

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

EDUCATIONAL SPACE OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS

УДК 796.853.23

ББК 75.715.8

Ч 48

К.Д. Чермит

Доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой общей педагогики Адыгейского государственного университета; E-mail: chermit@adygnet.ru

И.В. Вержбицкий

Кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой спортивной борьбы Института физической культуры и дзюдо Адыгейского государственного университета; E-mail: iwwl@mail.ru

Е.Г. Вержбицкая

Кандидат педагогических наук, заместитель директора по научной работе Института физической культуры и дзюдо Адыгейского государственного университета; E-mail: egv1809@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРИМЕНЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЯ КАК МЕТОДА И ФОРМЫ ПОДГОТОВКИ ДЗЮДОИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ

(Рецензирована)

Аннотация. В статье представлена модель реализации организационно-методических условий обеспечения принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов, позволяющего использовать соревнование как метод и форму подготовки. Построение учебно-тренировочного процесса начинающих дзюдоистов на основе представленной модели позволяет достичь повышения его эффективности за счет включения действий тренера-преподавателя, ориентированных на формирование у спортсмена основ технико-тактического соревновательного опыта, на поддержку устойчивой мотивации к занятиям на основе достижения позитивного соревновательного результата.

Ключевые слова: дзюдо, дзюдоисты, начальный этап подготовки, принцип первичности соревнований, учебно-тренировочный процесс, организационно-методические условия.

K.D. Chermit

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of General Pedagogics Department, Adyge State University; E-mail: chermit@adygnet.ru

I.V. Verzhbitsky

Candidate of Pedagogical Sciences, Head of Wrestling Department of Institute of Physical Training and Judo, Adyghe State University; E-mail: iwwl@mail.ru

E.G. Verzhbitskaya

Candidate of Pedagogical Sciences, Deputy Director for Scientific Work of Institute of Physical Training and Judo, Adyghe State University; E-mail: egv1809@mail.ru

ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL CONDITIONS OF APPLICATION OF COMPETITION AS A METHOD AND A FORM OF JUDOIST TRAINING AT THE INITIAL STAGE OF EDUCATION

Abstract. This paper presents the model of implementation of organizational and methodical conditions to ensure the principle of primacy of competitions at the initial stage of judoist training, which allows the competition to be used as a method and a form of training. Creation of educational and training process of beginner judoists on the basis of the presented model increases its efficiency due to the trainer-teacher actions focused on formation of bases of technical and tactical competitive experience at the athlete, as well as on support of steady motivation to training on the basis of achievement of positive competitive result.

Keywords: judo, judoists, initial stage of training, principle of primacy of competitions, educational and training process, organizational and methodical conditions.

Соревнования – это органическая часть собственно процесса тренировки, призванная приучать к состязательности в спорте, контролировать ход и оценивать результативность тренировочного процесса, а также решать иные организационно-педагогические задачи (Л.П. Матвеев, 1991, 1999; Н.Г. Озолин, 1985, 2003; В.Н. Платонов, 1980; В.П. Филин, 1987; и др.).

Участие в соревнованиях любой направленности оказывает многостороннее воздействие на физические и психические качества спортсмена, дает новые знания и опыт. Одним из важных результатов соревновательной деятельности является изменение мотивационной сферы активных занятий спортом как опытных, так и начинающих спортсменов [1].

Однако соревновательная деятельность не только определяет воздействие на стороны подготовки и необходимые физические качества спортсменов. Соревнования как

часть тренировочного процесса несут в себе методологическую функцию. На это обстоятельство, по данным Р.А. Пилюяна (1995), первым обратил внимание В.А. Демин, который выдвинул методологический принцип первичности соревнований [2]. В работах многих авторов (Р.А. Пилюяна, Л.П. Матвеева, А.А. Новикова, А.В. Еганова и др.) был доказан его статус методологического принципа, и в этой связи обоснована необходимость учета его при установлении и констатации основных требований и условий тренировочного процесса, при познании структуры и содержания системы спортивной тренировки через раскрытие закономерностей собственно соревновательного и спортивно-противоборства. В ряде работ (Р.А. Пилюян, А.В. Еганов и др.) данный принцип был определен как принцип «примата» соревнований над тренировками.

