O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025 / 7



ISSN: 2181 7804




JAHON
CHEMPIONATIDA!
FIFA


UZB UZB
1 0:51 2
O'ZBEK






SANOAT QURILISH BANK

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

2025/7

Бош муҳаррир
Рашид МАТКАРИМОВ

Бош муҳаррир ўринбосари илмий маслаҳатчи:
Ш.Ш. ГАЗИЕВ

Таҳрир ҳайъати таркиби:

Э.Т. Рахманов
Ш.С. Мирзанов
М.Х. Миржамалов
М.Ў.Арзиқулов
С.Б. Репкин
Бек Мун Жонг
И.П. Сивохин
Н.Т. Тўхтабоев
Б.К. Эримбетов
И.Б. Алиев
Л.П. Югай
Д.Х. Умаров
А.К. Эштаев
К.Ш. Зиядуллаев
Н.Ж. Исакулова
А.Б. Жуманиязов
М.М. Қирғизбоев

Таҳрир ҳайъати котиби

Ш.Х.Тоштурдиев
Б.А. Ишимов
Р.И. Исроилов
А.У. Рашидов
О.Е. Мамишев
А.С. Гонашвили

Техник таҳририят таркиби:

Н.Н.Ғаффоров
У.О. Азимова
Ш.Б.Алиева
М.Раҳмонов

fan-sportga.uz

Журналнинг телеграм канали

МУНДАРИЖА/СОДЕРЖАНИЕ

СПОРТ МАШҒУЛОТЛАРИ: ТЕХНИКА, ТАКТИКА, УСУЛИЯТ / ТЕХНИКА, ТАКТИКА И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

А.У. Рашидов – Формирование оперативно-информационных моделей и логических приёмов в аналитической деятельности квалифицированных шахматистов. 3

Е.К. Близнецова – Научно-практическое обеспечение по совершенствованию самообороны женщин на базе единоборств. 7

Е.П. Скворцова – Воспитание и совершенствование скоростной выносливости у студентов образовательной программы «физическая культура и спорт» на учебных занятиях дисциплины «Полиатлон». 10

С.В. Ботяев – Стимулируемое развитие координационных способностей у студентов бакалавров образовательной программы «Физическая культура и спорт» на занятиях гимнастикой. 13

Р.А. Матчанов – Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлигини оширишда психологик ёндашув. 16

Ж.С. Сулаймонов – 15-16 ёшли волейболчиларда йиллик тайёргарлик даврида ўтказилган машғулотлар давомида куч ва тезкорлик-куч қобилиятларини ўсиб бориш динамикаси. 19

А.О. Абдалимов – Современные тенденции применения искусственного интеллекта в спорте. 24

М.К. Жуманиязов – Ёш регбичиларни тайёрлашда техник-тактик кўникмаларни шакллантириш. 27

Н.С. Курбанова – Анализ показателей отбора, используемых на этапе начальной подготовки бадминтонистов. 29

И.И. Мирзатиллаев – Енгил атлетика тўгаракларида ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда IAAFнинг мусобақа дастурини қўллаш услубияти. 32

А.З. Ходжаев – Оғир атлетика машқларини техник жиҳатдан ўргатиш услублари. 36

Ф.А. Соловьева – Анализ управления цифровыми технологиями в фитнес индустрии. 39

Х.Х. Қурбонов – Ўрта масофага югурувчилар йиллик тайёргарлигида спорт формасининг шаклланиши ва ўсиш кўрсаткичлари таҳлили. 42

Ж.Р. Муратов., Э.С. Гаипов – Анализ приёмов в партере и стойке на соревнованиях по вольной борьбе среди взрослых. 47

К.Т. Шакиржанова – Научно-теоретические подходы к обеспечению гендерного равенства в сфере физической культуры и спорта. 50

Ш.Х. Ханкельдиев., С.Р. Ураимов – Мониторинг математической компетентности выпускников факультета физического воспитания с углубленным применением факторного анализа. 54

О.Х. Хасанов – 13-18 ёшли футболчиларни мусобақага саралашда психоэмоционал ҳолатнинг ўзига хос қиёсий таҳлили. 56

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

“FAN – SPORTGA”
илмий-назарий журнали

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети муассислигида чоп этилади

Таҳририят манзили:
111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси 19-уй. Формат 60x84 1/16. 84 саҳифа.
Босишга рухсат этилди: 26.07.2025

Журнал “DAVR MATBUOT SAVDO” МЧЖ босмахонасида нашр қилинди.

“MATBUOT TARQATUVCHI” обуна каталоги индекси: 1118

05.02.2018 йилда Тошкент шаҳрида оммавий ахборот воситаси сифатида давлат рўйхатидан ўтказилган.

