavilov, Yu.N. (1991), Physiological features of motor activity, Physical culture and Sport, Moscow.

9. Hedman, R. (1980), Sport physiology, Physical culture and Sport, Moscow.

Контактная информация: anna1486@bk.ru

Статья поступила в редакцию 21.02.2023

УДК 796.422.093.344

ХРОНОЛОГИЯ ИЗМЕНЕНИЯ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ЛЕГКОАТЛЕТОВ ПРИЗЕРОВ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР И ЧЕМПИОНАТАХ МИРА В ЭСТАФЕТНОМ БЕГЕ

Александр Сергеевич Сидоренко, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения, Санкт-Петербург

Аннотация

Целью данной работы являлся сравнительный анализ динамики изменения среднего возраста призеров Олимпийских игр и Чемпионатов мира в легкоатлетических эстафетах 4*100 м и 4*400 м в период с 1896 по 2022 гг. Результаты исследования выявили общие тенденции увеличения возрастных показателей медалистов в обоих видах эстафетной программы за последние 50 лет - у мужчин в среднем на 1,6 года, у женщин на 3,1 года. При этом средний возраст женских эстафет до середины 80-х годов XX века был ниже, однако имея более весомую динамику повышения, в XXI веке он стабильно превышает возраст мужчин на величину более 0,5 года. На повышение возрастных показателей в эстафетном беге оказывает влияние целый ряд факторов, отражающих общие тенденции развития лёгкой атлетики в мире, таких как совершенствование многолетней поэтапной системы подготовки спортсменов, накопленный спортсменами опыт, материальные стимулы.

Ключевые слова: легкая атлетика, эстафетный бег, 4x100 м, 4x400 м, средний возраст призеров, Олимпийские игры, Чемпионат мира.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p441-444

CHRONOLOGY OF A CHANGE IN THE MIDDLE AGE OF ATHLETES OF WINNERS OF THE OLYMPIC GAMES AND WORLD CHAMPIONSHIPS IN RELAY RUNNING

Alexander Sergeevich Sidorenko, the candidate of pedagogical sciences, docent, St. Petersburg State University of Aerospace Instrumentation

Abstract

In this work a comparative analysis of the dynamics of changes in the average age of medalists of the Olympic Games and World Championships in relay races 4*100 m and 4*400 m in the period from 1896 to 2022 years was carried out. The results of the study revealed general trends in the increase in the age

indicators of medalists in both types of relay race programs over the past 50 years - for men on average by 1.6 years, for women by 3.1 years. At the same time, the average age of women until the mid-1980s was lower, however, having a more significant increase in dynamics, in the 21st century it consistently exceeds the age of men by more than 0.5 years. A number of factors that reflect the general trends in the development of athletics in the world, such as the improvement of a multi-year phased training system, the experience of athletes, material incentives, influence the increase in age indicators in relay running.

Keywords: athletics, relay race, 4x100 m, 4x400 m, average age of medalists, Olympic Games, world championships

ВВЕДЕНИЕ

Эстафетный бег является самым зрелищным и эмоциональным видом лёгкой атлетики, в котором индивидуальная скоростно-силовая подготовка спринтера должна умело сочетаться с точной и четкой командной работой. Несмотря на то что эстафеты 4x100 м, 4x400 м являются спринтерскими и должны преодолеваются с максимальной скоростью, каждая из них имеет свои нюансы, определяемые в том числе физическими, функциональными и антропологическими особенностями участников. В этой связи вызывает интерес влияние на итоговый результат возраста участников эстафетной команды.

Цель исследования – определение динамики возрастных показателей призеров Олимпийских игр и Чемпионатов мира в эстафетном беге 4x100 м и 4x400 м у мужчин и женщин в период 1896–2022 гг.

Методы и организация исследования: выборка призеров Олимпийских игр и чемпионатов мира в эстафетном беге 4x100 м и 4x400 м в период 1896–2022 гг определялась с помощью статистических отчетов IAAF [2, 3]. Поиск возрастных показателей бегунов и их сопоставление проводилось на основании данных сайта <https://www.olympedia.org/athletes> [1].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Графики динамики изменения среднего возраста призеров в мужских и женских видах эстафетной программы представлены на рисунках 1 и 2.