Вместе с тем другой принцип спортивной тренировки – принцип единства общей и специальной

подготовки – требует доминирования общей подготовки на первых этапах многолетней спортивной подготовки и преимущественного развития физических кондиций (В.Г. Никитушкин, Л.П. Матвеев, Б.А. Ашмарин, Ю.Ф. Курамшин и др.). Это обстоятельство не позволяет в полной мере использовать потенциал спортивных упражнений для развития спортсменов, с одной стороны, и обеспечивать сохранение контингента спортсменов, достижение их высокой мотивированности для занятий избранным видом спорта, с другой.

Практика подготовки юных дзюдоистов слабо учитывает мнение ведущего отечественного теоретика в области спортивной борьбы Г.С. Туманяна о месте спортивных соревнований в системе подготовки, который отмечал, что соревновательная деятельность первична и представляет конкретные требования к борцам, определяя направленность тренировочной и внутренировочной деятельности [3].

Таким образом, в теории и практике спортивной борьбы (и дзюдо, в частности) сложилось научное противоречие, требующее своего разрешения, между потребностью в реализации принципа первичности соревнований как одного из условий методологически верного построения системы тренировок и невозможностью ее реализации в связи с недостаточной разработанностью организационно-методических основ применения соревнований как средства подготовки борцов на начальном этапе многолетней спортивной подготовки.

Объектом исследования выступает соревнование как метод и средство спортивной тренировки на начальном этапе подготовки спортсменов-дзюдоистов. Предмет исследования – процесс применения соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов. Из цели исследования – теоретически обосновать и экспериментально апробиро-

вать организационно-методические условия применения соревнований для реализации принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов – вытекает ряд задач, одна из которых – обосновать организационно-методические условия реализации принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов.

Принцип первичности соревнований рассматривается нами в этом случае как (по определению К.Д. Чермита и др., 2014) «дидактический принцип, лежащий в основе определения содержания, средств и методов образования, формирования образовательных программ и выбора технологий воздействия», представленный в иерархии принципов физического воспитания и спортивной тренировки [4: 152].

Анализ литературных источников, обобщение многолетнего практического опыта реализации учебно-воспитательного процесса подготовки дзюдоистов позволяет утверждать, что разновидности спортивной борьбы, в том числе и дзюдо, как ее составляющая, относятся к видам спорта, связанным с проявлением конфликтного начала: то есть представляют деятельность, при которой два индивидуума стремятся к достижению одной цели, а объективно заданные условия позволяют реализовать ее только одному. Исключение конфликтного начала из системы тренировок или снижение его значимости за счет выключения соревновательных упражнений из состава тренировочных средств и форм организации не позволяет поддерживать мотивацию занятий борьбой детей, которые пришли в спорт для реализации своих потребностей состязаться – и состязаться именно в условиях конфликта.

Уровень технической подготовленности и ее компоненты, такие как объем техники, качество реализации технических действий, воз-

возможности объединения сложных и разнонаправленных технических действий и т.п., интенсивно формируются на начальном этапе подготовки спортсменов. Обучение технике дзюдо в условиях отсутствия сопротивления соперника или отсутствия ненормированного сопротивления приводит к искажению сути техники и двигательного содержания формируемых двигательных умений и навыков, тем самым снижая потенциальные возможности спортсмена и его возможности в достижении высоких спортивных результатов.

Внешними факторами, дополнительно актуализирующими потребность принципа первичности соревнований в дзюдо, являются:

- необходимость реализации конфликтного начала при определении содержания, структуры, средств подготовки и организации учебно-тренировочного процесса в дзюдо на всех этапах многолетнего цикла;

- необходимость учета подготовленности соперника как условия расчета физического, технико-тактического и психологического компонентов тренировочных нагрузок при обеспечении дифференцированного подхода;

- необходимость адаптации структуры движений, временно-пространственных характеристик специальных средств ведения борьбы к условиям сопротивления соперника, поскольку искажение техники при обучении двигательным действиям без ненормированного сопротивления соперника на начальном этапе обучения может привести к снижению потенциальных возможностей обеспечения высокого уровня технической подготовленности в будущем.