Рўйхатга олиш рақами № 02-005 “FAN – SPORTGA” журнали 2004 йилдан нашр этилади.

Суратлар муаллифи:
Анвар Ильясов
Абдулло Файзуллаев

2025/7

Ғ.Т. Исмоилов – Малакали кикбоксчилар машғулот жараёнига қизиқишини шакллантирувчи омиллар. 60

Чжан Цзысюань., В.В. Клинов – Современное состояние и перспективы развития гребли на байдарках и каноэ в Китайской народной Республике. 63

А.А. Абдураззахов – Спорт-соғломлаштириш туризмида талабаларнинг умумий функционал ҳолати ва жисмоний тайёргарлик даражаси таҳлили. 68

Н.Д. Кайназаров – Развитие физической подготовки посредством симуляционных упражнений для лыжных гонщиков в возрасте 13-14 лет. 72

Н.О. Отегенов – Анализ двигательных характеристик тела юных тяжелоатлетов 14-16 лет. 75

А.Е. Шилманов – Ёш футболчиларда координация қобилиятини ривожлантиришда вестибуляр гимнастика воситаларининг ўрни. 78

А.Б. Хасанов – Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида касбий билимларини ва амалий кўникмаларини ривожлантиришнинг илмий-услубий асослари. 82

Б.Ш. Рахматов., Л.Б. Собирова., Ғ.С. Хўжамкелдиев., И.М. Мамбетназаров., А.Р. Оталиева – Ёш каратэчиларни тайёрлаш жараёнида машғулотларни самарали ташкил этиш ва стратегик режалаштириш. 87

А.А. Турсунов – Замонавий волейболда тўпни қабул қилиб зарур зонага етказиш аниқлигининг ўрни ва уни барқарорлаштириш муҳимлиги. 90

Д.А. Омонов – Ёш боксчиларда чап қўл тўғри зарбаси жараёнида тананинг бурчак тезлиги ва зарба кучининг кинематик таҳлили. 93

Ш.У. Набиев – Талаба боксчиларнинг чап қўлда бошга тўғридан зарба бериш жараёнида оёқ ҳаракатларининг кинематик таҳлили. 98

Ҳ.Д. Султонов – Спортчи талабалар (курашчилар)да вазн назорати ва замонавий методик асослари. 101

Ш.С. Тилавов – 14-15 ёшли триатлончиларининг куч-чидамкорлик тайёргарлигини такомиллаштириш. 104

М.Н. Эгамбердиев – Малакали кикбоксчиларда статик ва динамик режимларда мувозанат сақлаш турғунлигининг бир ўқув-машғулот йили давомида ўсиш суръати. 107

Ж.М. Шукурллаев – Мини волейбол спорт турини волейболга интеграциялаш вариативлиги акмеологияси. 111

А.К. Шарипов – Жисмоний тарбия ва спорт йўналиши талабаларининг педагогик амалиётга касбий-педагогик тайёргарлик даражасини баҳолаш методларини такомиллаштириш. 115

Д.Э. Джурабаева – Профессор-ўқитувчиларнинг рационал турмуш тарзи ва морфо-функционал ҳолатига нисбатини сўровнома натижалари орқали таҳлил қилиш. 119

М.А. Ибрагимов – Спорт курашлари ва таэквондо спорт турларида эшитишида нуқсони бор спортчиларни тайёрлаш методикаларининг қиёсий таҳлили. 122

қарашларини мақсадга мувофиқ ўзгартириш мақсадида мураббийлар томонидан машғулот ва мусобақаларга спортчиларнинг жисмоний ва ақлий, техник-тактик, психологик тайёргарлигига алоҳида эътибор қаратиш.

Хулоса. Танланган спорт турига нисбатан доимий қизиқишни шакиллантиришга эътибор қаратиш талаб қилинади. Ушбу спортга бўлган қизиқиш фаолият тури билан узлюксиз равишда машғулот олиб бориш учун муҳум туртки бўлиб ҳизмат қилади, шунингдек, ушбу ҳолат спорт натижаларнинг ривожланиб боришига олиб келади. Мақолада кикбоксчиларнинг кикбокс спорт тури машғулотларига бўлган қизиқишларини белгилаб берувчи динамик омиллар ўрганилган. Кикбоксчиларнинг кикбокс спорт тури машғулотларига бўлган қизиқишларини белгилаб берувчи динамик омилларни чуқур таҳлил қилиш натижасида аниқланишича, спортчиларнинг машғулотларга бўлган муносабати, мотивацияси ва фаол иштироки кўплаб ички ва ташқи омиллар таъсирида шаклланади. Айниқса, Спортчиларнинг қизиқишини шакллантириш ва уни барқарор сақлаш мураббийлар, ота-оналар ҳамда спорт муассасаларининг мувофиқлаштирилган саъй-ҳаракатларига боғлиқ. Тадқиқот натижалари шуни кўрсатадики, спортчиларнинг машғулотларга бўлган қизиқишини йўқотишига сабаб бўлаётган асосий омиллар қаторига бир хил ва зерикарли машғулотлар, мураббийларнинг етарли рағбатлантира олмаслиги, психологик тайёргарликнинг сустлиги, оилавий шароитларнинг ноқулайлиги ҳамда спортчининг ўз эҳтиёжларининг инобатга олинмаслиги киради. Шунингдек, спортчиларнинг дўстлари ёки гуруҳдаги муҳит билан чиқиша олмаслиги, мусобақаларда муваффақияцизликка учраши ҳам мотивацияни пасайтирувчи муҳим омиллардандир.

