
УДК 796.853.23
ББК 75.715.8
К 49

А.А. Клименко

Соискатель кафедры спортивной борьбы Института физической культуры и дзюдо Адыгейского государственного университета, Майкоп; E-mail: Klimenkoa71@mail.ru

**ОСВОЕНИЕ ПРОСТРАНСТВА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ЮНЫМИ ДЗЮДОИСТАМИ ПРИ ПОСТРОЕНИИ
ПРОСТРАНСТВЕННО-СМЫСЛОВОЙ МОДЕЛИ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ДЗЮДО
(результаты формирующего эксперимента)**

(Рецензирована)

Аннотация. Предлагается концепция формирования пространственно-смысловой модели технико-тактической подготовки, методика освоения пространства технико-тактической деятельности дзюдоистов, приводятся доказательства эффективности предлагаемого подхода.

Ключевые слова: дзюдо, пространство деятельности, спортивная подготовка, технико-тактическая подготовка, методика, начальное обучение технике дзюдо.

A.A. Klimenko

Applicant for Candidate's degree of Wrestling Department of Institute of Physical Culture and Judo, Adyge State University, Maikop; E-mail: Klimenkoa71@mail.ru

**ACTIVITY SPACE DEVELOPMENT BY YOUNG JUDOISTS
AT CREATION OF SPATIAL AND SEMANTIC MODEL
OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING IN JUDO
(results of forming experiment)**

Abstract. The paper presents the concept of spatial and semantic model for technical and tactical training, technique of space development of judoists' technical and tactical activity, and proofs of efficiency of the offered approach.

Keywords: judo, activity space, sports training, technical and tactical training, technique, elementary teaching to judo technics.

В основе возникновения и применения понятия «техническая подготовленность дзюдоиста» лежат два обстоятельства, типичные для современного этапа спортивной науки:

— понимание необходимости построения тренировочного процесса на основе знаний о требованиях, предъявляемых к спортсмену спортивной деятельностью («примат соревнования над подготовкой») [1, 2, 3];

— наличие тенденции к интеграции различных подходов к многофакторной и сложной деятельности (подготовка

спортсменов), приводящей к выделению локальных компонентов: техники выполнения отдельных действий дзюдо, отдельных технических комплексов приемов и др.

Эти две позиции занимают противоположные положения в едином процессе и обеспечивают глубокое изучение сложных явлений построения тренировочного процесса.

Техническая подготовленность дзюдоиста представляет собой интегральную характеристику подготовленности спортсмена, включающую

как степень личного владения арсеналом техники дзюдо, так и возможности эффективного применения в условиях единоборства, адаптируя комплексные двигательные действия, стратегию применения и стратегию поведения к уровню подготовленности спортсмена. Она же (подготовленность) определяет, с одной стороны, степень личного владения арсеналом техники дзюдо, с другой — возможности ее эффективного применения в условиях единоборства, адаптируя двигательные действия, стратегию применения и стратегию поведения к уровню подготовленности соперника.

В связи с этим пространство технико-тактической деятельности определяется, как минимум, двумя группами показателей, обеспечивающих информацией:

— об имеющемся уровне технической подготовленности;

— о возможностях их адаптации к конкретным условиям поединка.

При этом было бы желательно знать не только о существующем уровне, но и о потенциале спортсмена по группам указанных показателей. Уровень владения техническими действиями можно определить на основе визуального наблюдения за схватками дзюдоистов и обработки полученных данных с помощью специально разработанных математических методов.

Качество освоения пространства и степень построения пространственно-смысловой модели ТТД в дзюдо могут быть оценены, если будут известны результативность соревновательной деятельности, а также результативность в зависимости от качества сопротивления соперника.

На их основании могут быть рассчитаны показатели, характеризующие не состояние, а потенциал, а именно: качественный показатель результативности и технико-тактический потенциал. Непосредственную готовность завоевания пространства в ходе соревновательной деятельности демонстрируют разнообразие технической подготовленности, объем технических действий, асимметрия технической подготовленности,

коэффициент совмещения и технико-тактический потенциал, на расчет которых и будет обращено основное внимание.

