

боліст повинен володіти силою, спритністю, координацією, швидкістю та гнучкістю. Саме тому відбувається постійний пошук різноманітності методик і засобів тренувань для швидкого й ефективного досягнення поставленої мети.

На відміну від занять на тренажерах, під час роботи з функціональними петлями, незважаючи на уявну простоту, Rip 60 – дуже серйозний спортивний снаряд. Через відсутність стабільної опори футболіст максимально комплексно опрацьовує абсолютно всі м'язи та м'язову координацію, а не тільки окремі групи. Отже, покращуються сила, координація, баланс, гнучкість, витривалість.

Ключові слова: Rip 60, футболісти, фізична підготовка, програма тренувань, тренажер, м'язи-стабілізатори, функціональні петлі, фізичні якості, тести, засоби.

Виктория Петрович, Сергей Дереповский. Использование функциональных петель Rip 60 как одного из средств развития физической подготовки футболистов. В статье анализируется использование тренажера Rip 60 в общей физической подготовке игроков 15–17 лет и определяется его влияние на функциональные возможности спортсменов.

Чтобы осуществлять на футбольном поле стремительные рывки, прыжки за мячом, наносить удары по воротам соперников или выполнять длинные передачи партнеру, неожиданно останавливаться и резко менять направление бега, футболист должен владеть силой, ловкостью, координацией, скоростью и гибкостью. Именно поэтому осуществляется постоянный поиск разнообразия методик и средств тренировок для быстрого и эффективного достижения поставленной цели.

В отличие от занятий на тренажерах, при работе с функциональными петлями, несмотря на мнимую простоту, Rip 60 – очень серьезный спортивный снаряд. Из-за отсутствия стабильной опоры футболист максимально комплексно прорабатывает абсолютно все мышцы и мышечную координацию, а не только отдельные группы. Таким образом, улучшаются сила, координация, баланс, гибкость, выносливость.

Ключевые слова: Rip 60, футболисты, физическая подготовка, программа тренировок, тренажер, мышцы-стабилизаторы, функциональные петли, физические качества, тесты, средства.

Victoria Petrovich, Sergey Derepovskiy. Use of Functional Loops of Rip 60, as One of Facilities of Development of Physical Preparation of Footballers. In the article the use of trainer of Rip 60 is analysed in the body-conditioning of players of 15–17, and his influence is determined on functional possibilities of sportsmen.

To carry out on the football field swift jerks, jumps after a ball, to lay about on the gate of rivals or execute long transmissions to the partner, unexpectedly stopped and sharply veer at run, a footballer must own by force, by adroitness, co-ordination, speed and flexibility. For this reason, the permanent search of variety of methodologies and facilities of training comes true for the rapid and effective achievement of the put aim.

Unlike employments on trainers, during work with functional loops, in spite of imaginary simplicity – Rip 60 is a very serious sport projectile. For lack of stable support a footballer maximally complex works over all muscles and muscular co-ordination, rather than just separate groups absolutely. Thus, force, co-ordination, balance, flexibility, endurance, gets better.

Key words: Rip 60, footballers, physical preparation, program of training, trainer, muscles-stabilizers, functional loops, physical qualities, tests, facilities.

УДК 796.352

Терещук Марина

Гольф у країнах СНД: розвиток та функціонування

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз досліджень цієї проблеми. Гольф – один із видів спорту, який активно розвивається у світі й суттєво впливає на оцінку міжнародного іміджу будь-якої країни світу.

В епоху СРСР гольфу на території РРФСР і союзних республік як такого не було. Відкриття першого гольф-клубу відбулося в 1988 р. в Москві. У наступні два десятиліття відкрито ще кілька клубів, проте їх кількість була незначною. Факторами, що стримували поширення гри, стали низький рівень інформування населення про гольф та досить жорсткі критерії членства в більшості клубів, щоб підкреслити елітарний характер гри [2; 6].

