

СИСТЕМА УПРАВЛЯЮЩИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ ПРИ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ

Исследована структура системы управляющих воздействий в спортивной борьбе; установлены взаимосвязи ее составляющих для выявления и формирования типического стиля противоборства в вольной борьбе. Представлены основные закономерности влияния взаимодействия структурных составляющих системы на соревновательный результат борца.

Ключевые слова: борьба, система, управляющие воздействия, стиль противоборства.

Постановка проблемы. Проблема индивидуализации в спортивной науке о единоборствах интенсивно разрабатывается уже несколько десятилетий [1, 9, 12]. Но чрезвычайная сложность проблемы, обусловленная множеством компонентов, уровней иерархии, сильной взаимосвязью составляющих, динамичностью, неравномерностью развития организма и личности борца, особенностями тренеров и спортивных школ, не позволяет сегодня представить имеющиеся знания и опыт в виде единой теории индивидуализации подготовки борца [2, 5, 11 – 16]. Мнения специалистов значительно расходятся уже при выборе основных компонентов (элементов, блоков и подсистем) для анализа и синтеза системы подготовки (тем более процесса индивидуализации).

Одной из наиболее важных подсистем системы подготовки является подсистема управляющих воздействий, которая в целом и определяет направления, структуру и содержание процесса индивидуализации [3, 4, 8, 13]; далее она рассматривается как целостная система. Таким образом, разработка структуры управляющих воздействий как системы взаимно содействующих составляющих является актуальной задачей проблемы научно-методического обеспечения индивидуализации подготовки в вольной борьбе.

Связь работы с важными научными программами или практическими задачами. Работа выполнялась в рамках сводного плана научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта Украины на период 2011-2015 г. по теме 2.9 "Индивидуализация тренировочного процесса квалифицированных единоборцев" номер государственной регистрации № 0111U001723.

Анализ последних исследований и публикаций. При исследовании данной проблемы твердо установлено, что основным результатом многолетнего процесса индивидуализации подготовки борца высокого класса является формирование и совершенствование собственного стиля противоборства [1 – 4, 11 – 13].

Ранее нами на основе анализа соревновательной деятельности, данных литературы и квалиметрических исследований было установлено, что в вольной борьбе каждый борец высокого класса (уровня призера чемпионата мира) обязательно обладает одним из семи типических стилей противоборства ("силовик", "игровик" и "темповик на дистанции", "высоконадежный", "завязочник", "темповик в захвате" и "равноразвитый"). Были определены модельные характеристики каждого из стилей и разработана модель успешного борца данного типического стиля [7].

При этом формирование и совершенствования стиля противоборства зачастую происходит интуитивно, методом проб и ошибок, что, безусловно, приводит к большой потере времени и сил [4 – 7]. Для повышения эффективности тренировочной деятельности требуется вовремя выявить предрасположенность борца к одному из типических стилей противоборства [7], а затем, используя обоснованную систему управляющих воздействий, необходимо сформировать собственный стиль противоборства спортсмена (в границах типического). Однако в доступной нам литературе не выявлено ни программ индивидуализации, ни анализа систем управляющих воздействий, которые бы ставили своей целью сформировать стиль противоборства в соответствие с природной предрасположенностью борца и требованиями соревновательной деятельности.

Цель исследования: разработать систему управляющих воздействий для выявления и формирования типического стиля противоборства в вольной борьбе, обосновать влияние взаимодействия структурных составляющих системы на конечный соревновательный результат борца.

Методы и организация исследований. В работе были использованы методы анализа литературы, анализа соревновательной деятельности, экспертных оценок и системного анализа-синтеза.

Полученные результаты и их обсуждение. Обобщая результаты анализа литературных источников, соревновательной деятельности на Играх Олимпиад в Атланте (1996 г.), Сиднее (2000 г.), Афинах (2004 г.),

Пекине (2008 г.), мнений специалистов и личного опыта, систему управляющих воздействий (СУВ) целесообразно представить тремя подсистемами: соревновательная деятельность, тренировочная деятельность и внутренировочная и внесоревновательная деятельности [3, 6, 8 – 13]. Они являются подсистемами первого уровня, и далее будут рассматриваться как самостоятельные системы. Итак, системами (подсистемами по отношению СУВ) первого уровня являются:

- система соревновательной деятельности (ССД);
- система тренировочной деятельности (СТД);
- система внутренировочной и внесоревновательной деятельности (СВВД).