Относительно к дзюдо наиболее адекватная и стройная система расчета изложенных выше показателей разработана Майкопской школой дзюдо во главе с Я.К. Коблевым (Я.К. Коблев, М.Н. Рубанов, К.Д. Чермит) и апробирована в течение многих лет (с 1979 по 2000 годы), что позволяет воспользоваться их результатами [4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11].

В экспериментальной группе работа велась с применением авторской методики начального обучения. В контрольной группе с помощью общепринятых методов обучения проводилось обучение техническим действиям, составляющим основное содержание действующей программы [12].

За время педагогического эксперимента спортсмены экспериментальной и контрольной групп принимали участие в товарищеских встречах на специально организованных днях борьбы, на районных, городских и других соревнованиях, где велась видеосъемка и параллельное стенографирование хода схваток автором работы и специально обученными учениками. Математико-статистическая обработка тактико-технических показателей проводилась из расчета данных, полученных при участии спортсмена не менее, чем в 7 схватках.

Эксперимент проводил автор работы. Во время отсутствия автора привлекались к работе тренеры-преподаватели по дзюдо высшей и первой категории.

Формирующий эксперимент организован и осуществлялся в естественных условиях работы ГБОУ ДОД СДЮСШОР по самбо и дзюдо Краснодарского края г. Армавира в период с сентября 2008 года по ноябрь 2010 года. Тренировочный процесс в эксперименте распределен на восемь этапов, по три месяца каждый. Занятия проводились четыре раза в неделю по 90 минут. В педагогическом эксперименте на первых трех этапах участвовали 97 человек, однако по различным причинам

убыло 35 человек. Таким образом, до завершающего этапа дошли 31 человек в контрольной и 28 человек в экспериментальной группах.

Повышение степени освоения пространства технико-тактической подготовленности являлось целевой установкой. Поэтому данные показатели сопоставлялись в начале и в конце эксперимента. Однако для обеспечения эффективной коррекции методики при появлении необходимости, начиная с третьего (после обучения «азам» страховки, само страховки и техники дзюдо) по восьмой этап, анализировались показатели технико-тактической подготовленности.

В самом начале решения определенной учебной задачи участники эксперимента открывали для себя принцип решения целого класса конкретно-практических двигательных задач (этот принцип состоит во взаимосвязи усилий и движения). Юные дзюдоисты овладевали знаниями об общих биомеханических основах движений, изучали совершенствование техники конкретного вида движений с помощью их моделирования в графической форме (использование графиков-схем движений рук и ног) и освоения непосредственного движения и способов контроля движений в соревновательных и тренировочных условиях. На этой основе после обучения базовому набору приемов у детей появляется возможность визуального контроля хода соревновательной схватки, всего соревнования и их объективной оценки, что дополнительно стимулирует и обеспечивает рефлексию технико-тактической подготовленности. Параллельно участники эксперимента контролируют правильность выполнения друг другом движений, сравнивая их и давая оценку выполняемым движениям, указывают на ошибки, самостоятельно исправляют свои ошибки в движениях. Общая стратегия изучения двигательных действий (приемов) состояла в формировании умения переходить от ориентации на получение правильного результата при решении конкретной задачи к ориентации на правильность применения

усвоенного общего способа действий. Ученик обобщает приобретенные двигательные умения и пробует перенести их на другие виды двигательных действий. Именно это умение является одним из важнейших компонентов расширения пространства деятельности юных дзюдоистов в процессе технико-тактической подготовки.

С учётом доминантной идеи теории деятельности особое внимание обращалось на формирование учебно-познавательных мотивов изучения техники и осуществление технико-тактической деятельности как в условиях тренировочных занятий, так и результативную ее реализацию в условиях соревновательной деятельности.

Современная методика обучения дзюдоистов предлагает формировать уровень технико-тактической подготовленности путем изучения новых для занимающегося технических действий и через нее — повышение потенциальных возможностей достижения спортивных результатов.

Однако при этом следует отметить, что:

— существующая база познания и овладения общими закономерностями не пополняется, и поэтому сам процесс познания технико-тактических действий превращается в процесс механического овладения навыками;

— появляется дискретность в познании общих закономерностей построения системы движений и в их реализации в пространстве, так как средства познания пространства только изучаются.