Зростає інтерес до гри, про що свідчить повернення статусу олімпійського виду спорту. Проблеми в розвитку гольфу в країнах СНД пов'язані з економічним станом країн, недостатньою державною та громадською підтримкою, недосконалістю сучасної системи розвитку й популяризації гольфу та ін. [2].

Постала об'єктивна потреба в аналізі тенденцій розвитку гольфу, місця та значення в сучасному суспільстві не лише у світі, а й окремо в різних регіонах, зокрема в СНД, що дасть можливість виділити низку позитивних організаційних і соціально-економічних рис розвитку гольфу.

Роботу виконано згідно зі «Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури й спорту на 2011–2015 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 1.2: «Сучасний професійний спорт та шляхи його розвитку в Україні».

Мета дослідження – визначити тенденції розвитку гольфу в країнах СНД з урахуванням світового досвіду.

Методи дослідження – системний аналіз; аналіз науково-методичної та спеціалізованої літератури, інтернет-ресурсів; порівняння й зіставлення; функціонально-структурний аналіз; абстрагування, опитування (70 експертів-функціонерів, представників федерацій СНД, тренерів, кваліфікованих кадрів).

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. У країнах СНД ситуацію з розвитком гольфу фахівці оцінюють таким чином. На момент розпаду СРСР гольф в країнах СНД був майже відсутній. Аналіз проведеного опитування свідчить про те, що гольф у країнах СНД сприймається як гра для осіб із високим соціальним статусом та представників бізнес-спільноти. Цей факт знаходить своє відображення у відносно невеликій кількості гольфістів: на сьогодні в СНД нараховується близько 6000 гравців при загальній чисельності населення близько 280 млн осіб. Тому показник участі дорівнює 0,002 % (для порівняння – у Туреччині цей показник становить 0,007 %, у Чехії – 0,5 %, у Фінляндії – 2,7 %, у США – 8 %) [3; 5].

На сучасному етапі діє 36 гольф-клубів, із яких на Росію припадає 18, на Казахстан – вісім, на Україну – п'ять, на Азербайджан, Білорусь, Вірменію, Киргизстан, Узбекистан – по одному. У таблиці 1 представлено розподіл гольф-клубів за кількістю лунок. Стандартне поле для гольфу має мінімум 18 лунок. Слід відзначити, що лише в Україні з усіх країн СНД є гольф-клуб, який має поле на 36 лунок (м. Київ). У результаті аналізу кількості гольф-полів виявлено, що найбільша кількість гольф-полів – у Росії (14), Казахстані (шість) та Україні (п'ять).

У Білорусі перший гольф-клуб, який має поле на 18 лунок, відкрився в серпні 2013 р.

Аналіз літературних даних дав змогу визначити такі тенденції розвитку гольфу в країнах СНД.

Таблиця 1

Кількість клубів та полів для гольфу в країнах СНД

Країна	Кількість гольф-клубів				Кількість стандартних* гольф-полів
	усього	36 лунок	18 лунок	9 лунок	
Азербайджан	1	-	1	-	1
Білорусь	1	-	1	-	1
Вірменія	1	-	-	1	0,5
Казахстан	8	-	4	4	6
Киргизстан	1	-	-	1	0,5
Росія	18	-	10	8	14
Україна	5	1	2	2	5
Узбекистан	1	-	1	-	1
Усього:	36	1	19	16	28

* Стандартні поля для гольфу – мінімум на 18 лунок

• Будівництво гольф-об'єктів та сертифікація гольф-полів, що дає можливість проводити міжнародні змагання.

На сьогодні нараховують 30-40 проектів у регіоні СНД, що перебувають на різних етапах планування, більшість їх реалізується в Росії (приблизно 20–30 проектів). Частина цих проектів являє собою інтегровані гольф-курорти, які включають компоненти житлової нерухомості, об'єкти гостинності, відпочинку та розваг. Тільки в цьому році в Росії очікується відкриття понад п'яти нових

полів для гольфу (у Москві, Санкт-Петербурзі), а також розширення ще на дев'ять лунок уже діючого в Казані гольф-поля [5].