Достаточно установить лишь те управляющие воздействия каждой из систем, которые содействуют назначению системы: выявлению, формированию и совершенствованию индивидуального стиля противоборства в динамике стадий индивидуализации подготовки борца [6, 7]. Первоначально необходимо определить, какие подсистемы и элементы следует учитывать в каждой из перечисленных выше систем. Подчеркнем, что рассматриваемые системы (рис. 1) относятся лишь к спортсмену, а не вообще к данному виду деятельности.

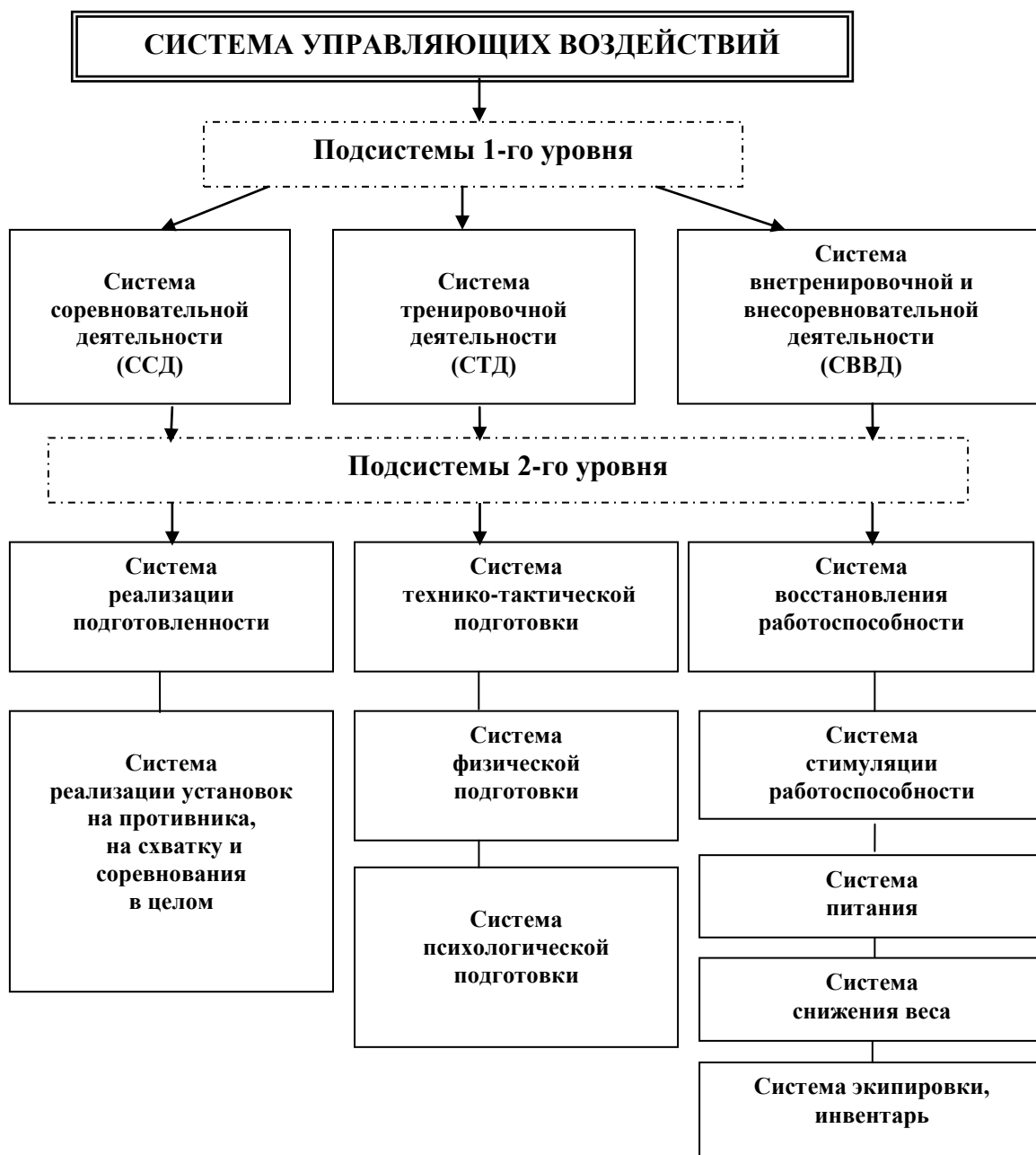


Рис. 1. Структурная схема системы управляющих воздействий

Так, система соревновательной деятельности определяется двумя подсистемами второго уровня:
 – реализации (управляемой и сознательной) подготовленности;