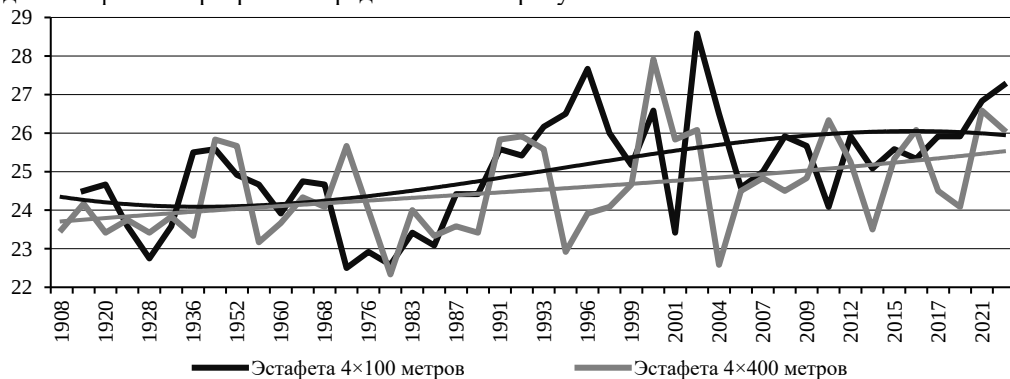


Рисунок 1 – Динамика изменения среднего возраста мужчин призеров ОИ и ЧМ в эстафетном беге 4x100 м и 4x400 м

На графиках обнаруживается отсутствие каких-либо существенных возрастных различий в сравнении эстафетного бега 4x100 м и 4x400 м. При этом у мужчин средний возраст оказывается выше в эстафете на 4x100 м (25,03 против 24,60), у женщин наоборот более возрастные спринтеры выступали в эстафете на 4x400 м (25,70 против 24,83).

В мужских эстафетах наиболее низкий возраст спринтеров относится к 70–80 годам XX века, после чего наблюдается тенденция к его плавному увеличению до настоящего времени. У женщин наблюдается более очевидное увеличение среднего возраста с 50-х до начала 90-х годов, а конец XX века характеризуется самыми высокими возрастными

значениями, в дальнейшем с более сложной неоднозначной динамикой.

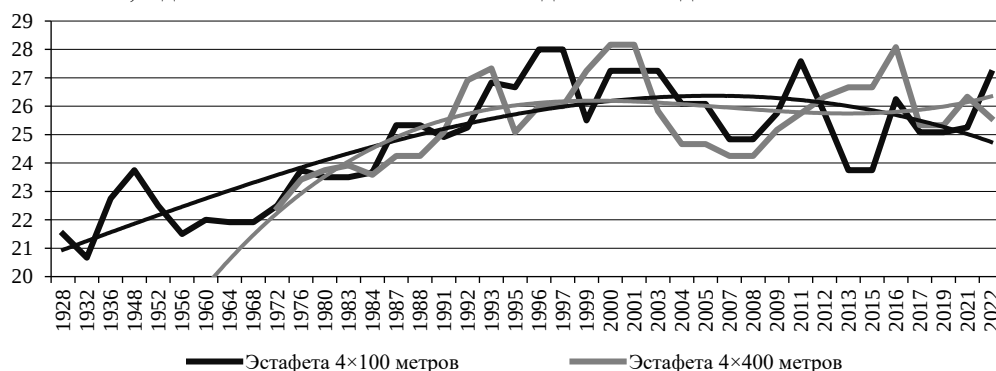


Рисунок 2 – Динамика изменения среднего возраста женщин призеров ОИ и ЧМ в эстафетном беге 4x100 м и 4x400 м

График хронологии изменения среднего возраста призеров эстафетного бега за 20-летние периоды с начала XX века отмечает наибольшее повышение среднего возраста у женщин в беге 4x100 м на величину 4,3 года за последние 90 лет, начиная с 30-х годов XX века до 20-х годов XXI века (рисунок 3). Если в первой половине XX века женщины спринтеры были примерно на 2–2,5 года моложе мужчин, то начиная с 80-х годов их возраст превышает мужские значения, и в настоящее время в обоих видах эстафетного бега они оказываются стабильно старше мужчин в среднем на 0,3–0,7 года.

В середине 80-х годов средний возраст медалистов во всех рассматриваемых эстафетах сравнялся и превысил значения 24,5 года, с начала XXI века эти показатели стали стабильно выше 25,5 лет, а начиная с Олимпийских игр 2021 в Токио средний возраст призеров эстафетного бега преодолел рубеж 26,5 лет.