Ураховуючи плани розвитку місцевих федерацій гольфу, прогнозується, що, починаючи з поточного року, і до 2020 р. включно щорічно відкриватиметься по п'ять-сім нових полів для гольфу.

До проектів побудови нового гольф-клубу входить створення цілого комплексу: житлові будинки, об'єкти гостинності та розваг. Це пов'язано з тим, що гольф окремо навряд чи здатний приносити відчутний прибуток, особливо в країнах, у яких відсутня традиція гри. Спостерігається, що житлову нерухомість вибирають у таких комплексах тому, що привертають увагу види доглянутих зелених полів.

- Популяризація гольфу за допомогою:

- висвітлення гольфу в ЗМІ;

- видавництва книг (наприклад, у Росії в 1998 р. з'явилося перше спеціалізоване видання російською мовою «GolfDigest» («гольф дайджест»). У 2005 р. Асоціація гольфу Росії отримує офіційну ліцензію на переклад правил гольфу від R&A. У Вірменії у вересні 2013 р. вийшла перша книга з гольфу рідною мовою [9];

- підготовка кадрів;

- надання послуг через спеціальні програми.

Останнім часом у країнах СНД гольф намагаються зробити доступнішим для гравців молодших вікових категорій. У деяких країнах юніорам дається можливість брати участь у тренувальних програмах академій гольфу за помірну плату чи зовсім безкоштовно. Як приклад, можна навести ініціативу для молоді Казахстану, у межах якої юніори можуть відвідувати академію безкоштовно; уключення уроків гольфу до програми російських шкіл (при цьому в наступні три-п'ять років планується поширити дію цієї програми вже на 1000 шкіл). Суперіор гольф-клуб у Харкові (Україна) реалізовує програму навчання для школярів дев'яти та десяти років, у якій уже взяли участь від 900 до 1000 дітей [5]. Також Всеукраїнська федерація гольфу з 2013 р. проводить для дітей віком 8–10 років безкоштовні уроки з гольфу.

Цікавий спосіб популяризації гольфу запропонували в Молдові. Сьогодні в країні з гольф-об'єктів відкритий лише драйвінг-рендж у гольф-клубі «Merops Park Golf Club» (м. Кишинів). У зв'язку з відсутністю у країні гольф-полів, гравці можуть безкоштовно взяти кілька перших уроків на тренувальному полі іншої країни.

- Збільшення кількості гравців.

Сьогодні в країнах СНД нараховується понад 6000 гравців у гольф, із яких 70 % перебувають у Росії, близько 16 % – в Україні, 10 % – у Казахстані, 3 % – в інших країнах СНД. Загальна кількість зареєстрованих гравців у країнах СНД, за даними Європейської асоціації гольфу, становить близько 2500 (табл. 2).

- Уключення країн СНД до міжнародного співтовариства.

Уключення до міжнародних організацій дає можливість розширити коло міжнародних зв'язків, користуватися європейськими програмами розвитку гольфу, програмами підготовки дітей та просувати ці програми у своїй країні. Гравці мають можливість отримувати міжнародний рейтинг та міжнародний гандикап.

Наприклад, у 1993 р. Асоціація гольфу Росії включена до членів Асоціації гольфу Європи, у 2010 р. – Всеукраїнська федерація гольфу, у 2012 р. – Федерація гольфу Азербайджану, у 2013 р. – Федерація гольфу Вірменії [7].

Вступ до Міжнародної федерації гольфу країн СНД: у 1993 р. – Асоціація гольфу Росії, у 2011 р. – Всеукраїнська федерація гольфу, у 2013 р. – Федерація гольфу Азербайджану, а Федерація гольфу Вірменії має наміри вступити в найближчий час [8].

- Проведення професійних турнірів на своїх гольф-полях.

Особливо яскраво спостерігається розширення географії етапів Європейського челлендж-туру (відбіркового туру), у якому одночасно беруть участь професіонали та любителі гольфу. У цих турах призовий фонд становить від 200 000 євро і вище.