– реализации установок на противника, на схватку и соревнования в целом (установки тренера сознательно и критически принимаются борцом, как в рамках своего стиля противоборства, так и вне его). Систему тренировочной деятельности целесообразно представить такими подсистемами второго уровня:

- технико-тактической подготовки (СТТП);
- физической подготовки (СФП);
- психологической подготовки (СПП).

Систему внутренировочной и внесоревновательной деятельности формируют следующие подсистемы второго уровня [4, 10, 13]:

- восстановления работоспособности (СВР);
- стимуляции работоспособности (ССВ);
- питания борца (СПБ);
- снижения веса (ССВ);
- экипировка, инвентарь (СЭИ).

С позиций системного подхода системы соревновательной, тренировочной, внесоревновательной и внутренировочной деятельности функционируют как путем взаимного содействия, так и через структуру (систему) подготовленности борца, развивая и повышая его интегральную подготовленность. Структурно-логическую схему взаимодействия систем СТД, ССД, СВВД в надсистеме управляющих воздействий (СУВ) можно представить, как показано на рис. 2.

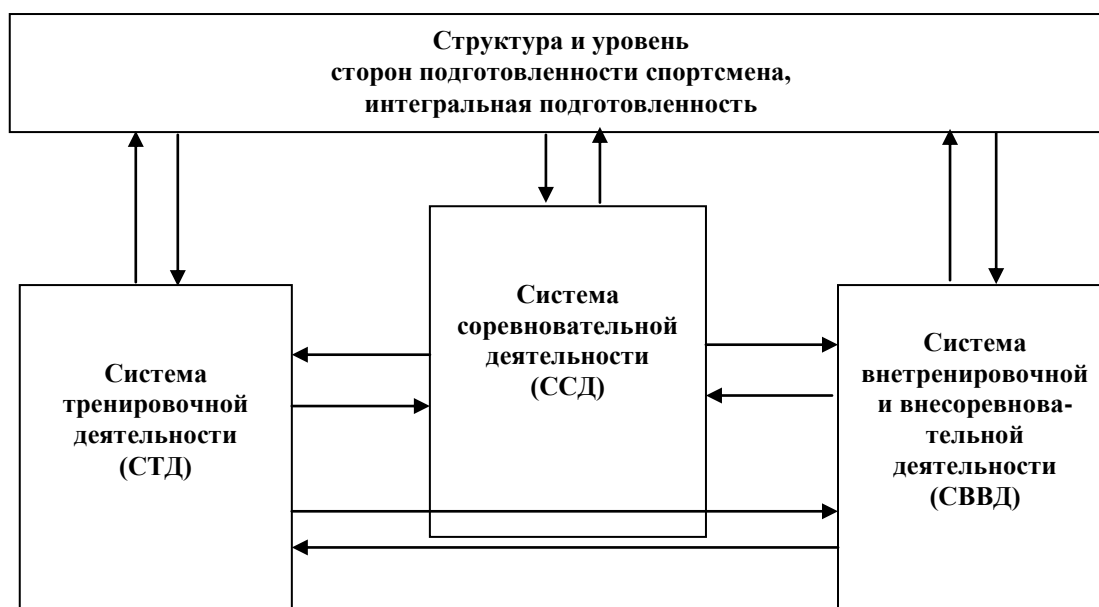


Рис. 2. Структурно-логическая схема взаимодействия систем соревновательной (ССД), тренировочной (СТД), внесоревновательной и внутренировочной деятельности (СВВД) в надсистеме управляющих воздействий (СУВ)

Приведенную на рис. 2 схему можно интерпретировать в целом и для каждого вида деятельности. Так, система современной соревновательной деятельности задает требования к структуре подготовленности спортсмена, т.е. определяет необходимый уровень развития каждой из сторон его подготовленности, а также интегральный (или соревновательный) уровень подготовленности.

