

СПОРТИВНА ОРІЄНТАЦІЯ В ЛЕГКІЙ АТЛЕТИЦІ

Володимир Яковлів, Олена Яковліва, Анатолій Кошоп

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

В статті проаналізовані за даними літературних джерел основні фактори, які визначають перспективність юних легкоатлетів, виявлені основні критерії, які свідчать про спортивну придатність до занять та поставлені питання технології спортивної орієнтації в легкій атлетиці.

Ключові слова: спортивна орієнтація, легка атлетика, критерії оцінки, спортивна придатність.

СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Владимир Яковлев, Елена Яковлива, Анатолий Кошоп

Винницкий государственный педагогический университет

В статье проанализированы за данными литературных источников основные факторы, которые определяют перспективность юных легкоатлетов, выявлены основные критерии, которые свидетельствуют про спортивную пригодность к занятиям и поднят вопрос технологии спортивной ориентации в легкой атлетике.

Ключевые слова: спортивная ориентация, легкая атлетика, критерии оценки, спортивная пригодность.

SPORTS ORIENTATION IN ATHLETICS

Vladimir Yakovliv, Elena Yakovliva, Anatoly Kosholap

Vinnitsia State Pedagogical University

In the articles analysed from data of literary sources basic factors which determine perspective of young athletes, found out basic criteria which testify to the sporting fitness to employments and put questions of technology of sporting orientation in track-and-field.

Key words: sporting orientation, track-and-field, criteria of estimation, sporting fitness.

ДО ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ ТЕХНІЧНИХ ДІЙ БОРЦІВ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ

Володимир Яременко, Валерій Бойко, Валерій Андрійцев

Національний університет державної податкової служби України

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Постановка проблеми. Досягнення високих результатів у боротьбі неможливо без вдосконалення спортивно-технічної майстерності спортсменів на етапі попередньої базової підготовки, де важливо закласти основи правильного виконання технічних дій та максимальної урізноманітнити технічний арсенал. На жаль, в теорії боротьби цьому питанню приділено мало уваги, переважна більшість досліджень проведено зі спортсменами високої кваліфікації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сьогодні сутички у вільній боротьбі проходять швидше й активніше, судді заохочують безперервні атакуювальні дії [2; 7]. Це вимагає від борців швидкого вирішення техніко-тактичних завдань і застосування різноманітних атакуювальних комбінаційних дій. В свою чергу, формування навичок ведення протиборства повинно відбуватись з урахуванням сучасних правил змагань і вимог суддівства [4; 10].

Багато вчених вважають, що основою високих спортивних досягнень борців є техніка рухових дій, яка формується на початковому етапі підготовки й удосконалюється протягом усієї спортивної кар'єри спортсмена. Фахівці, які займаються проблемами формування техніки рухових дій юних, переконані, що для підвищення ефективності процесу технічної підготовки необхідно використовувати досягнення сучасної спортивної науки [5; 6; 8].

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Аналіз спеціальної науково-методичної літератури, узагальнення досвіду провідних фахівців, власні педагогічні спостереження дозволяють зробити висновок про те, що в даний час однією з найактуальніших проблем у вільній боротьбі є перехід від емпіричної побудови тренувального процесу до науково обґрунтованого управління їм. Розгляд наявних наукових даних, накопичених в теорії та методиці спортивної підготовки у вільній боротьбі, показало, що в даний час формування техніки рухових дій юних борців представляє одну з центральних проблем педагогічного процесу. Недостатня вивченість та наукова розробленість технологій формування технічних дій у стійці борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки з урахуванням особливостей сучасної змагальної діяльності зумовило вибір напрямку досліджень.

Роботу виконано відповідно до Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 2.9. «Управління тренувальним процесом спортсменів в силових видах спорту та єдиноборствах на основі сучасних технологій оцінки, моделювання і корекції основних характеристик підготовки», номер державної реєстрації 0111U0001723.

Мета роботи – визначити особливості формування технічних дій у стійці борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки

Завдання роботи:

1. Проаналізувати змагальну діяльність сильніших борців кадетів вільного стилю на змаганнях міжнародного рівня.
2. Визначити частоту застосування технічних прийомів, що виконуються борцями кадетами вільного стилю в стійці, їх ефективність та результативність.
3. Визначити базові прийоми, на які слід пріоритетно звернути увагу при формуванні технічних дій у стійці на етапі попередньої базової підготовки у вільній боротьбі.

Методи досліджень - аналіз та узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури, педагогічні методи дослідження, відеоаналіз змагальної діяльності.

Результати досліджень та їх обговорення. Успішний виступ на змаганнях зі спортивної боротьби багато в чому зумовлюється технікою борця, тобто володінням системою змагальних вправ, заснованої на максимально ефективному раціональному використанні своїх координаційних можливостей. Борці, які досконало володіють спортивною технікою, часто перемагають супротивників з більш високим рівнем розвитку фізичних якостей. [1]. Борці, які досконало володіють спортивною технікою, часто перемагають супротивників з більш високим рівнем розвитку фізичних якостей.