Величина нагрузки, ее направленность и содержание в условиях спортивной борьбы должны основываться не только на учете возрастных, индивидуальных и квалификационных особенностей самого

спортсмена, но и на учете значимости всех компонентов подготовленности соперников. Исключение данного фактора из числа системообразующих компонентов изменяет и извращает суть спортивной тренировки.

Обоснование организационно-методических условий реализации принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов нами рассматривалось при организации учебных соревнований, влияющих на повышение собственной соревновательной подготовленности спортсменов, включающей мотивационный и технико-тактический факторы.

На начальном этапе многолетней подготовки дзюдоистов ведущими функциями соревнований являются тренирующая функция и функция формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям спортом. Основной целью соревнований в данном случае является достижение заданных образовательных и воспитательных учебно-тренировочных результатов, формирование основ соревновательного опыта начинающего спортсмена, что определяет соревновательную деятельность в качестве неотъемлемого компонента учебно-тренировочного процесса.

В этом случае организационно-методические условия применения соревнований и реализации принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов могут быть условно распределены на группы: группа общих условий, группа специальных условий для случая применения соревновательного метода в процессе тренировочной деятельности и для случая организации соревнований как отдельной формы работы.

К группе общих содержательно-методических условий следует отнести:

- обеспечение подготовки дзюдоистов в рамках гуманно ориентированной педагогики;

– наличие у тренера высокого уровня профессиональной компетентности, сформированных представлений о роли спортивных состязаний на этапах многолетней подготовки, способов формирования у занимающихся устойчивого мотива, навыков творческой и педагогической импровизации, конструктивных способностей, способностей к творческому поиску;

– обеспечение индивидуально-подхода и учет возрастных особенностей спортивного развития, формирование мотива участия в спортивных состязаниях как в условиях применения соревнования в виде формы организации спортивной деятельности, так и в процессе учебно-тренировочных занятий;

– коррекцию содержания процесса подготовки спортсмена в зависимости от качества реализации на соревнованиях компонентов технико-тактической подготовленности, что выдвигает в качестве основного условия реализации принципа первичности соревнований обеспечение комплексного мониторинга состояния дзюдоистов и эффективности применяемых средств;

– использование на начальном этапе подготовки щадящих методик тренировочной, предсоревновательной и соревновательной подготовки дзюдоистов, минимизирующих риски получения травм (физических и психологических) при применении соревновательных средств в процессе тренировочных занятий и на соревнованиях.

К группе условий для случая организации соревнований как отдельной формы работы мы отнесли следующее.

В соответствии с подходом к классификации соревнований по реализуемой цели следует на данном этапе подготовки дзюдоистов применять подготовительные, контрольные, а на втором году обучения и основные соревнования. Перед каждым участником соревнования следует ставить задачи,

связанные с трансформацией спортивных навыков и умений в спортивный результат, а также связанные с конкретными построением тактического варианта поведения на татами, проведением технических действий в атаке, защите и контратаке. Состав участников соревнований дзюдоистов на начальном этапе подготовки должен быть однородным по уровню тактико-технической подготовленности и по стажу занятий. Регулировать физическую и психологическую напряженность фрагментов соревнований в зависимости от подготовленности участников следует путем изменения длительности соревновательного поединка, ее распределения на периоды и регулирования пауз между периодами, фрагментами схватки и схватками. Время между поединками у участников соревнований должно быть заполнено задачами, связанными с анализом собственных схваток и схваток партнеров по весовой категории. В этой связи важным условием является обучение (соответствующее их возрасту) занимающихся спортсменов методике ведения дневника, стенографирования хода и содержания поединка, математической обработке полученного эмпирического материала. Существующая потребность в увеличении времени, отводимого на соревнования, приводит к необходимости такой организации соревнований, при которых увеличивается количество проводимых схваток.

Управленческие решения по совершенствованию мастерства спортсменов, содержание, направленность и структура тренировочного процесса определяются на основании анализа системы соревнований как важнейшего компонента и универсального механизма подготовки спортсменов. Потребность в формировании соревновательного опыта и реализации потребности в самостоятельной деятельности обуславливает необходимость включения

соревнования, соревновательных средств и соревновательного метода в учебно-тренировочный процесс.

