

Показники змагальної діяльності борців

Бойченко Н.В., Белянінов Р.І.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. В статті розглянуто показники спортивної техніки в спорті та боротьбі. Визначено показники технічної підготовленості спортсменів. Виявлено показники тактичної майстерності, які проявляються в змагальній діяльності борця.

Ключові слова: змагальна діяльність, техніка, тактика, показники, підготовленість.

Змагальна діяльність в спорті потребує, щоб спортсмен вмів оперувати технічними навиками. При чому, ліміт часу та постійна зміна ситуацій під час змагань вимагають щоб рухи спортсмена відповідали певним показникам.

Провідні спеціалісти з теорії спорту [4-7] показники спортивної техніки та спортивно-технічної майстерності спортсменів виділяють окремо.

Так, основним показником спортивної техніки на думку В.М. Платонова є результативність, яка обумовлюється її ефективністю, стабільністю, варіативністю, економічністю, мінімальною тактичною інформативністю для суперника [7].

Ефективність техніки визначається її відповідністю руховим завданням та високим кінцевим результатом, відповідністю рівню фізичної, технічної, психологічної та інших видів підготовленості.

Стабільність техніки пов'язана з її стійкістю до перешкод, незалежністю від умов змагань, функціонального стану спортсмена. Здатність до виконання ефективних прийомів та дій в складних умовах (в тому числі при наявності «збиваючих» факторів) є основним показником стабільності техніки та багато в чому визначає рівень технічної підготовленості в цілому.

Варіативність техніки визначається здатністю спортсмена до оперативної корекції рухових дій в залежності від умов змагальної боротьби. Враховуючи особливості змагальної діяльності єдиноборств важливою стороною технічної підготовленості спортсмена є здатність об'єднувати різноманітні технічні прийоми в раціональний ланцюг рухових дій (техніко-тактичний комплекс) в залежності від ситуації, характерної для конкретного моменту змагальної діяльності. Раціонально збудований техніко-тактичний комплекс дій оптимальним образом дозволяє зв'язати між собою послідовні локальні дії нападу та захисту в раціональний ланцюг, який забезпечує досягнення наміченого кінцевого результату з урахуванням манери поведінки суперника.

Економічність техніки характеризується раціональним використанням

енергії при виконанні прийомів та дій, доцільним використанням часу та простору. В єдиноборствах важливим показником економічності є здатність спортсменів до підвищення ефективних дій при їх невеликій амплітуді та мінімальним часом, необхідним для виконання.

Мінімальна тактична інформативність для суперника передбачає наявності здатності спортсмена до виконання таких рухів, які, з однієї сторони, досить ефективні з точки зору досягнення мети, а з іншої – не мають чітко виражених інформативних деталей, які маскують тактичний задум спортсмена.

Існують дві групи показників технічної підготовленості спортсменів, які можна віднести до всіх видів боротьби [6, 8].

До першої групи показників відносять: об'єм, різнобічність, раціональність технічних дій, які може виконувати спортсмен.

Об'єм технічної підготовленості визначається числом технічних дій, які може виконувати або виконує спортсмен. Автори виділяють загальний (сумарна кількість технічних дій, засвоєні спортсменом) та змагальний (кількість різноманітних технічних дій, що виконуються в умовах змагань) об'єм технічної підготовленості.

Різнобічність технічної підготовленості характеризується ступенем різноманітності рухових дій, котрими володіє спортсмен або які він застосовує на змаганнях.

Об'єм та різнобічність технічної підготовленості являються важливими показниками майстерності в спортивних єдиноборствах (із-за наявності великого арсеналу технічних дій).

Раціональність технічних дій визначається можливістю досягнення їх на основі вищих спортивних результатів. Раціональність техніки – це характеристика не спортсмена, а самого способу виконання руху, різновиду техніки, що використовується.

Розглянуті показники першої групи технічної підготовленості спортсмена говорять лише про те, що вмiє виконувати спортсмен. Але вони не виражають якості виконання – як спортсмен виконує рухи, на скільки він володіє ними. Тому автори виділили другу групу показників технічної підготовленості, яка враховує якісну сторону володіння рухами – ефективність та засвоєність його виконання.

Ефективність володіння спортивною технікою характеризується ступенем близькості її до найбільш раціонального варіанту. Показники ефективності характеризують близькість до зразку (найбільш раціонального варіанту техніки) або порівнюють результати спортсменів.

Технічна дія може бути засвоєна борцями по-різному. Для добре засвоєних рухів типово:

- стабільність спортивного результату та ряду характеристик рухів при виконанні його в стандартних умовах;
- стійкість (відносно мала змінність) результату при виконанні рухів в змінних та ускладнених умовах;

- збереження рухового вміння при перервах в тренуванні;
- автоматичність при виконанні.