Сьогодні незаперечним є той факт, що поряд з конкуренцією, у спортивній боротьбі серйозною перешкодою для надійного і високого спортивного результату є постійні зміни низки пунктів правил змагань: (регламенту сутички, оцінки покарання за пасивність та інші) [7].

Отримані нами дані змагальної діяльності борців вільного стилю на чемпіонатах світу серед кадетів 2012 та 2013 років дозволили виявити особливості використання різних груп технічних прийомів у процесі сутички. Проведений аналіз результатів змагальної діяльності борців кадетів вільного стилю дозволив констатувати той факт, що на частку технічних дій у стійці припадає у середньому 75 % із числа всіх застосованих спортсменами прийомів. Встановлено, що в стійці борці найчастіше використовують прийоми, пов'язані із захватами за ноги суперника: звалювання збиванням захватом ноги, захватом ніг; переведення ривком захватом ноги; переведення ривком захватом плеча й стегна; кидок нахилом захватом ніг,

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

захватом ноги; кидок поворотом захватом різнойменної руки та ноги («млин»); переведення ривком захватом ніг, захватом ноги. У той же час прийоми, пов'язані з діями ногами (звалювання збиванням із зацепом ноги зсередини та зовні; звалювання скручуванням із заступанням; звалювання скручуванням з підхватом ноги зсередини та підсічки) застосовуються значно рідше.

Згідно навчальної програми для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ затвердженої науково-методичною комісією Міністерства освіти, науки, молоді та спорту України, Асоціацією спортивної боротьби України [2] на етапі попередньої базової підготовки відбувається формування базових техніко-тактичних дій та навичок ведення змагальних поєдинків

Аналіз розділу навчальної програми з вільної боротьби для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ [2], що стосується технічної підготовки борців на етапі попередньої базової підготовки показав, що з усіх запропонованих для вивчення та вдосконалення прийомів близько 67% припадає на прийоми в стійці, а на прийоми в партері всього лише 33%. Слід зазначити, що у навчальній програмі [2] не відображено послідовність навчання технічним прийомом за роками на етапі попередньої базової підготовки з урахуванням складності дій та сучасних тенденцій розвитку техніки вільної боротьби. Враховуючи вимоги програми з вільної боротьби для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ [2] та результати власних досліджень, нами визначено групи прийомів, а також окремі прийоми у стійці на які слід пріоритетно акцентувати увагу спеціалістам при формуванні технічних дій спортсменів на етапі попередньої базової підготовки у вільній боротьбі [9].

До таких прийомів відносяться:

1. Переведення ривком: захватом ноги; захватом однойменного плеча і стегна (тулуба); захватом плеча та шиї зверху.
2. Переведення нирком: захватом ноги, захватом ніг; захватом шиї і стегна.
3. Звалювання збиванням: захватом ноги, захватом ніг; захватом руки і однойменної ноги (млин); захватом різнойменною гомілки з упором в шию; захватом руки і тулуба з зацепом ноги зсередини.
4. Кидки поворотом («млин»): захватом різнойменної руки та ноги зсередини; захватом руки; захватом різнойменної руки й однойменної ноги збоку.
5. Кидки нахилом: захватом ноги; захватом ніг; захватом тулуба та стегна збоку.
6. Звалювання скручуванням: захватом шиї з рукою.

Основні висновки з виконаної роботи і перспективи подальших досліджень уданому напрямку. Аналіз офіційних протоколів, відеоаналіз сутичок борців кадетів вільного стилю на змаганнях чемпіонатів світу, дозволив нам виявити особливості використання технічних прийомів з різних груп у процесі змагальної діяльності. Встановлено, що в стійці борці найчастіше використовують прийоми, пов'язані із захватами за ноги суперника. У той же час прийоми, пов'язані з діями ногами застосовуються значно рідше.

Підводячи підсумок вищесказаного, на нашу думку, для сучасної практики підготовки борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки виникає необхідність враховувати особливості застосування тих чи інших прийомів із різних кваліфікаційних груп на змаганнях різного рівня. Також актуальним та відкритим залишається питання впровадження в навчально-тренувальний процес юних борців вільного стилю сучасних інноваційних технологій, спрямованих на формування технічних дій у стійці.