Требуемая для успешной СД структура подготовленности спортсмена задает (определяет) направления, методы и средства достижения необходимого уровня каждой из сторон подготовленности как покомпонентной, так и целостной, т.е. интегральной подготовленности. Эти способы условно разделены на две группы: те, что связаны с тренировочной деятельностью и те, что связаны с внутренировочной и внесоревновательной деятельностью.

В свою очередь, появление новых методик развития двигательных качеств, появление новых тактико-технических действий, совершенствование тактики соревновательной деятельности, разработка инновационных средств восстановления и стимуляции работоспособности, появление новых тренажеров, диагностической аппаратуры, инвентаря существенно повышают уровень сторон подготовленности и изменяют их структуру, а это, в свою очередь, изменяет и структуру соревновательной деятельности борца. Такую взаимосвязь можно проследить для каждой из систем.

Рассмотрим влияние взаимодействия систем на конечный соревновательный результат борца. Тренер, на основании знаний о способностях спортсмена, научных знаний в области спортивной борьбы, требований

современной СД и своего опыта, разрабатывает индивидуализированные программы тренировочной деятельности и программы внутренировочной и внесоревновательной деятельности.

Предшествующий соревновательный опыт и реализация индивидуализированных программ (тренировочных и внутренировочных, внесоревновательных) обеспечивают борцу необходимую подготовленность, основной структурный элемент которой – собственный стиль противоборства. Необходимое условие эффективности подготовки – это адекватность индивидуализированных программ подготовки возможностям и способностям спортсмена.

Тренер также разрабатывает индивидуальные для каждого борца установки на эффективную соревновательную деятельность в целом и на конкретную схватку, в частности.

Таким образом, система соревновательной деятельности (конкретного борца) предполагает выполнение двух наиболее важных условий:

- реализацию собственной подготовленности, которая проявляется, главным образом, в способности реализации собственного индивидуального стиля противоборства;

- реализацию установок тренера на конкретную схватку и соревнования в целом.

Второе условие может быть реализовано лишь при строгом и точном учете тренером и спортсменом соотношения структуры и уровня своей готовности с готовностью противника, с видом соревнований, количеством проведенных схваток, характером судейства и т.д. Такой учет вносит коррективы в тактику ведения схватки и в стратегию участия в соревнованиях, что и обеспечивает максимальный (в данных условиях) результат для конкретного спортсмена. Результаты этого анализа можно представить в виде схемы направленности деятельности борца в системе управляющих воздействий (рис. 3).

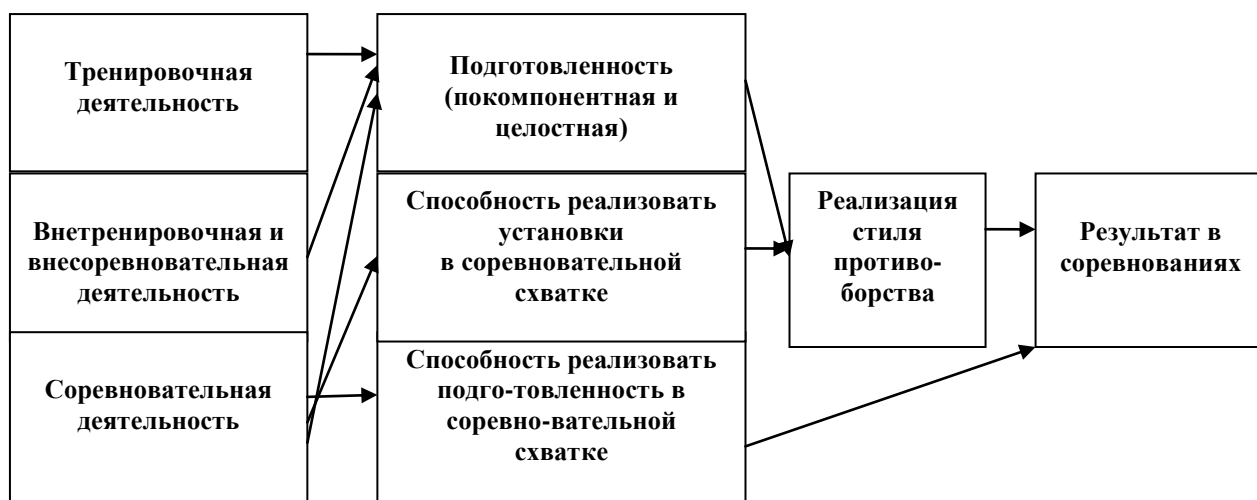


Рис. 3. Схема направленности деятельности борца в системе управляющих воздействий