Это положение определяет первое, исходное условие по этой группе:

– соревновательная деятельность должна выступать компонентом учебно-тренировочных занятий;
– содержание соревнований, проводимых в процессе тренировоч-

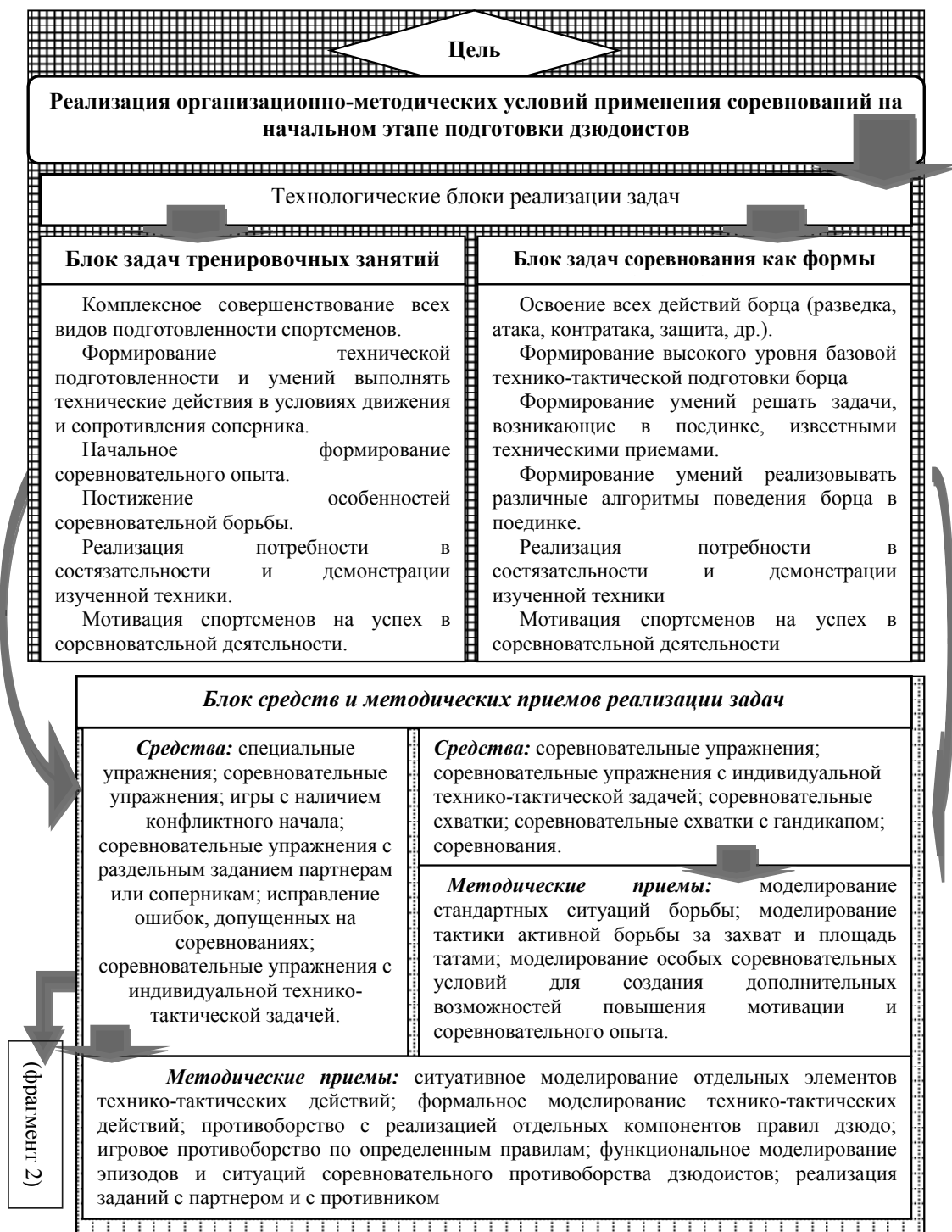


Рис. 1 (фрагмент 1). Модель реализации организационно-методических условий обеспечения принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов

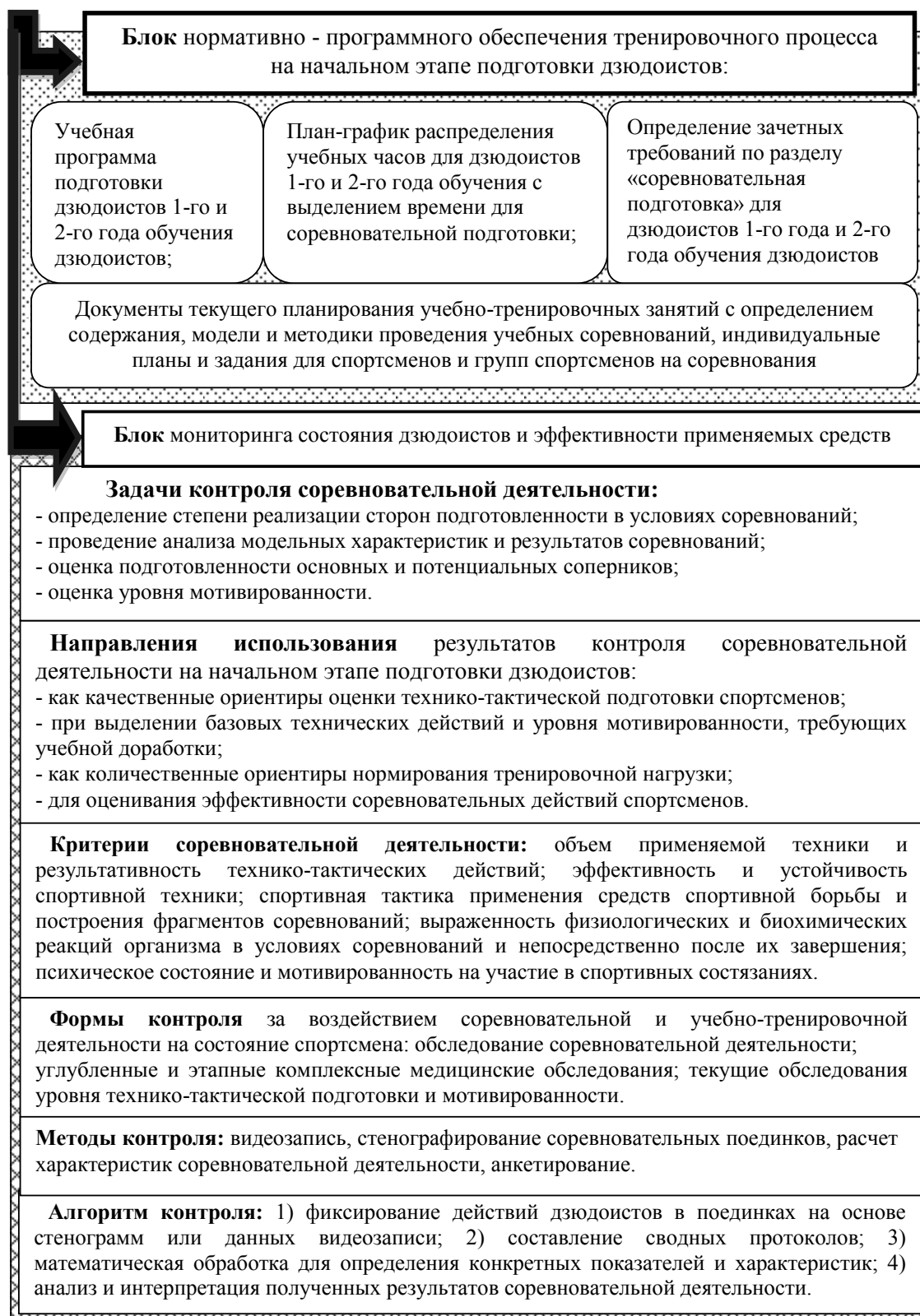


Рис. 1 (фрагмент 2). Модель реализации организационно-методических условий обеспечения принципа первичности соревнований на начальном этапе подготовки дзюдоистов