ЛІТЕРАТУРА

1. Завьялов А.А. Биомеханика: основы формирования тактико-технических действий (на примере группы начальной подготовки школьников-борцов вольного стиля) / А.А. Завьялов; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск: ИЦ Платина, 2009. – 144 с.
2. Вільна боротьба: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. – Київ: АСБУ, 2011. – 95 с.
3. Калмыков С.В. Соревновательная деятельность в спортивной борьбе / С.В. Калмыков, А.С. Сагалеев, Б.В. Дагбаев. - Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2007.- 204 с.
4. Латишев С.В. Науково-методичні основи індивідуалізації підготовки борців / Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / С.В. Латишев. – К., 2014. – 48 с.
5. Миндиашвили Д.Г. Энциклопедия приемов вольной борьбы / Д.Г. Миндиашвили, А.И. Завьялов. – Красноярск: ИСЭ им. Ярыгина КГПУ, 1998. – 236 с.
6. Новиков А.А. Педагогические основы технико-тактического мастерства в спортивных единоборствах (на примере спортивной борьбы) : автореф. дис. на соискание учен. степени докт. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физ. воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физ. культуры». / А.А. Новиков. – М., 2000. – 62 с.
7. Патратий Р.С. Тенденция развития техники вольной борьбы / Р.С. Патратий // Материалы международной научно-технической конференции ААИ «Автомобили и тракторостроение в России: приоритеты развития и подготовка кадров», посвященной 145-летию МГТУ «МАМИ». 2010, С. 507-515.
8. Туманян Г.С. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. – Ч. 3, Кн. 13. Техническая подготовка / Г.С. Туманян, В.В. Гожин – М.: Сов. спорт, 2001. – 80 с.
9. Яременко В.В. Формування техніки атакуювальних рухових дій борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки / Автореф. дис. на здобуття вчен. ступеню канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / В.В.Яременко. – Дніпропетровськ, 2014. – 19 с.
10. Shakhmuradov Y. Raising the level of technical-tactical in standing by including leg actions as subsidiary elements / Y. Shakhmuradov, B. Podlivaev // International Journal of Wrestling Science. - 2011; 1(1). – P.16-19.

АНОТАЦІЇ

ДО ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ ТЕХНІЧНИХ ДІЙ БОРЦІВ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ

Володимир Яременко, Валерій Бойко, Валерій Андрійцев
Національний університет державної податкової служби України
Національний університет фізичного виховання і спорту України

У роботі представлено аналіз змагальної діяльності борців кадетів вільного стилю на сучасному етапі. Визначено частоту застосування технічних прийомів у стійці. Запропоновано групи прийомів та окремі прийоми в стійці, на які слід звернути пріоритетну увагу при формуванні технічних дій на етапі попередньої базової підготовки у вільній боротьбі.

Ключові слова: технічні дії, вільна боротьба, етап попередньої базової підготовки, формування.

К ВОПРОСУ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ

Владимир Яременко, Валерий Бойко, Валерий Андрейцев

Национальный университет государственной налоговой службы Украины

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

В работе представлен анализ соревновательной деятельности борцов кадетов вольного стиля на современном этапе. Определена частота применения технических приемов в стойке, их эффективность. Предложены группы приемов и отдельные приемы в стойке, на которые следует обратить приоритетное внимание при формировании технических действий на этапе предварительной базовой подготовки по вольной борьбе.

Ключевые слова: технические действия, вольная борьба, этап предварительной базовой подготовки, формирование.

ON THE QUESTION FORMATION OF TECHNICAL ACTION FREESTYLE WRESTLERS

Vladimir Yaremenko, Valery Boyko, Valery Andriitsev

National University of the State Tax Service of Ukraine

National University of Physical Education and Sports of Ukraine

In the work presents an analysis of competitive activity cadet freestyle wrestlers at the present stage. The frequency of application of techniques to counter their effectiveness. Offered a group of methods and techniques to separate the rack, which should be to prioritize the formation of technical actions in the pre-basic training in wrestling

Key words: technical action, free-style wrestling, stage of preliminary basic training, formation.

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ СПЕЦІАЛЬНИХ ОЛІМПІАД З ФУТБОЛУ

Максим Ярмоленко

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій. Міжнародна організація «Спеціальні Олімпіади» розробляє та реалізує навчально-тренувальні і волонтерські програми для осіб з відхиленнями розумового розвитку (ВРР) в світі, організовує проведення національних та міжнародних змагань для людей з ВРР, координує та надає підтримку національним програмам Спеціальних Олімпіад шляхом розробки методичних матеріалів, проведення конференцій, семінарів, надання консультативних послуг для спортсменів, тренерів, батьків спортсменів [2]. Акредитовані навчально-тренувальні програми поширюються з офіційних літніх та зимових видів спорту. Такий підхід є загальноприйнятим та єдиним для всіх країн, в яких проводяться навчально-тренувальні заняття та змагання для осіб з такими порушеннями. Програма навчання та розвитку спортивних навичок Спеціальних Олімпіад (Olympics Sports Skills Guides), розроблена даною організацією для тренерів, волонтерів та батьків спортсменів. В цій програмі представлені довготривалі цілі, короткострокові завдання, аналіз завдань для різних видів рухової активності, методи оцінки та контролю, а також рекомендації для навчання з видів спорту, в тому числі і з футболу [1, 3].

Окремі аспекти підготовки спортсменів Спеціальних Олімпіад висвітлені у роботах Ю.А. Бріскіна (2006–2009), А.В. Передерій (2009–2014); удосконаленню підготовки спортсменів з відхиленнями розумового розвитку шляхом розробки авторських тренувальних програм Спеціальних Олімпіад з баскетболу, легкої атлетики та лижних перегонів присвячені праці О.О. Павлось (2007–2014); Є.В. Ніконов (2003–2004) розробив та перевіряв ефективність на підставі моделі комплексної реабілітації інвалідів В.С. Дмитрієва методику проведення занять з футболу для дітей 10–12 років з відхиленнями в розумовому розвитку, які мають порушення психомоторного стану; Д.Є. Никифоров (2010–2012) визначав рівень