Адабиётлар:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 3 июндаги ПҚ-3031-сонли “Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги ПФ-4947-сонли фармони.
3. Ўзбекистон Республикасининг 2015 йил 4 сентябрдаги “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги ЎРҚ-394-сон Қонун.
4. Евгений Г.В., Вадим К.Н. Программа по кикбоксингу (сейми – контак, лайт – контак, фулл – контак, фулл – контак лоу кик, киктайбоксинг К1), 2009 – 89 е.: Уляновск. П.ф.д.(ДСс), бокса и кикбоксинга РГУФК.
5. Щитов В.С. Современний кикбоксинг ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 544 е.: ил. – (Спорт).

Аспирант
ЧЖАН ЦЗЫСЮАНЬ[1]
Кандидат педагогических наук, доцент
В.В. КЛИНОВ[1]
[1]Белорусский государственный университет физической культуры,
город Минск, Беларусь

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ГРЕБЛИ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ В КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКЕ

Аннотация

В статье представлен комплексный научный анализ современного состояния, системных проблем и перспектив развития гребли на байдарках и каноэ в Китайской Народной Республике. Исследование включает обзор ключевых этапов эволюции дисциплины в стране (1975 – настоящее время), детальную оценку текущей инфраструктуры, системы подготовки спортсменов и достижений на международной арене. Особое внимание уделено выявлению и систематизации актуальных проблем. На основе проведенного анализа сформулирован комплекс научно обоснованных стратегических направлений и практических рекомендаций.

***Ключевые слова**: гребля на байдарках и каноэ; Китай; спортивная подготовка; спортивная инфраструктура; спортивные результаты; анализ проблем; стратегия развития.*

Annotation

Ушбу мақолада Хитой Халқ Республикасида байдарка ва каноэда эшкак эшишнинг ҳозирги ҳолати, тизимли муаммолари ва ривожланиш истиқболлари ҳар томонлама илмий таҳлил қилинган. Тадқиқот мазкур спорт турининг мамлакатдаги асосий ривожланиш босқичларини (1975 йилдан бугунга қадар) ўрганиш, мавжуд инфратузилмани, спортчиларни тайёрлаш тизимини ва халқаро майдондаги ютуқларни батафсил баҳолашни ўз ичига олади. Долзарб муаммоларни аниқлаш ва тизимлаштириш масалаларига алоҳида эътибор берилган. Ўтказилган таҳлиллар асосида илмий жиҳатдан асосланган стратегик йўналишлар ва амалий тавсиялар мажмуаси ишлаб чиқилган.

***Калит сўзлар**: байдарка ва каноэда эшкак эшиш; Хитой; спорт тайёргарлиги; спорт инфратузилмаси; спорт натижалари; муаммолар таҳлили; ривожланиш стратегияси.*

The article presents a comprehensive scientific analysis of the current state, systemic problems and prospects for the development of canoeing in the People's Republic of China. The study includes a review of the key stages of the discipline evolution in the country (1975 - present), a detailed assessment of the current infrastructure, athlete training system and achievements in the international arena. Special attention is paid to the identification and systematisation of current problems. On the basis of the analysis a set of scientifically substantiated strategic directions and practical recommendations is formulated.

***Key words**: canoeing; China; sports training; sports infrastructure; sports results; problem analysis; development strategy.*

Введение. Гребля на байдарках и каноэ – один из динамично развивающихся водных видов спорта. В последние годы наблюдается рост научных исследований, направленных на оптимизацию тренировочного процесса, совершенствования техники и физической подготовки [6].

С момента включения гребли на байдарках и каноэ в программу Олимпийских игр в 1936 году прошло много времени, но в Китайской Народной Республике (КНР) этот вид спорта развивался медленно из-за внутренних причин. Только в 1975 году Китай начал официально участвовать в международных соревнованиях по гребле на байдарках и каноэ. В 1984 году Китай впервые отправил команду для участия в Олимпийских играх в Лос-Анджелес [5].