Устранению дискретности и обеспечению усиления фундаментального понимания структуры и закономерностей построения движений в пространстве могут способствовать подвижные игры, которые представляют собой элементарные единоборства. Появляется дополнительная задача технико-тактической подготовки юных дзюдоистов, связанная с познанием общих закономерностей противодействия при появлении двигательного конфликта в условиях ограниченного пространства. Одновременно появляется средство реа-

лизации этой задачи и средство дополнительного развития непосредственно процесса познания и общих закономерностей построения системы движений, а также опосредованного развития технико-тактических действий и овладения пространством деятельности. Этими обстоятельствами поддерживается идея применения в ходе эксперимента подвижных игр с элементами единоборств.

Активизация эвристической сферы является существенной и значимой задачей тренировочных занятий в контексте обеспечения высокой результативности действий. Зачастую недостаточно придерживаться тактических планов, принятых перед схваткой (игрой). Чаще всего быстрая динамика событий в схватке и предпринимаемые действия, которые в конкретных условиях тяжело предвидеть и невозможно повторить в пространственно-временном смысле, даже с тем же самым противником, требуют творческих и нестандартных решений. Поэтому применяются игры-задания, в содержание которых входят специфические элементы дзюдо, а также формируются необходимые для дзюдо физические качества и двигательные навыки. Этот набор игр производится в условиях захвата одним или двумя спортсменами при обусловленных или свободных захватах.

В состав средств расширения пространства технико-тактической деятельности входят технические действия (ката, приемы, элементарные комбинации, специальные подготовительные двигательные действия, приемы защиты и др.), обеспечивающие реализацию тактических приемов и операций как способа реализации средств дзюдо, и подвижные игры. Состав технических действий может быть использован тот, который рекомендован в программе групп начальной подготовки. Содержание технико-тактической подготовки в нашем случае включало в себя:

— специальные подготовительные упражнения (передвижения, захваты и освобождение от них, приемы страховки, приемы выведения из равновесия и

др.);

— броски (боковая подсечка, передняя подсечка в колено, передняя подсечка, бросок через бедро скручиванием, отхват, бросок через бедро, зацеп изнутри, бросок через спину);

— приемы борьбы лежа (удержание сбоку, удержание сбоку с исключением руки, удержание поперек, удержание со стороны головы захватом пояса, удержание верхом).

Включение в содержание обучения теоретических аспектов тактики и способов визуального контроля технико-тактической подготовленности, что уже вполне доступно юным дзюдоистам на первом году обучения, призвано облегчить процесс рефлексии своего уровня подготовленности. В этой связи в состав изучаемого материала были включены формирование знаний, умений и навыков сбора и анализа информации о своих противниках, методы просмотра и стенографирования схваток.

На всем протяжении педагогического эксперимента использовались краткие беседы, рассказы и т.д., проводимые на практическом урочном занятии, и специально проводимые теоретические урочные занятия по вопросам, связанным с технико-тактической деятельностью ведущих спортсменов, характеристика особенностей реализации этого компонента спортивного мастерства в различных школах. Для самостоятельной подготовки рекомендовалось чтение специально подобранной литературы и работа со специальными Интернет-ресурсами. Обеспечивалась такая идентификация и переменность задач, которые вынуждали к необходимости использования широкого диапазона основных средств борьбы (падения, обманные движения, отскоки, разные способы ограничения движений и освобождения от контроля, выведения из равновесия и т.д.) и тем самым приводили к расширению пространства технико-тактической деятельности.

Изложенная ранее информация и знания позволяют определить состав средств и основные подходы к формированию возможностей овладения пространством технико-тактической

деятельности при экспериментальном построении процесса обучения юных дзюдоистов (рис. 1). Выявлено, что направление подготовки юных дзюдоистов на овладение пространством технико-тактической деятельности не оказывает негативного влияния на физическое состояние и уровень физической подготовленности. Это обстоятельство позволяет перейти к оценке технико-тактической подготовленности и качеству овладения пространством технико-тактической деятельности.

В ходе анализа полученных данных выявлены следующие научные факты.

1. Направленное формирование владения пространством технико-тактической деятельности на начальном этапе приводит к сдерживанию развития количественных показателей, определяющих ход соревновательной схватки и степень освоения пространства ТТА. В результате кумуляции воздействия участники экспериментальной группы нарачивают возможности (5 этап, 15 месяцев) и преодолевают разрыв (с 6 месяцев, после 18 месяцев), а затем устойчиво сохраняют достигнутое преимущество.

