

## II. ТЕОРИЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

### ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ЭЛЕМЕНТАМ ТЕХНИКИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ

Юрий Тунеев

Николаевский государственный университет им. В.А. Сухомлинского



#### Аннотация

В статье рассмотрены возможности использования метода экспертных оценок для выявления последовательности обучения базовым элементам техники двигательных действий юных спортсменов.

#### Annotation

The article reviews possibilities of using the expert judgment method in order to work out the algorithm of teaching young wrestlers the basic elements of movement technique.

**Постановка проблемы.** Достижение высоких результатов в современном олимпийском спорте, как известно, во многом зависит от эффективности использования в процессе спортивной тренировки инновационных спортивно-педагогических технологий.

Современный уровень развития вольной борьбы требует решения основных проблем развития теории и методов управления тренировочным процессом.

Быстрый рост мирового уровня спортивного мастерства в борьбе, ее возрастающая динамичность, требуют пристального внимания к совершенствованию всех сторон подготовки, от которых зависит спортивный результат. По мнению многих специалистов [6; 9] основой высоких спортивных достижений борцов является техника двигательных действий, которая формируется на начальном этапе подготовки и совершенствуется на протяжении всей спортивной карьеры спортсмена. Несмотря на значительные успехи теории и методики вольной борьбы в настоящее время еще далеко не исчерпаны все возможные резервы подготовки борцов, особенно это касается начального этапа спортивной подготовки.

**Связь работы с научными программами.** Работа выполнена согласно плана научно-исследовательской работы кафедры спортивных дисциплин Николаевского государственного

университета им. В.А. Сухомлинского.

**Цель исследования** – определить последовательность обучения базовым приемам техники в стойке и партере юных борцов вольного стиля.

#### Задачи:

1. Проанализировать по данным научно-методической литературы существующие подходы к обучению техники двигательных действий борцов на начальном этапе подготовки.
2. Определить наиболее значимые базовые приемы техники вольной борьбы на начальном этапе подготовки, с которых необходимо начинать обучение юных спортсменов.

**Методы исследования:** анализ и обобщение данных специальной научно-методической литературы, квалиметрия.

**Анализ публикаций по теме исследования.** Формирование структуры движений происходит под влиянием двигательного опыта и двигательной задачи [2, 3, 4, 5, 7].

Обучение технике двигательных действий человека может рассматриваться как целенаправленный и систематически осуществляемый процесс создания, совершенствования и реализации моторных программ на основе целостных образов, хранимых в памяти. Моторные программы являются информационными системами сигналов, свидетельствующих о динамике объекта управления, условиях



## Анкета

## УВАЖАЕМЫЙ КОЛЛЕГА!

В таблице представлены базовые приемы вольной борьбы. Просим Вас распределить их в порядке первостепенности обучения юных спортсменов (в стойке: 1 – первостепенный и т.д. до 10; в партере от 1 до 5). Прочерки и одинаковые места базовых приемов техники недопустимы.

№	Базовые приемы техники	Результат ранжирования
<b>СТОЙКА</b>		
1	Перевод рывком за руку и бедро	
2	Сваливание сбиванием захватом руки и туловища с зацепом разноименной ноги снаружи	
3	Бросок прогибом захватом за руку и бедро сбоку	
4	Перевод рывком за руку с подсечкой дальней ноги	
5	Сваливание скручиванием захватом рук с обвивом изнутри (отхват)	
6	Бросок прогибом захватом за руку и туловище с обвивом	
7	Переводы захватом за ногу	
8	Бросок поворотом захватом руки и одноименной ноги изнутри (мельница)	
9	Бросок подворотом захватом руки через плечо с подножкой	
10	Бросок наклоном захватом за ноги	
<b>ПАРТЕР</b>		
1	Бросок изгибом обратным захватом дальнего бедра	
2	Переворот скручиванием, захватом рук сбоку	
3 4	Переворот захватом шеи из под плеча (рычаг)	
	Переворот переходом захватом за подбородок с ножницами	
5	Переворот скрещиванием голеней	

внешней среды и состоянии самой системы управления [10].

В процессе обучения борцов базовым элементом спортивной техники формируется биомеханическая структура двигательных действий, которая обеспечивает взаимодействие и объединение элементов в единое целое [8, 11]. Представление о биомеханической структуре двигательных действий, знание которых поможет ему в дальнейшем легче усваивать другие приемы, постепенно увеличивая арсенал освоенных технических элементов [1].

Принимая во внимание основные принципы тренировки, необходимо учитывать возрастную специфику развития моторики детей. В действующей системе подготовки борцов, для того чтобы определить каким элементом обучать необходимо углубленное научное исследование содержания начального обучения в вольной борьбе.

Только выявив в ходе педагогического исследования закономерности последовательности освоения борцами структуры двигательных действий, можно разработать и научно обосновать инновационные технологии и методики обучения юных борцов технике базовых элементов.

Анализ литературных источников подтвердил существование проблемы в области технической подготовки борцов на начальном этапе подготовки.

У специалистов по спортивной борьбе нет единого мнения о направленности начальной подготовки, методике и особенностях построения учебно-тренировочного процесса, а также его содержания.

Актуальность настоящей проблемы заключается в том, что недостаточная техническая подготовка в детском возрасте не позволяет прогрессировать спортивно-техническому мастерству в дальнейшем, поскольку именно в этот период закладывается основа будущих успехов спортсменов.