За почти 50 лет развития этого вида спорта в КНР, благодаря упорному труду нескольких поколений спортсменов, сборная Китая прошла путь от полного отсутствия к становлению, от становления к прогрессу. В этом процессе команда, учитывая свои особенности, непрерывно совершенствовала методы тренировок, обобщала соревновательный опыт, повышала уровень научных исследований, укрепляла кадровый резерв, усиливала систему поддержки, перенимала опыт ведущих зарубежных команд и добивалась прогресса, неоднократно выигрывая чемпионские титулы на важных соревнованиях [1, 4].

Для Китая, последовательно реализующего стратегию построения спортивной державы, развитие олимпийских дисциплин, включая водные виды, является приоритетом государственной политики. С наступлением XXI века китайская сборная по гребле на байдарках и каноэ добилась значительных результатов на Олимпийских играх (золото Афины-2004, Пекин-2008, Токио-2020, Париж-2024) прежде всего в гребле на каноэ. Однако путь развития характеризуется нелинейностью, чередованием прогресса и застоя, что подчеркивает актуальность глубокого научного анализа текущего состояния.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью систематизации накопленного опыта и выявления факторов, обусловивших как успехи (в каноэ), так и длительные периоды отставания в байдарке, выявления системных проблем, сдерживающих устойчивое развитие гребли на байдарках и каноэ в Китае на современном этапе.

Результаты и обсуждение. Исходя из вышесказанного целью исследования является проведение комплексного анализа современного состояния, ключевых проблем и перспектив развития гребли на байдарках и каноэ в Китае, разработка научно обоснованных рекомендаций для обеспечения устойчивого роста конкурентоспособности на международной арене.

Развитие гребли на байдарках и каноэ в Китае характеризуется выраженной этапностью, обусловленной как внутренними факторами (политика, экономика, управление), так и интеграцией в международное спортивное движение:

1 этап: *Становление* (1975 – 2002 гг.). Начало официального участия в международных соревнованиях (1975). Значительное отставание от мировых лидеров по всем параметрам: уровню тренировок, соревновательной практике, научным исследованиям, управлению. Первое участие в Олимпийских играх (Лос-Анджелес-1984) без значимых результатов. Основные усилия направлены на освоение базовых техник и реализацию первых тренировочных программ. Научные исследования практически отсутствуют, распространение вида спорта крайне ограниченно.

2 этап: *Прогресс* (2002 – 2008 гг.). Период «рывка». Систематизация подготовки, начало активного изучения международного опыта, усиление научно-методического компонента. Кульминацией этапа стали триумфальные победы китайских гребцов:

Афины-2004: Золото Мэн Гуаньлян /Ян Вэньцзюнь (С-2 500м мужчины) – первая олимпийская победа Китая в гребле на байдарках и каноэ.

Пекин-2008: Успешная защита титула Мэн/Ян (С-2 500м мужчины). Китай выходит в лидеры в каноэ-двойке у мужчин. Система тренировок, соревнований и поддержки выходит на мировой уровень.

3 этап: *Поиск новых путей* (2008 г. – 2020). Характеризуется общим снижением результатов после пика 2008 года, утратой преимуществ в отдельных видах, застоем в развитии команды, снижением конкурентоспособности. Ключевая проблема – неспособность сохранить и приумножить успех, распространив его на другие дисциплины, особенно в байдарке.

4 этап: *Спортивный рост* (2020 г. – настоящее время). Происходит целенаправленное совершенствование методов тренировки, обобщение опыта, усиление науки, кадрового резерва и системы поддержки при активном изучении передового зарубежного опыта, приглашении иностранных специалистов. Итогом становятся новые победы на Олимпийских играх:

Токио-2020: Золото Сюй Шисяо/Сунь Мэнъя (С-2 500м женщины – дебютный для женщин каноэ олимпийский вид, 2 серебра Лю Хао (С-1 1000м мужчины, С-2 1000м мужчины Лю Хао и Чжэн Пэнфэй). Исторический прорыв женского каноэ и мужских дисциплин на длинной дистанции. Общий результат: 1 золото, 2 серебра.

Париж-2024: 2 золотые медали в каноэ – С-2 500м мужчины (Лю Хао и Цзи Бовэнь), а также С-2 500м женщины – Сюй Шисяо и Сунь Мэнъя.).

Современное состояние гребли на байдарках и каноэ в Китае характеризуется высоким уровнем развития инфраструктуры, активной подготовкой

спортсменов и заметными успехами на международной арене.

Благодаря постоянным инвестициям и инновационным подходам, этот вид спорта имеет хорошие перспективы для дальнейшего прогресса и укрепления позиций Китая в мировом спорте. За последнее десятилетие в Китае было построено множество специализированных тренировочных баз и спортивных центров, оснащённых современным оборудованием. Наиболее известными и масштабными являются:

Национальный тренировочный центр по гребле на байдарках и каноэ в Пекине

Расположение: Пекин

Один из ведущих центров в стране, оснащён современными тренировочными залами, водными трассами и лабораториями для исследований и развития спортсменов. Центр принимает национальные и международные соревнования.