Перелом между показателями групп проявляется к шестому этапу по величине коэффициента совмещения, по качественному показателю эффективности и по технико-тактическому потенциалу. При этом достигнутое к шестому этапу преимущество в указанных показателях не утрачивается.

Показатель результативности в экспериментальной группе остается более низким до 7 этапа (21 месяц) и только на 7 этапе начинает демонстрировать более устойчивые результаты.

2. На заключительном этапе эксперимента по всем количественным показателям, характеризующим ход соревновательной схватки и позволяющим оценить степень освоения пространства технико-тактической деятельности [*активность (А), количество оцененных действий (F), количественный показатель эффективности (К)*], ($P < 0.001$), по показателям качества освоения и потенциала освоения пространства технико-тактической деятельности

[*результативность (R) и тактико-технический потенциал (ТТП) — $P < 0.001$; качественный показатель эффективности (P) — $P < 0.01$*]], по количественным показателям, устанавливающим ход соревновательной схватки и разрешающим оценить степень освоения пространства технико-тактической деятельности (по выполняемому объему технических действий ($P < 0.001$), по длительности удержания захвата в ходе поединка, количеству свободных выходов за пределы рабочей зоны татами), дзюдоисты экспериментальной группы также имеют достоверно лучшие результаты, чем участники контрольной группы и чем спортсмены юношеских разрядов. Эффективность методики подтверждается достоверным снижением у участников экспериментальной группы ($P < 0.001$) среднего показателя до $4,8 \pm 1,7$, приближаясь к уровню занятия призовых мест среди сверстников.

3. Выявленное совпадение уровня физической подготовленности и функционального состояния участников экспериментальной и контрольной групп доказывает отсутствие сдерживающего влияния предложенной методики на уровень физической подготовленности.

4. Воздействие на освоение технико-тактической деятельности в дзюдо на начальном этапе обучения следует дифференцировать в зависимости от целевых установок:

— при необходимости получения срочного эффекта соревновательной деятельности и достижения результатов на соревнованиях следует изучать технику борьбы и доводить ее до уровня навыка, выполняемого на соревнованиях;

— при необходимости направленного формирования технико-тактического потенциала, позволяющего достигнуть высокого спортивного результата в период физического расцвета, следует осваивать пространство технико-тактической деятельности не только в рамках изучения техники дзюдо.

Приведенные эмпирические данные свидетельствуют о следующем. Расширение пространства технико-тактической деятельности юных дзюдоистов