Із 1996 р. в Росії постійно проводиться відкритий чемпіонат Росії з гольфу «Russian Open», який у 1999 р. став одним із найбільш престижних і популярних етапів челлендж-туру.

У Казахстані проводять протягом уже дев'яти років відкритий чемпіонат Казахстану з гольфу «Kazakhstan Open», який є етапом Європейського челлендж-туру.

Показники розвитку гольфу в країнах СНД

№ з/п	Країна	Національна федерація / асоціація		Рік вступу		Кількість*	
		назва	рік створення	до Міжнародної федерації гольфу (IGF)	до Європейської асоціації гольфу (EGA)	гравців	полів
1	Азербайджан	Федерація гольфу Азербайджану (Azerbaijan Golf Federation)	2012	2013	2012	40	1
2	Білорусь	Асоціація гольфу Білорусі (Golf Association in Belarus)	2000	-	-	-	1
3	Вірменія	Національна асоціація гольфу Вірменії (National Golf Association of Armenia)	2005	-	2013	45	1
4	Казахстан	Федерація гольфу Казахстану (Kazakhstan Golf Federation)		-	2005	650	8
5	Киргизстан	Федерація гольфу Киргизької Республіки (Golf Federation in Kyrgyzstan)	2010	2011	-	45	1
6	Росія	Асоціація гольфу Росії (Russian Golf Association)	1992	1993	1993	1158	18
7	Таджикистан	-	-	-	-	-	-
8	Туркменистан	-	-	-	-	-	-
9	Україна	Всеукраїнська федерація гольфу (Ukrainian Golf Federation)	1997	2011	2010	547	5
10	Узбекистан	Асоціація гольфу Узбекистану (Golf Association of Uzbekistan)	-	-	-	-	1
Усього: 10		8	-	4	5	2485	36

* Розрахункові дані подано місцевими федераціями та асоціаціями гольфу до Європейської асоціації гольфу.

*Розрахункові дані надано місцевими федераціями та асоціаціями гольфу.

• Під час опитування.

Не стала винятком і Україна. Уперше у 2013 р. в м. Харкові проведено один з етапів Європейського челлендж-туру «Kharkov Superior Cup», де взяли участь європейські зірки з професійного гольфу та гравці-любители, зокрема й із України. Цей етап туру також вніс свої корективи у світовий рейтинг професіоналів (OWGR)[11].

• Уключення гольфу до шкільної програми.

Наприклад, у Росії однією з основних ініціатив є включення гольфу до шкільної навчальної програми та розвиток шкільної спортивної інфраструктури на основі малих форм гольфу.

• Відкриття муніципальних полів для гольфу за підтримки держави на федеральному, регіональному й місцевому рівнях.

У Російській Федерації планується відкриття комерційних полів на дев'ять лунок, де можна буде грати за помірну плату.

В Україні (м. Ужгород, АР Крим) також планується вже в найближчий час відкриття перших муніципальних тренувальних майданчиків [5].

• Відкриття комерційних майданчиків міні-гольфу й гольфу на території парків, готелів, спортивних комплексів, на дворових територіях за підтримки місцевих бізнесменів і держави.

Ця тенденція найбільше розповсюджена в Російській Федерації.

- Покращення економічного рівня життя.

На сучасному етапі гольф у країнах СНД належить до елітного виду спорту, дозвілля.

Формуються організаційні основи на міжнародному та національних рівнях.

Отже, зростання популярності гольфу серед населення й можливості витратити вільний час і кошти на заняття цим видом спорту свідчать про покращення економічного рівня життя в країнах СНД.

- Створення системи національних змагань відповідно до міжнародних змагань.

Щороку розширюється національний календар змагань із гольфу в окремих країнах регіону СНД, спостерігається включення змагань до календаря Європейської асоціації гольфу (EGA) та рейтингових-WAGR турнірів гравців-любителів (затверджений R&A), з'являються змагання серед професіоналів.

До календаря змагань із гольфу, який уключає змагання міжнародного, національного та регіонального рівнів, Казахстану входить 23 турніри, в Україні – 13, у Російській Федерації – понад 50 (за даними 2013 року).