Спортивная база в Цзиньчжоу (Jinzhou)

Расположение: провинция Ляонин

Специализированная база для подготовки спортсменов по гребле на байдарках и каноэ, включает тренировочные водные каналы, стадионы и тренировочные лагеря.

Центр гребли в Чанша (Changsha)

Расположение: провинция Хунань

Современная база с акцентом на развитие молодёжи и подготовку спортсменов к Олимпийским играм. Оснащена современными тренажёрами и водными объектами.

Спортивный комплекс в Циндао (Qingdao)

Расположение: провинция Шаньдун

Важный тренировочный центр для гребцов, использующий природные водные ресурсы и искусственные каналы. Регулярно проводит национальные и международные соревнования.

Водный центр в Гуанчжоу (Guangzhou)

Расположение: Гуандун

Центр с развитой инфраструктурой для тренировок и соревнований по гребле на байдарках и каноэ, включает тренировочные бассейны и водные трассы [4]

Эти центры обеспечивают современные условия для подготовки спортсменов высокого уровня, включая национальные сборные, молодёжные и юношеские команды, развития вида спорта и проведения соревнований на национальном и международном уровнях. Однако их распределение географически неравномерно (концентрация в прибрежных и развитых провинциях – Ляонин, Шаньдун, Гуандун, Пекин, Хунань), что создает дисбаланс в доступе к качественной инфраструктуре для регионов севера и северо-запада Китая. За пределами этих элитных центров инфраструктура (особенно на уровне массового спорта и региональных тренировочных баз) часто не соответствует современным требованиям.

В Китае сформирована трехуровневая система подготовки:

Национальная команда: элитный уровень, фокус на олимпийские игры и основные международные старты.

Провинциальные и муниципальные профессиональные команды, являются базой для формирования сборной, тут проводится работа с перспективными спортсменами.

Молодежные и юношеские команды: начальная подготовка, поиск талантов (часто из смежных видов) [2].

Система обеспечивает преемственность (пример: сотрудничество ветеранов типа Сюй Шисяо и молодых спортсменов как Сунь Мэнья). Однако ключевая проблема – недостаточный спортивный резерв на входе в систему, обусловленный слабой популяризацией гребли на массовом уровне и отсутствием системной работы со школами и вузами. Отбор часто ведется из узкого круга.

В то же время гребля на байдарках и каноэ в Китае сталкиваются с беспрецедентными возможностями развития. Так как признана приоритетным видом в рамках:

– Национальной стратегии построения спортивной державы.

– Национального плана развития физической культуры и спорта (до 2025 г. и долгосрочные цели до 2035 г.), где водным видам спорта уделяется особое внимание.

– Планов развития индустрии спорта на открытом воздухе [4, 6]

Провинции Шаньдун, Чжэцзян, Хэнань и др. включили развитие гребли на байдарках и каноэ в свои региональные программы («14-й пятилетний план»). Главное государственное управление спорта организует молодежные лагеря и обучение тренеров [6].

В настоящее время различные регионы Китая, такие как Хэнань и Шаньдун, активно включены в национальные планы, постепенно совершенствуя и планируя строительство и развитие проектов по гребле на байдарках и каноэ, закладывая хорошую основу для профессиональной спортивной подготовки, чтобы способствовать лучшему развитию и профессиональной подготовке в гребле на байдарках и каноэ в будущем.

В индустриально-экономическом аспекте гребной спорт способствовал развитию связанных отраслей, таких как производство оборудования, организация соревнований и обучение. Развивается производство инвентаря (лодки, весла, экипировка),

достигшее международного уровня [2].

Формируется многоуровневая система соревнований (от любительских до международных). Гребля на байдарках и каноэ способствует развитию смежных отраслей (туризм, ивент-менеджмент).

Растут международные результаты и конкурентоспособность китайских гребцов. Безусловная сила Китая – каноэ (С). На Азиатских играх они являются безоговорочными лидерами. Стабильно высокие результаты на Олимпиадах (золото в С-2 мужчины 2004, 2008; 2024; золото в С-2 женщины 2020; 2024). Демонстрируют лидерство в отдельных дисциплинах на чемпионатах и кубках мира (прежде всего спринт на 500м в двойках), наличие звездных экипажей (Мэн/Ян, Сюй/Сунь, Лю Хао), способных бороться за высшие награды. Успехи в мужских дисциплинах на 1000м (серебро Лю Хао в Токио) показывают прогресс на длинных дистанциях.