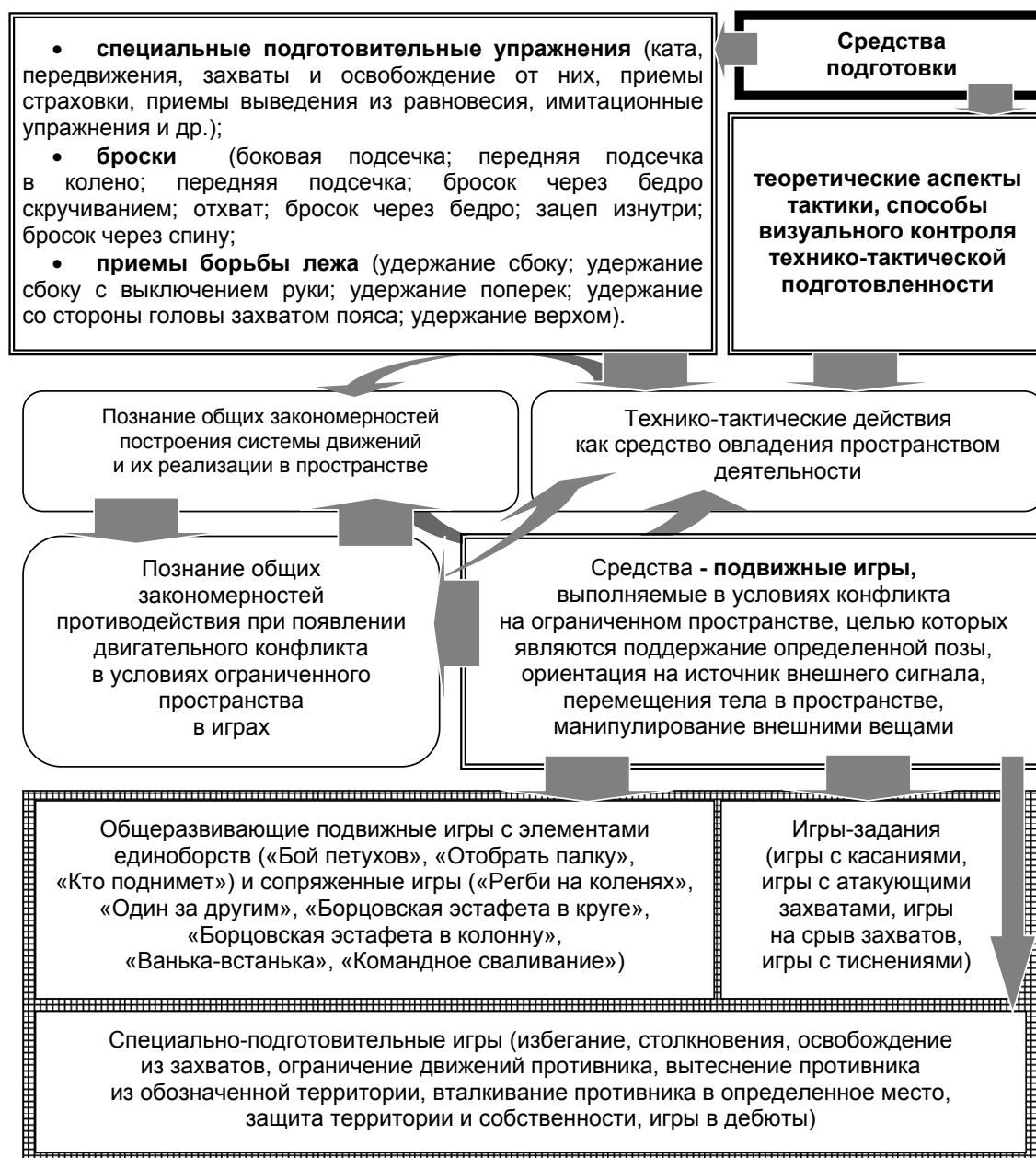


Рисунок 1. Принципиальная схема овладения пространством технико-тактической деятельности при экспериментальном построении процесса обучения юных дзюдоистов

(совокупность технологических и межличностных процессов, действий, актов взаимодействия субъектов тренировочной деятельности, создающих новые условия технико-тактической деятельности и порождающих специфические феномены взаимной адаптации субъектов совместной деятельности для достижения спортивного результата) может быть успешным при применении методики подготовки, основанной на теории деятельности и предполагающей:

— процесс построения на основе творческого развития личности в целом, более высокий уровень обучения и самостоятельное овладение основными элементами техники движений;

— изучение юными дзюдоистами обобщенных способов ориентации в технико-тактической деятельности;

— обучение юных дзюдоистов возможностям постановки и решения задач по овладению движениями, по их

комплектации в технико-тактическом действии;

— овладение юными дзюдоистами составом средств технико-тактической деятельности;

— формирование возможностей объективной рефлексии собственной технико-тактической подготовленности и соотношения уровня подготовленности спортсмена и уровня соперника (сильных и слабых сторон);

— исследование технических действий в процессе взаимодействия, а также тактики с учетом ее компонентного состава: сами средства ведения единоборства и тактические приемы и операции как способы реализации средств.

При этом процесс расширения пространства технико-тактической деятельности юных дзюдоистов на основе теории деятельности включает существующие подходы как составную часть и в этом смысле не входит в противоречие с доминирующей современной точкой зрения. Но вместе с тем такой подход позволяет обеспечить повышение качества и потенциала освоения технико-тактической деятельности, увеличение результативности, качественного показателя эффективности и технико-тактического потенциала и достигнуть высокой степени освоения пространства технико-тактической деятельности.

Примечания:

1. Пилоян Р.А. Экспериментальное исследование тактики проведения технических действий в спортивной борьбе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1971. 28 с.

2. Вержбицкий И.В. Реализация принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Майкоп, 2012. 24 с.