**Результаты собственных исследований.** Анкетирование, проведенное среди ведущих тренеров и спортсменов высокой квалификации Украины было направлено на определение последовательности обучения базовым элементам техники в вольной борьбе на начальном этапе подготовки. В анкетировании приняло участие 30 респондентов (18 тренеров и 12 спортсменов высокой квалификации). Анкета содержала 15 вопросов (табл. 1).

Анкетирование позволило определить отношение и подход тренеров и спортсменов высокой квалификации к системе подготовки юных борцов, и в частности, к последовательности освоения базовых элементов вольной борьбы.

Эксперты проранжировали приемы следующим образом (табл. 2, табл. 3).

Высокая степень согласованности мнений экспертов была получена при проведении экспертизы методом предпочтения (табл. 4).

Следует отметить, что при проведении экспертизы методом предпочтения расчетное значение коэффициента конкордации составило 0,89, в то время как граничное значение находится в пределах от 0,7 до 1 ( $W_{пр} > 0,7$ ).

Поскольку  $W_{пр} > W_{пр}^*$ , то результатам проведенной экспертизы можно доверять, саму экспертизу можно считать состоявшейся, а мнения экспертов согласованными.

**Выводы:**

Проведение метода экспертной оценки позволило в полной мере отразить реальную картину проведения тренировочных занятий в группах начальной подготовки.

**Перспективы дальнейших исследований.** Проведенные иссле-



дования позволили нам определить пути поиска резервов оптимизации процесса обучения базовым элементам техники двигательных действий юных борцов вольного стиля. В частности, обоснованию методики технической подготовки борцов на этапе начальной подготовки с использованием информационных технологий, которые позволяют наиболее эффективно использовать принципы наглядности и сознательности.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. *Блехер М.* Эффективная организация этапа начальной подготовки юных борцов – залог успеха в достижении высоких спортивных результатов / М.Блехер // Спортивные единоборства: практика и теория / Материалы региональной научно-практической конференции №13, 2006. – С. 87-91.
2. *Гавердосвский Ю.К.* Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердосвский. – М.: Физкультура и Спорт, 2007.- 912 с.
3. *Гамалий В.В.* Біомеханічні аспекти техніки рухових дій у спорті / В.В. Гамалий – К.: Науковий світ, 2007. – 211 с.
4. *Донской Д.Д.* Биомеханика: Учебник для институтов физической культуры / Д.Д.Донской, В.М.Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 264 с.
5. *Дьячков В.М.* Совершенствование технического мастерства спортсменов (Педагогические проблемы управления) / В.М. Дьячков. – М.: Физкультура и спорт, 1972.- 231 с.

### Степень согласованности мнений экспертов тренеров и высококвалифицированных спортсменов по последовательности освоения базовых приемов

Респонденты	Стойка	Партер
Тренеры	Расчетное значение	
	0,97	0,89
Спортсмены	0,86	0,75

Таблица 2

### Мнение экспертов о последовательности освоения базовых приемов в стойке

Объект экспертизы. Предмет	Тренеры	Спортсмены
	Место	
Перевод рывком за руку и бедро	1	1
Перевод рывком за руку с подсечкой дальней ноги	2	2
Бросок наклоном захватом за ноги	3	3
Переводы захватом за ногу	4	4
Бросок поворотом захватом руки и одноименной ноги изнутри (мельница)	5	5
Бросок прогибом захватом за руку и бедро сбоку	6	6
Бросок подворотом захватом руки через плечо с подножкой	7	7
Бросок прогибом захватом за руку и туловище с обвивом	8	8
Сваливание скручиванием захватом рук с обвивом изнутри (отхват)	9	9
Сваливание сбиванием захватом руки и туловища с зацепом разноименной ноги снаружи	10	10

Таблица 3

### Мнение экспертов о последовательности освоения базовых приемов в партере

Объект экспертизы. Предмет	Тренеры	Спортсмены
	Место	
Переворот скручиванием, захватом рук сбоку	1	1
Переворот захватом шеи из под плеча (рычаг)	2	2
Бросок изгибом обратным захватом дальнего бедра	3	3
Переворот переходом захватом за подбородок с ножницами	4	4
Переворот скрещиванием голеней	5	5

6. *Игуменов В.М.* Спортивная борьба. Учебное пособие для педагогических институтов и училищ / В.М. Игуменов, Б.А.Подливаев. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.
7. *Лапутин А.Н.* Обучение спортивным движениям / А.Н. Лапутин. – К.: Здоров'я, 1986. – 216 с.
8. *Малков О.Б.* Методология конфликтного взаимодействия в спортивных единоборствах / О.Б. Малков // Теоретические

аспекты техники и тактики спортивной борьбы. – М. Физкультура и спорт, 2005. – С. 16-40.

9. *Миндиашвили Д.Г., Завьялов А.И.* Энциклопедия приемов вольной борьбы / Д.Г. Миндиашвили, А.И. Завьялов. – Красноярск: ИСЭ им. Ярыгина КГПУ, 1998. – 236 с.
10. *Моделирование* управления движениями человека / Под ред. М.П. Шестакова и А.Н. Аверкина. М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 360 с.
11. *Тохаров М.В.* Игровой метод при обучении технике борьбы / М.В. Тохаров // Организация и методика учебной, оздоровительной и спортивной работы в ВУЗах: Матер, рег. науч.-практич. конф.- Улан-Удэ, 2006.- С. 129-137.

Таблица 4