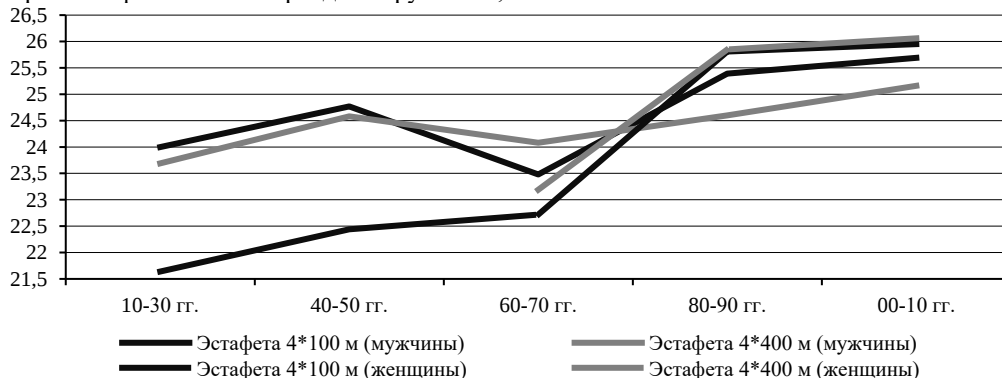


Рисунок 3 – Динамика изменения среднего возраста призеров эстафетного бега 4x100 м и 4x400 м по 20-летним временным интервалам

Самыми молодыми при этом являются мужчины – бегуны на дистанцию 4x400 м, чей средний возраст в историческом обзоре был в наименьшей степени подвержен изменениям и составляет 24,6 года за весь период и соответственно 25,16 лет в XXI веке.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование обозначило тенденцию, согласно которой в последние 40–50 лет средний возраст призеров в легкоатлетических эстафетах на крупных международных турнирах неуклонно повышается и в настоящее время находится на отметке около 26 лет, примерно на 2,5 года превышая значения середины XX века. При этом на фоне общей тенденции увеличения возраста участников, между призерами эстафетного бега на

4х100 м и на 4х400 м каких-либо существенных различий обнаружено не было. На повышение возрастных показателей в эстафетном беге оказывает влияние целый ряд факторов, в числе которых совершенствование многолетней системы подготовки спринтеров, направленной на поэтапное достижение высших результатов, внедрение современных систем функциональной подготовки и восстановления спортсменов, накопленный ими с годами практический опыт участия в соревнованиях, увеличение числа самих стартов в 4-х летним цикле, коммерциализация легкой атлетики, когда материальные стимулы заставляют спортсменов дольше оставаться на пике своей формы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Olympedia - Athletes. – URL: <https://www.olympedia.org/athletes> (дата обращения: 01.09.2022).
2. Butler M. Athletics statistics book. Games of the XXXII Olympiad Tokyo 2020. Produced by the World Athletics Communications Department, 2021. – 480 p.
3. Butler M. IAAF World athletics championships. Oregon 2022. Statistics handbook. Produced by the World Athletics Communications Department, 2022. – 900 p.

REFERENCES

1. Olympedia – Athletes, available at: <https://www.olympedia.org/athletes> (date accessed: 01.09.2022).
2. Butler, M. (2021), *Athletics statistics book. Games of the XXXII Olympiad Tokyo 2020*, Produced in collaboration with ATFSE Monaco.
3. Butler, M. (2022), *IAAF World athletics championships. Oregon 2022. Statistics handbook*, Produced by the World Athletics Communications Department.

Контактная информация: thesis@internet.ru

Статья поступила в редакцию 02.02.2023

УДК 796.856.2:159.9

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ КОМФОРТНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СБОРНОЙ КОМАНДЕ НА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

Александр Михайлович Симаков, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский горный университет, Санкт-Петербург; Наталья Александровна Симак-ова, тренер высшей квалификации, мастер спорта СССР, Спортивная школа «Дельфин», Санкт-Петербург; Анна Алексеевна Паульс, старший преподаватель, Владимир Анатольевич Чистяков, доктор педагогических наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье рассмотрены подходы по определению психологического типа личности спортсменов (по К. Юнгу) при помощи теста Майер-Бригс, что позволило более индивидуально подойти к планированию тренировочных сборов для каждого члена сборной команды Санкт-Петербурга по тхэквондо ИТФ с учётом их ведущих психологических качеств. Это обеспечило комфортный психологический климат в команде. Цель исследования – определить типологический тип каждого спортсмена для построения на ее основе психологического портрета личности, что позволит тренеру сборной реализовать индивидуальный подход к каждому спортсмену и обеспечит комфортный психологический климат в команде. Проблема заключается в том, что в сборной команде собираются спортсмены, тренирующиеся у разных тренеров, и собираются в единую команду только на период ответственных стартов, что на этапе формирования команды между тренером сборной и отдельными спортсменами может привести к возникновению конфликтных ситуаций. Члены сборной команды проводят финишную подготовку к чемпионату у одного тренера – тренера сборной команды. Методы