Однією з основних проблем в теорії спортивного тренування є проблема визначення показників тактичної майстерності. Багатьма спеціалістами з теорії та практики спорту відмічається (В.М. Платонов, 2004; А.В. Гаськов, В.А. Кузьмін, 2004; В.А. Кисельов, 2006), що досить повних та суворих критеріїв спортивно-тактичної майстерності поки що немає. Її оцінюють комплексом суб'єктивних та об'єктивних показників, які в якійсь мірі характеризують, в тому числі: по загальній результативності змагальної поведінки спортсмена (команди), по глибині засвоєних спортсменом тактичних суттєвих знань (знань про принципи та раціональні форми спортивної тактики, тенденціях її розвитку, умовах, при яких ті або інші варіанти змагальної тактики є найбільш ефективними і т.д.), об'єму та різнобічності індивідуального фону тактичних вмінь та навиків спортсмена, доцільній варіативності форм його змагальної поведінки (що оцінюється експертами), ряду інших показників.

Однією з головних перешкод при вирішенні цієї проблеми є те, що принципіально не може бути одного єдиного оптимального варіанту тактики спортсмена, найкращого у всіх випадках.

В.М. Платонов (2004) пропонує виділити три показники тактичної майстерності, які проявляються в змагальній діяльності спортсмена: активність, ефективність тактичних дій та рівень взаємодії партнерів.

Активність тактичних дій є важливим показником спортивної майстерності, особливо в боротьбі при проведенні наступальних та захисних дій. Вона проявляється у вмінні спортсмена нав'язувати супернику свою волю, чинити на нього постійний психологічний тиск різнобічністю та ефективністю своїх дій, витримкою, прагненням до перемоги, упевненістю в успіху.

Ефективність тактичної діяльності у боротьбі визначається здатністю спортсмена до просторової та часової антиципації, тобто передбаченню змагальної ситуації до її розгортання. Саме цією здатністю визначається ефективна контратака борця.

Але не всі ці показники відповідають умовам змагальної діяльності кожного окремого виду спорту. Під час деякі з них складно порівнювати та трактувати для певного виду спорту. Ця проблема вимагає від фахівців обирати ті показники, які б найширше відповідали змагальним умовам обраного виду та найширше характеризували змагальну діяльність. Актуальним постає питання не тільки в систематизації показників змагальної діяльності, але в розробці та обґрунтуванні методики їх оцінювання.

Аналіз літературних джерел [1-3, 8, 9] показав, що методи та об'єкти контролю в видах єдиноборств включають оцінку об'єму, різнобічності, активності, ефективності атакуючих та захисних дій. Ці показники визначають рівень техніко-тактичної майстерності спортсмена, але змінюються в широких межах, і тому надійність повторних вимірів зазвичай не буває високою.

Література:

1. Бойченко Н. В. Контроль за станом підготовленості борця / Н. В. Бойченко, Блазей Станкевич, М. С. Дрозд // Проблеми и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях // Сборник статей X международной научной конференции, 7-8 февраля 2014 года. — Белгород — Харьков — Красноярск : ХГАФК, 2014. — С. 14-17.
2. Бойченко Н. В. Шляхи вдосконалення технічної підготовленості спортсменів-єдиноборців / Н. В. Бойченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Збірник наукових праць. – Харків : ХДАДМ (ХХІІІ), 2008. – №2. – С. 19-21.
3. Бойченко Н.В. Техніко-тактичні показники змагальної діяльності єдиноборців. / Н.В. Бойченко, Л.В. Гринь // Педагогіка, психологія та медико - біологічні проблеми фізичного виховання і спорту збірник наукових праць. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2011. - №1. – С. 10- 13.
4. Гарамян А. И. Бокс. Техника и тренировка акцентированных и точных ударов / А. И. Гарамян, О. В. Меньшиков, З. М. Хусейнов. – М. : Физкультура и Спорт, 2007. – 192 с.
5. Гаськов А. В. Структура и содержание тренировочно-соревновательной деятельности в боксе : Монография / А. В. Гаськов, В. А. Кузьмин; Краснояр. гос. ун-т. – Красноярск, 2004. – 113 с.
6. Гожин В. В. Теоретические аспекты техники и тактики спортивной борьбы / В. В. Гожин // Под ред. О. Б. Малкова. – М. : Физкультура и спорт, 2006. – 168 с.
7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
8. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах / [Под редакцией А. Ф. Шарикова и О. Б. Малкова]. – М. : Физкультура и Спорт, 2007. – 224 с.
9. Тропін Ю.М. Техніка та тактика у спортивній боротьбі. / Ю. М. Тропін, Н. В. Бойченко, П. П. Панов // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: Сборник статей IX международной научной конференции, 23-24 апреля 2013 года. – Белгород – Харьков – Красноярск - Москва: БГТУ им. Шухова, 2013. – С. 52-56.

Відомості про авторів:

Бойченко Наталя Валентинівна –

кандидат наук з ФВ та С, доцент, доцент кафедри єдиноборств, МСУ з дзюдо
ORCID.ORG/0000-0003-4821-5900

natalya-meg@ukr.net

Харківська державна академія фізичної культури

Белянінов Роман Ігорович –

студент магістратури

Харківська державна академія фізичної культури

Надійшла до редакції 03.05.2017 р.