



Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Институт физической культуры, спорта и туризма

**Маслов Иван Сергеевич**

## **РОЛЬ СПЕЦИАЛЬНЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ УСТРОЙСТВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БОБСЛЕИСТОВ**

Специальность 13.00.04 Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Научный руководитель доктор  
педагогических наук, доцент  
Кудрявцев Михаил Дмитриевич

В бобслее, в техническом виде спорта, разница результатов экипажей двухместных и четырехместных саней – боб на финише ледяной трассы может составлять сотые доли секунды. Поэтому в тренировочном процессе спортсменов бобслеистов приобретает роль технической подготовки.





Видами технической подготовки являются стартовый разгон боба и пилотирование боба пилотом по ледяной трассе.



# Приказ Министерства спорта РФ от 19 января 2018 г. N 23 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "бобслей"



В соответствии с [частью 1 статьи 34](#) Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст. 6242; 2011, N 50, ст. 7354; 2012, N 53 (ч. 1), ст. 7582) и [подпунктом 4.2.27](#) Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного [постановлением](#) Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст. 3525; 2013, N 30 (ч. 2), ст. 4112, N 45, ст. 5822; 2015, N 2, ст. 491, N 18, ст. 2711; 2016, N 28, ст. 4741), приказываю:

1. Утвердить прилагаемый [федеральный стандарт](#) спортивной подготовки по виду спорта "бобслей".

2. Признать утратившим силу:

[приказ](#) Министерства спорта Российской Федерации от 30.08.2013 N 685 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта бобслей" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 31.12.2013, регистрационный N 30923);

[приказ](#) Министерства спорта Российской Федерации от 30.11.2015 N 1103 "О внесении изменений в Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта бобслей, утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.08.2013 N 685" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25.12.2015, регистрационный N 40266).

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации С.В. Косилова.

На начальном этапе подготовки бобслеистов предложена методика по обучению умениям пилотирования на спортивном снаряде скелетон.



Оптимальное умение пилотирования формируется при максимальной скорости обеспеченной стартовым разгоном спортивного снаряда скелетон.



Для адаптации стартового разгона спортсменов на спортивном снаряде скелетон был разработан, сконструирован и апробирован «тренажер – скелетон» являющимся связующим звеном между техническим устройством «тренажер – боб» и спортивным снарядом скелетон в тренировочном процессе начинающих бобслеистов.



# Таблица – Сравнительные результаты тестирований на технических устройствах «тренажер – боб», «тренажер – скелетон» и спортивном снаряде скелетон