До відомих і популярних серед гольфістів країн СНД належить Міжнародний турнір «*GolfDigestSuperCup*» (відкритий чемпіонат країн СНД та Балтії з гольфу серед любителів), який заснований у 1999 р. журналом *GolfDigestRussia*. Уже 15 років поспіль у Росії турнір збирає все більшу кількість учасників. Наприклад, у 1999 р. у ньому взяло участь 17 команд, а у 2013 р. – 31.

- Комерціалізація гольфу

Комерціалізація гольфу яскраво проявляється в кожному існуючому гольф-клубі СНД. За ігровий сезон року проводиться велика кількість комерційних турнірів, які привертають увагу телебачення та преси. Наприклад, в Україні з кожним роком набуває популярності турнір – «*BMW Golf CupInternational*», у Росії – «Турнір на кубок журналу «Ділові люди» й низка інших.

Спостерігається прихід до гольф-ринку СНД великомасштабних компаній. Серед них – брендові марки інвентарю та спортивного спорядження «*Titles*» (Тайтлес), «*Callaway*» (Каллавей), «*Chervo*» (Черво) та ін., брендові марки автомобілів – «*BMW*» (БМВ), «*Audi*» (Ауді) тощо.

У найближчій і середньотерміновій перспективі гольф у країнах СНД продовжує залишатися грою для обраних, однак в Асоціації гольфу Росії існують амбітні плани – значно збільшити до 2020 р. кількість гравців у країні. Це потребуватиме серйозних зусиль і реалізації великомасштабних ініціатив із популяризації гри, до яких повинні увійти широке висвітлення в ЗМІ, проведення на своїх полях професійних турнірів та включення занять гольфом у шкільну програму. Такі ініціативи зроблять позитивний вплив на зростання попиту й разом із будівництвом доступних гольф-об'єктів сприятимуть підвищенню інформування населення про гольф як вид спорту, що може в середньо- та довгостроковій перспективі забезпечити подальше зростання середовища гольфу [5].

Отже, до складу країн СНД входить 10 країн, із них вісім мають національні федерації чи асоціації гольфу, які займаються розвитком і популяризацією гольфу в країні, чотири – є членами Міжнародної федерації гольфу, п'ять – членами Європейської асоціації гольфу. У країнах СНД нараховується зареєстрованих гравців близько 2500, гольф-полів – 36.

Слід відзначити, що в Росії національна асоціація створена в 1992 р., через п'ять років – в Україні, далі – у Білорусі. Тенденція створення національних федерацій із гольфу триває й до сьогодні, адже в Таджикистані, Туркменистані їх ще не створено (табл. 3).

Висновки й перспективи подальших досліджень. Отже, характерні тенденції розвитку гольфу в країнах СНД будуть пов'язані з покращенням економічного статусу населення; популяризацією гольфу, створенням системи національних змагань відповідно до міжнародних змагань; розширенням матеріально-технічної бази; відкриттям муніципальних тренувальних центрів; залученням дітей до спортивних секцій за підтримки держави на федеральному, регіональному та місцевому рівнях тощо. Виявлено, що в країнах СНД найбільшими ринками гольфу є Росія, Казахстан й Україна.

Окреслені в процесі аналізу тенденції розвитку гольфу, перспективи в країнах СНД можуть бути використані для реорганізації та вдосконалення системи спорту в окремій країні, зокрема в Україні.

Джерела й література

1. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, С. Н. Бубка, М. М. Булатова [и др.] ; под общ. ред. В. Н. Платонова. – Киев : Олим. лит., 2009. – Т. 2. – 696 с.
2. Профессиональный спорт : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / под общ. ред. С. И. Гуськова, В. Н. Платонова. – Киев : Олимп. лит., 2000. – 392 с.
3. Перспективы развития мировой индустрии спорта до 2013 г. [Электронный ресурс] // Режим доступа : <http://www.rb.ru/article/perspektivy-razvitiya-mirovoy-industrii-sporta-do-2013-goda/6500387.html>.