3. Вержбицкий И.В. Моделирование соревновательной деятельности как компонента учебно-тренировочного процесса дзюдоистов на начальном этапе подготовки // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп: Изд-во АГУ. 2010. Вып. 2. С.157-161.

4. Коблев Я.К., Письменский И.А., Чермит К.Д. Подготовка дзюдоистов. Майкоп: Адыг. отд. Краснодар. кн. изд-ва, 1990. 418 с.

5. Коблев Я.К., Чермит К.Д., Письменский И.А. Базовая техника дзюдо в стойке. Майкоп: Адыгея, 1995. 218 с.

6. Коблев Я.К., Чермит К.Д., Рубанов М.Н. Методика преодоления асимметрии технической подготовленности дзюдоистов // Спортивная борьба. М.: ФиС, 1983. С. 22-24.

7. Коблев Я.К., Рубанов М.Н., Чермит К.Д. Определение результативности дзюдоиста // Спортивная борьба. М.: ФиС, 1982. С. 68-69.

8. Коблев Я.К., Рубанов М.Н., Чермит К.Д. Техничко-тактический потенциал дзюдоистов // Спортивная борьба: ежегодник. М., 1979. С. 27-29.

9. Рубанов М.Н. Тактико-техническая характеристика соревновательной деятельности дзюдоистов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1981. 22 с.

10. Чермит К.Д. Двигательная асимметрия в борьбе дзюдо (педагогические аспекты): автореф. дис. ... канд. пед. наук. М.: ГУОЛИФК, 1984. 24 с.

11. Чермит К.Д., Рубанов М.Н., Коблев Я.К. Исследование взаимосвязи двигательной асимметрии с качественными количественными показателями тактико-технической подготовленности дзюдоистов высокого класса // Тезисы докладов VIII научной конференции Краснодарского ГИФК. Краснодар, 1979. С. 134-134.

12. Дзюдо: учеб. программа для учреждений дополнительного образования / авт.-сост. И.Д. Свищев [и др.]. М.: Сов. спорт, 2003. 112 с.

References:

1. Piloyan R.A. The experimental study of tactics of technical actions in wrestling: Diss. abstract for the Candidate of Pedagogy degree. M., 1971. 28 pp.

2. Verzhbitsky I.V. Realization of the principle of primacy of competitions at the initial stage of judoists' training: Diss. abstract for the Candidate of Pedagogy degree. Maikop, 2012. 24 pp.

3. Verzhbitsky I.V. Modelling of competitive activity as a component of educational and training process of judoists at the initial stage of training // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogy and Psychology». Maikop: The AGU publishing house. 2010. Issue 2. P. 157-161.

4. Koblev Ya.K., Pismensky I.A., Chermit K.D. Judoists' training. Maikop: the Adyghe dep. of the Krasnodar publishing house, 1990. 418 pp.

-
5. Koblev Ya.K., Chermit K.D., Pismensky I.A. Basic judo technique in a standing position. Maikop: Adygeya, 1995. 218 pp.
 6. Koblev Ya.K., Chermit K.D., Rubanov M.N. Technique of overcoming the asymmetry of technical qualification of judoists // Wrestling. M.: FiS, 1983. P. 22-24.
 7. Koblev Ya.K., Rubanov M.N., Chermit K.D. Judoist's effectiveness testing // Wrestling. M.: FiS, 1982. P. 68-69.
 8. Koblev Ya.K., Rubanov M.N., Chermit K.D. Technical and tactical potential of judoists // Wrestling: an annual. M., 1979. P. 27-29.
 9. Rubanov M.N. Tactical and technical characteristics of competitive activity of judoists: Diss. abstract for the Candidate of Pedagogy degree. M., 1981. 22 pp.
 10. Chermit K.D. Motion asymmetry in judo (pedagogical aspects): Diss. abstract for the Candidate of Pedagogy degree. M.: GUOLIFK, 1984. 24 pp.
 11. Chermit K.D., Rubanov M.N., Koblev Ya.K. The study of interrelation of motion asymmetry and quality and quantitative indicators of tactical and technical qualification of high-class judoists // Theses of reports of the VIII scientific conference of the Krasnodar GIFK. Krasnodar, 1979. P. 134-134.
 12. Judo: a curriculum for institutions of additional education / comp. by I.D. Svishech [etc.]. M.: Sov. sports, 2003. 112 pp.