Выводы. Разработана структура системы управляющих воздействий при формировании типического стиля противоборства в вольной борьбе. На первом уровне она реализуется через подсистемы соревновательной деятельности, тренировочной деятельности, внутренировочной и внесоревновательной деятельности. Второй уровень предполагает реализацию собственной подготовленности (главным образом, собственного индивидуального стиля противоборства) и реализацию установок тренера на конкретную схватку и соревнования в целом. Третий уровень обеспечивает реализацию интегральной подготовленности в целом и способность достижения высокого результата. Установлены взаимосвязи структурных составляющих системы влияние их взаимодействия на конечный соревновательный результат борца.

Перспективы развития работы. Предполагается разработка программ индивидуализации подготовки борцов каждого типического стиля противоборства, которые будут включать три взаимно содействующих направления индивидуализации: тренировочная деятельность, соревновательная деятельность и внутренировочная внесоревновательная деятельность.

Использованные источники

1. Арзютов Г. Н. Модельные характеристики личностных особенностей дзюдоистов как фактор эффективности и надежности соревновательной деятельности / Г. Н. Арзютов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 1999. – № 12. – С. 43–50.
2. Ивлев В. Г. Типология соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов в зависимости от их индивидуальных особенностей: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед.

- наук: спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры" / В. Г. Ивлев. – М., 1990. – 24 с.
3. Игуменов В.М. Спортивная борьба / В. М. Игуменов, Б. А. Подливаев. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.
 4. Карелин А. А. Система интегральной подготовки высококвалифицированных борцов : автореф. дис. на соискание ученой степени д-ра пед. наук: спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" / А. А. Карелин. – СПб., 2002. – 47 с.
 5. Козина Ж. Л. Аналитический обзор научных исследований по проблеме индивидуализации подготовки спортсменов / Ж. Л. Козина // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков, 2008. – № 1. – С. 18–29.
 6. Латышев С. В. Системный подход к проблеме индивидуализации подготовки борцов / С. В. Латышев, Г. В. Коробейников // Физическое воспитание студентов. – Харьков, 2013. – № 5. – С. 65–69.
 7. Латышев С.В. Стили противоборства в современной вольной борьбе / С.В. Латышев // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. праць Волинського національного університету ім. Лесі України. – 2011. – № 1. – С. 69–73.
 8. Новиков А. А. Основы спортивного мастерства: монография / А. А. Новиков. – М.: Советский спорт, 2012. – 256 с.
 9. Пилюян Р.М. Узловые вопросы многолетней подготовки борцов: методическое пособие / Р. А. Пилюян. – М.: МОГИФК, 1988. – 28 с.
 10. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
 11. Сиротин О. А. Индивидуализация обучения и совершенствования в спортивной борьбе / О.А. Сиротин. – Омск: Омский ГИФК., 1987. – 50 с.
 12. Станков А.Г. Индивидуализация подготовки борцов / А. Г. Станков, В. Н. Климин, И.А. Письменский. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 224 с.
 13. Туманян Г. С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г. С. Туманян. – М.: Советский спорт, 2006. – 494 с.
 14. Шахмурадов Ю. А. Вольная борьба. Научно-методические основы многолетней подготовки борцов / Ю. А. Шахмурадов. – М.: Высшая школа, 1997. – 189 с.
 15. Coaching Youth Wrestling / [editors Emma Sandberg, Natha T. Bell]. – Illinois: Human Kinetics, 2007. – 208 p.
 16. Ryan T. Elite Wrestling / Thomas Ryan, Jukie Sampson. – New York: McGraw-Hill, 2006. – 224 p.

Latyshev S.

THE SYSTEM OF CONTROL ACTIONS WHILE INDIVIDUALIZING TRAINING WRESTLERS

The structure of the system of control actions in wrestling is investigated; established the correlation of its components to identify and form the typical style of fight in freestyle wrestling. The main effect of the interaction patterns of the structural components of the system on a competitive result wrestler are presented.

Key words: *wrestling, system, control actions, style of fight.*

Стаття надійшла до редакції 28.08.2014 р.