4. Golf Business Community [Elektronik resourse]. – Mode of access : <https://www.golfbusinesscommunity.com>.
5. Golf development trends in Russia and the CIS region: recent trends and future outlook: [Elektronik resourse]. – Mode of access : https://www.golfbusinesscommunity.com/article/golf_development_trends_in_russia_and_the_cis_region_recent_trends_and_future_outlook 75 th Anniversary. European Golf Association. / Christoph Meister – Zwitterland – 2012. - P. 101.
6. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.ega-golf.ch>.
7. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.igfgolf.org>.
8. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.rusgolf.ru>.
9. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://http://www.golfkz.kz>.
10. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.owgr.com>.

Анотації

Мета дослідження – визначити тенденції розвитку гольфу в країнах СНД з урахуванням світового досвіду. Методи дослідження – системний аналіз; аналіз науково-методичної та спеціалізованої літератури, інтернет-ресурсів; порівняння й зіставлення; функціонально-структурний аналіз; абстрагування, опитування. Проаналізовано стан розвитку гольфу в країнах СНД. Показано тенденції розвитку гольфу в регіоні на сучасному етапі. Визначено перспективи розвитку гольфу, загальну кількість гравців і кількість гольф-полів у країнах СНД. Проведене дослідження дало змогу виділити низку організаційних і соціально-економічних особливостей розвитку гольфу в країнах СНД. Виявлено, що в країнах СНД найбільшими ринками гольфу є Росія, Казахстан й Україна.

Ключові слова: гольф, розвиток гольфу, гольф у країнах СНД, муніципальні гольф-майданчики, челлендж-тур.

***Марина Терещук. Гольф в странах СНГ: развитие и функционирование.** Цель исследования – определить тенденции развития гольфа в странах СНГ с учетом мирового опыта. Методы исследования: системный анализ; анализ научно-методической и специализированной литературы, интернет-ресурсов; сравнение и сопоставление; функционально-структурный анализ; абстрагирования, опрос. Проанализировано состояние развития гольфа в странах СНГ. Показаны тенденции развития гольфа в регионе на современном этапе. Определены перспективы развития гольфа, общее количество игроков и количество гольф-полей в странах СНГ. Проведенное исследование позволило выделить ряд организационных и социально-экономических особенностей развития гольфа в странах СНГ. Вывявлено, что в странах СНГ наибольшими рынками гольфа является Россия, Казахстан и Украина.*

Ключевые слова: гольф, развитие гольфа, гольф в странах СНГ, муниципальные гольф-площадки, челлендж-тур.

***Marina Tereshchuk. The Development of Golf in the Countries of the CIS.** The purpose of the study is to identify trends in the development of golf in the CIS countries, taking into account the world experience. Methods: systems analysis; analysis of scientific-methodical and specialized literature, internet resources; compare and contrast; functional and structural analysis; abstraction poll. There was an objective need to analyze trends in the development of golf, the place and importance in modern society, not only in the world, but also separately in different regions, particularly in the CIS. The state of golf development in CIS countries. Tendencies of development courses in the region at present. The prospects of development of the golf course, the total number of players and the number of golf courses in the CIS countries. This study allowed to identify a number of organizational and socio-economic characteristics of golf development in CIS countries. Revealed that in the CIS major golf markets is the Russia, Kazakhstan and Ukraine.*

Key words: Golf, development of golf, golf in the CIS countries, municipal golf courses, the Challenge-Tour.

УДК 796.015.83

Топол Анна

Информативные показатели для оценки специальной подготовленности гимнасток в групповых упражнениях

Национальний университет фізического воститання и спорта Украины (г. Киев)

Постановка научной проблемы и ее значение. Успешное выступление в групповых упражнениях во многом обуславливается стабильностью и динамикой результатов. Эффективность учебно-тренировочного процесса в групповых упражнениях художественной гимнастики зависит от качества уровня специальной подготовленности спортсменок, которое предусматривает равенство по уровню технической, физической, психологической подготовленности и морфофункциональным показателям [5].