Однако наблюдается глубокий кризис в мужских байдарках (К). Крайне редкое попадание в финалы (исключение – 6-е место Чжан Дуна в К1 1000м в Токио 2020), отсутствие медалей на крупнейших международных стартах (исключение ЧМ 2022 год, Дартмут, Канада К4 500 м – бронзовая медаль у Чжан Дун / Бу Тинкай / Ван Цункан / Дун И). Проблемы со стартовой скоростью, выносливостью на длинных дистанциях, координацией в экипажах. При этом проявляется стабильность на Азиатских играх 2023 (золото К1 1000м, К2 500м, К4 500м).

Появляется тенденция «устойчивого прогресса» в женском спринте. Призовые места на Кубках мира (бронза К4 500м 2022, серебро К2 200м 2022), доминирование на Азиатских играх 2023 (золото К1 500м, К2 500м, К4 500м). Однако на Олимпийских играх (Токио-2021: К4 не в финале, К1, К2 не заняли призовых мест; Париж-2024: К4 500м – 5-е место) и Чемпионатах мира (2023: К2 500м – 4-е, К4 500м – 4-е, К1 200м – 5-е) сохраняется разрыв с мировыми лидерами (Германия, Новая Зеландия, Венгрия).

Женская байдарка сохраняет уровень «крепкого середняка» мирового уровня (топ-5-8), но не может пробиться в призовые места на Олимпийских играх. Мужская байдарка остается неконкурентоспособной на глобальном уровне. Недостаток физической готовности и тактической гибкости, проблемы координации в экипажах (особенно К4), нестабильностб скорости в финальных стадиях гонок, проявляется в невысоких результатах на длинных дистанциях (1000м+). Всё это не позволяет показывать высокие результаты на международной арене.

Молодые спортсменки (Шуай Чанвэнь, Ю Шимэн и др.) накапливают опыт, но нуждаются в целенаправленной работе для выхода на топ-уровень. Разрыв с абсолютными лидерами (Германия, Новая Зеландия, Венгрия) в женских дисциплинах остается значительным, в мужских – непреодолимым при текущем подходе.

Несмотря на впечатляющие успехи в каноэ и государственную поддержку, развитие гребли на байдарках и каноэ в Китае сталкивается с комплексом взаимосвязанных проблем:

1. Кадровые проблемы:

Критический дефицит спортивного резерва. Низкая массовость вида спорта на начальном уровне (школы, клубы) приводит к узкой базе отбора. Например, в Хэнань всего около 70 спортсменов на всю провинцию в возрасте 15-24 лет (типичен для многих регионов).

Недостаточный уровень тренерского корпуса. Дефицит тренеров, владеющих современными методиками, тактикой, технологиями анализа. Недостаточная интеграция науки в практику. Дефицит научных кадров, нехватка специалистов в области спортивной биомеханики, физиологии, медицины, аналитики данных, применительно именно к гребле.

2. Инфраструктурные ограничения:

Географическая диспропорция: концентрация современных баз в прибрежных и развитых провинциях (Гуандун, Шаньдун, Пекин). Отставание северных, северо-западных и внутренних регионов.

Многие региональные базы и общественные водные объекты не соответствуют требованиям профессиональной подготовки (отсутствие современных тренажеров, лабораторий, качественных гребных каналов). Проявляется недостаток инфраструктуры для массовых занятий и начальной подготовки, особенно вне крупных центров.

3. Научно-методическое и технологическое отставание:

Разрыв между наукой и практикой: Современные методы анализа (биомеханический, видеоанализ, данные GPS/гироскопов с лодок, применение ИИ для тактики и подготовки) внедряются медленно и несистемно. Недостаток инноваций: ориентация на копирование, а не на разработку собственных научно обоснованных методик, адаптированных к китайским спортсменам. Слабое технологическое обеспечение тренировочного процесса: Нехватка оборудования для точного мониторинга нагрузок, восстановления, технического совершенствования [3].

4. Проблемы популяризации и массовости:

Низкая осведомленность и привлекательность гребли для широкой публики. Ограниченное медийное присутствие, малое количество массовых мероприятий, фестивалей. Отсутствие системной работы со школами и вузами: гребля не интегри-

рована в программы физического воспитания, нет сети школьных секций и студенческих лиг.

5. Финансовые и управленческие аспекты:

Неравномерное финансирование: ресурсы концентрируются на элитных центрах и сборной, в ущерб развитию массового спорта, региональных баз и науки.

Управленческие барьеры: недостаточная координация между национальной федерацией, региональными управлениями, научными институтами, образовательными учреждениями. Короткий горизонт планирования: ориентация на сиюминутный олимпийский результат в ущерб долгосрочному развитию всей системы, особенно проблемных направлений (байдарки, мужчины).