| №   | Контрольные соревнования на разгонной эстакаде сентябрь 2019 г. |                                                             | Контрольные соревнования на разгонной эстакаде сентябрь 2020 г. |                                                             | Соревнование 29.12.19 Стартовый разгон. Результат. 2 заезда (сек) |                                                             |                                                             | Соревнование 20,02,21 Стартовый разгон. Результат. 2 заезда (сек) |                                                             |                                                             |                                                             |                                                             |
|-----|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|     | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя     | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя     | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя       | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя       | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя | Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сту«Р<br>ЭиГр.<br>боб»2<br>Сентя |
| 1   | 4,20                                                            | 3,86                                                        | 4,07                                                            | 3,21                                                        | 3,26                                                              | 23,99                                                       | 3,28                                                        | 24,16                                                             | 2,97                                                        | 23,02                                                       | 2,98                                                        | 23,05                                                       |
| 2   | 4,23                                                            | 3,88                                                        | 4,08                                                            | 3,33                                                        | 3,19                                                              | 24,00                                                       | 3,23                                                        | 24,13                                                             | 2,93                                                        | 22,96                                                       | 2,99                                                        | 23,00                                                       |
| 3   | 4,20                                                            | 3,74                                                        | 4,11                                                            | 3,29                                                        | 3,23                                                              | 24,06                                                       | 3,24                                                        | 24,08                                                             | 2,95                                                        | 23,01                                                       | 2,96                                                        | 22,99                                                       |
| 4   | 4,26                                                            | 3,89                                                        | 4,09                                                            | 3,20                                                        | 3,18                                                              | 24,18                                                       | 3,18                                                        | 24,23                                                             | 2,98                                                        | 23,15                                                       | 3,00                                                        | 23,14                                                       |
| 5   | 4,12                                                            | 3,75                                                        | 4,16                                                            | 3,16                                                        | 3,46                                                              | 24,85                                                       | 3,48                                                        | 24,86                                                             | 3,10                                                        | 23,73                                                       | 3,17                                                        | 23,79                                                       |
| 6   | 4,12                                                            | 3,92                                                        | 4,09                                                            | 3,26                                                        | 3,85                                                              | 24,13                                                       | 3,74                                                        | 24,12                                                             | 3,05                                                        | 23,37                                                       | 3,04                                                        | 23,41                                                       |
| 7   | 4,16                                                            | 3,79                                                        | 4,02                                                            | 3,12                                                        | 3,00                                                              | 23,85                                                       | 3,06                                                        | 23,89                                                             | 2,80                                                        | 23,01                                                       | 2,79                                                        | 22,98                                                       |
| 8   | 4,23                                                            | 3,83                                                        | 4,00                                                            | 3,11                                                        | 2,95                                                              | 23,02                                                       | 2,79                                                        | 22,99                                                             | 2,73                                                        | 22,70                                                       | 2,70                                                        | 22,69                                                       |
| 9   | 4,16                                                            | 3,76                                                        | 4,09                                                            | 3,19                                                        | 2,99                                                              | 23,09                                                       | 2,89                                                        | 23,16                                                             | 2,79                                                        | 22,67                                                       | 2,85                                                        | 22,62                                                       |
| 10  | 4,26                                                            | 3,95                                                        | 4,11                                                            | 3,23                                                        | 3,21                                                              | 23,86                                                       | 3,22                                                        | 23,89                                                             | 2,95                                                        | 23,00                                                       | 2,98                                                        | 22,97                                                       |
| Σср | 4,195                                                           | 3,837                                                       | 4,084                                                           | 3,21                                                        | 3,232                                                             | 23,903                                                      | 3,211                                                       | 23,951                                                            | 2,925                                                       | 23,062                                                      | 2,946                                                       | 23,109                                                      |



## Результаты:

Сту«РЭиТр.боб»20м(сек)  $\Sigma$  ср 1 = 4,193  $\Sigma$  ср 2 = 4,084  
рост ↗ **2,65 %**

Сту«РЭиТр.скел»20м (сек)  $\Sigma$  ср 1 = 3,837  $\Sigma$  ср 2 = 3,21  
рост ↗ **19,1 %**

Ст. разг. Лед. Трасса 20 м (сек)  $\Sigma$  ср 1 = 3,221  $\Sigma$  ср 2 = 2,935  
рост ↗ **11 %**

Результат проката 450м (сек)  $\Sigma$  ср 1 = 23,927  $\Sigma$  ср 2 = 23,085  
рост ↗ **8 %**

## Выводы:

По итогам эксперимента мы можем говорить о результативном влиянии технических устройств и в частности о «тренажер – скелетон» на подготовленность начинающих бобслеистов в умении пилотирования.



- 1. Спортсмены обучились разгонять спортивный снаряд скелетон с максимально возможной скоростью, индивидуально для каждого спортсмена.*
- 2. Использовать силами природы и противодействовать им, действующими на спортсмена и спортивный снаряд в момент управления данным спортивным снарядом.*
- 3. Эффективно управлять спортивным снарядом скелетон и овладевать умением пилотирования.*

Умение пилотирования спортивного снаряда скелетон позволит бобслеистам на этапе специализации быстрее овладеть управлением спортивным снарядом боб.



Спасибо за внимание.