На основе проведенного анализа предлагается комплекс стратегических направлений и конкретных мер:

Приоритет научно-методического обеспечения и технологий:

Создание междисциплинарных научных групп: интеграция специалистов по биомеханике, физиологии, спортивной медицине, аналитике данных, ИИ непосредственно в тренировочный процесс сборных и ключевых региональных центров. Внедрение современных технологий мониторинга и анализа: системы GPS/IMU на лодках для анализа техники гребка, траектории, скорости; видеосъемка с дронов; портативные лактатные анализаторы, системы мониторинга ЧСС и нагрузок; биомеханические платформы. Разработка и внедрение ИИ-решений: Для анализа больших данных тренировок и соревнований, моделирования тактических сценариев, индивидуализации планов подготовки, прогнозирования результатов и рисков травм.

Активное изучение и адаптация передового опыта: системное партнерство с ведущими научными центрами и сборными (Германия, Венгрия, Испания, Новая Зеландия, Беларусь) в области методик развития скоростно-силовых качеств, специальной выносливости, техники гребли.

Расширение базы отбора: активная интеграция гребли на байдарках и каноэ в школьные и вузовские программы ФК, создание сети школьных секций и студенческих регат. Популяризация вида через массовые мероприятия, дни открытых дверей на базах, сотрудничество со СМИ.

Оптимизация возрастной модели: начало специализированной подготовки в оптимальном возрасте (10-12 лет) с акцентом на ОФП и игровые методы на воде. Индивидуализация подготовки: Глубокий анализ потенциала каждого спортсмена, разработка персональных долгосрочных планов (LTAD – Long Term Athlete Development).

Модернизация системы подготовки и лицензирования. Обязательные курсы по современным методикам, биомеханике, физиологии, психологии, работе с данными. Стажировки у ведущих зарубежных специалистов. Создание системы менторства: привлечение опытных тренеров-чемпионов для работы с молодыми кадрами. Целевая подготовка (магистратура, аспирантура) и привлечение специалистов в области спортивной науки, инженерии, анализа данных для работы именно в гребле.

Привлечение инвестиций для строительства и модернизации региональных тренировочных центров, особенно в отстающих регионах (Северо-Запад, Центральный Китай). Фокус на массовость: строительство доступных гребных баз и клубов на городских водоемах, оснащенных безопасным инвентарем для начинающих.

Регулярное участие в Кубках Мира и тренировочных сборах за рубежом. Для накопления опыта, адаптации к разным условиям, прямой конкуренции с сильнейшими. Приглашение ведущих зарубежных тренеров и экспертов для консультаций и работы со сборными. Обмен научными данными и методиками. Участие в международных конференциях, совместные исследовательские проекты.

Системная медийная стратегия: регулярные репортажи о соревнованиях (не только о победах), истории спортсменов, освещение развития инфраструктуры и массовых мероприятий. Использование цифровых платформ: Создание контента для соцсетей, онлайн-уроков, виртуальных туров по базам. Развитие «бренда»: создание узнаваемых героев (не только чемпионов в каноэ, но и прогрессирующих байдарочников), атрибутики, мероприятий.

Проведенный комплексный анализ развития гребли на байдарках и каноэ в Китае позволяет сделать следующие выводы:

1. Исторический путь вида спорта характеризуется выраженной этапностью и значительными, но локальными успехами, прежде всего в гребле на каноэ, достигнутыми благодаря целенаправленной работе, изучению передового опыта и героическим усилиям спортсменов.

2. Современное состояние гребли на байдарках и каноэ в Китае противоречиво:

Сформирована развитая, но географически неравномерная инфраструктура элитного уровня. Существует трехуровневая система подготовки, страдающая от острого дефицита спортивного резерва на входе. Достигнуты выдающиеся успехи в каноэ (олимпийские чемпионы, лидерство в отдельных видах), подтверждающие высокий потенциал китайской школы. Сохраняется серьезное отставание в байдарке, особенно в мужских дисциплинах и на длинных дистанциях, несмотря на определенный прогресс в женском спринте.

Развитие гребли на байдарках и каноэ требует системных мер, объединяющих научные исследования, модернизацию инфраструктуры и развитие массового спорта. Внедрение инновационных технологий и повышение уровня кадрового состава станут ключевыми факторами повышения конкурентоспособности страны на международной арене.

При условии последовательной реализации предложенных стратегий, опираясь на мощную государственную поддержку и уже доказанный потенциал (прежде всего в каноэ), Китай имеет все возможности не только закрепиться среди мировых лидеров в своих успешных дисциплинах, но и добиться значительного прогресса в отстающих направлениях (байдарки, мужские виды), выйдя на устойчиво конкурентоспособные позиции к Олимпийскому циклу 2028-2032 гг. Гребля на байдарках и каноэ может стать одной из визитных карточек китайского спорта, внося существенный вклад в реализацию национальной стратегии построения спортивной державы. Однако достижение этой цели требует не единовременных усилий, а долгосрочной, научно обоснованной и хорошо финансируемой программы системных преобразований.

Результаты исследования указывают на значительный потенциал гребли на байдарках и каноэ в Китае при условии системного решения выявленных проблем и могут служить теоретико-методологической основой для разработки программ развития на региональном и национальном уровнях.

Литература:

1. Ван Лисинь, Чэнь Ган. Анализ современного состояния и контрмер в соревновательной гребле на байдарках и каноэ в нашей стране. Вестник Пекинского университета физической культуры, 2019, 42(3): 112-120.

2. Государственное управление по делам физкультуры и спорта КНР. Отчет о развитии индустрии спорта в Китае 2021. Пекин: Издательство Народного спорта, 2021.

3. Ли Ф, Ван Л, Лю Ю. Применение искусственного интеллекта в анализе спортивных результатов: исследование случая гребли. Журнал спортивной науки и медицины, 2023, 22(1), 123-135.

4. Центр водных видов спорта Государственного управления по делам физкультуры и спорта КНР. (2019). Отчет о развитии гребли на байдарках и каноэ в Китае (2015-2018). Пекин: Издательство Народного спорта.

5. Чжан Минхуа, Ли Цзин. Исследование истории развития гребли на байдарках и каноэ в Китае. Спортивная наука, 2018, 38(5): 78-85.

6. Чжоу Сяохун, Хуан Вэймин. Исследование стратегий продвижения водных видов спорта в контексте массового фитнеса. Вестник Уханьского института физической культуры, 2022, 56(1): 33-40.

Мустақил изланувчи
А.А. АБДУРАЗЗАХОВ[1]
[1]Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети
Чирчиқ шаҳри, Ўзбекистон

СПОРТ-СОҒЛОМЛАШТИРИШ ТУРИЗМИДА ТАЛАБАЛАРНИНГ УМУМИЙ ФУНКЦИОНАЛ ҲОЛАТИ ВА ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИ ТАҲЛИЛИ

Аннотация

Экспериментальным методом изучено влияние спортивно-оздоровительного туризма на общее функциональное состояние и уровень физической подготовленности студентов. Выявлено значительное улучшение показателей деятельности сердечно-сосудистой системы и общей физической подготовленности. Эффективность спортивно-оздоровительного туризма в укреплении здоровья студентов подтверждается.

***Ключевые слова**: Спортивно-оздоровительный туризм, студенты, физическая подготовка, функциональное состояние, двигательная деятельность, экспериментальный анализ, здоровый образ жизни.*

Annotation

Спорт-соғломлаштириш туризм талабаларнинг умумий фунционал ҳолати ва жисмоний тайёргарлик даражасига таъсири эксперимантал усулда ўрганилди. Йурак-қон томир тизими фаолияти ва умумий жисмоний тайёргарлик кўрсаткичларини сезиларли даражада яхшилаганлиги аниқланди. Спорт-соғломлаштириш туризм талабалар саломатлигини мустаҳкамлашдаги самарадорлигини тасдиқлайди.

***Калит сўзлар**: Спорт-соғломлаштириш туризми, талабалар, жисмоний тайёргарлик, фунционал ҳолат, ҳаракат фаолияти, эксперимантал таҳлил, соғлом турмуш тарси.*

The impact of health-improving sports tourism on students' overall functional status and physical fitness level was studied using an experimental method. Significant improvements were observed in cardiovascular system performance and general physical preparedness indicators. The findings confirm the effectiveness of health-improving sports tourism in strengthening students' health.

***Key words**: Health-improving sports tourism, students, physical fitness, functional status, motor activity, experimental analysis, healthy lifestyle.*

Долзарблиги: Бугунги кунда ёшлар, айниқса, олий таълим муассасаларида таҳсил олаётган талабалар орасида жисмоний фаолликнинг етарли даражада бўлмаслиги, узоқ вақт давомида пассив ҳаёт тарзига риоя қилиш, технологик воситалардан ортиқча фойдаланиш каби омиллар уларнинг умумий фунционал ҳолати ва соғлиғига салбий таъсир кўрсатмоқда. Шу сабабли, талабаларнинг жисмоний тайёргарлигини ошириш, уларнинг юрак-қон томир, нафас олиш тизими, мушак-скелет ҳаракати фаолиятини яхшилашга йўналтирилган соғломлаштириш шаклларини жорий этиш замон талаби ҳисобланади. Спорт-соғломлаштириш туризми – жисмоний фаоллик, экологик онг ва руҳий саломатликни уйғунлаштирувчи интегратив фаолият тури бўлиб, у талабалар орасида соғлом турмуш