вочных занятий, должно быть направлено на комплексное противодействие сопернику, а также на раздельное совершенствование компонентов спортивной деятельности, таких как атакующие, защитные, контратакующие действия, ответы на атаки соперника, преодоление защиты соперника, предвидение направления и содержания нападения противника;

- содержанием занятий в этом случае выступают специальные упражнения; соревновательные упражнения; игры с наличием конфликтного начала; соревновательные упражнения с раздельным заданием партнерам или соперникам; исправление ошибок, допущенных на соревнованиях; соревновательные упражнения с индивидуальной технико-тактической задачей и т.д.;

- основой моделирования тренировочных заданий соревновательного характера должны служить классификация элементов техники и тактики спортивной борьбы, а также результаты анализа соревновательной деятельности сильнейших борцов. Предметом анализа в соответствии с этим условием должны стать эффективные технико-тактические действия, составляющие арсенал ведущих дзюдоистов России и мира; тактика ведения поединка; особенности современной практики судейства на ответственных международных соревнованиях по дзюдо;

- в содержание учебно-тренировочных занятий должны быть включены модели проведения учебных соревнований, влияющие на повышение собственной соревновательной подготовленности начинающих дзюдоистов, обеспечивающие сочетание сохранения достоверности выявления сильнейших спортсменов с акцентированием на преобладании ситуации успешности для большинства участников обучающих соревнований.

На рисунке 1 (фрагменты 1 и 2) представлена разработанная нами

модель реализации организационно-методических условий применения соревнования как метода и формы подготовки юных дзюдоистов на начальном этапе многолетнего цикла спортивной тренировки, которая имеет блочную структуру. Основными структурными компонентами модели являются:

- блок целеполагания, определяющий цель;

- блок задач тренировочных занятий (комплексное совершенствование всех видов подготовленности спортсменов; формирование технической подготовленности и умений выполнять технические действия в условиях движения и сопротивления соперника; начальное формирование соревновательного опыта; постижение особенностей соревновательной борьбы; реализация потребности в состязательности и демонстрации изученной техники; мотивация спортсменов на успех в соревновательной деятельности);

- блок задач соревнования как формы (освоение всех действий борца; формирование высокого уровня базовой технико-тактической подготовки борца; формирование умений решать задачи, возникающие в поединке, известными техническими приемами; формирование умений реализовывать различные алгоритмы поведения борца в поединке);

- блок средств тренировочных занятий (специальные упражнения; соревновательные упражнения; игры с наличием конфликтного начала; соревновательные упражнения с раздельным заданием партнерам или соперникам; исправление ошибок, допущенных на соревнованиях; соревновательные упражнения с индивидуальной технико-тактической задачей) и спортивных соревнований, применяемых в качестве самостоятельной формы (соревновательные упражнения; соревновательные упражнения с индивидуальной технико-тактической задачей; соревновательные схватки; соревновательные схватки с ганди-

капом; соревнования) и методических приемов реализации задач;

– блок нормативно-программного обеспечения тренировочного процесса на начальном этапе подготовки дзюдоистов, включающий учебные программы подготовки дзюдоистов 1-го и 2-го года обучения, планы-графики распределения учебных часов для дзюдоистов 1-го и 2-го года обучения с выделением времени для соревновательной подготовки; зачетные требования по разделу «Соревновательная подготовка» и документы текущего планирования учебно-тренировочных занятий;

– блок мониторинга состояния дзюдоистов и эффективности применяемых средств, где определяются задачи контроля соревновательной деятельности, критерии соревновательной деятельности и направления использования результатов контроля соревновательной деятельности, формы, методы и алгоритм контроля.

Таким образом, одним из направлений повышения эффективности учебно-тренировочного процесса дзюдоистов на начальном этапе подготовки являются действия тренера-преподавателя, ориентированные на формирование у спортсмена основ технико-тактического соревновательного опыта, на поддержку устойчивой мотивации к занятиям на основе достижения позитивного соревновательного результата. К таким действиям на начальном этапе подготовки дзюдоистов, по нашему мнению, следует отнести применение в учебно-тренировочном процессе соревнования как метода и формы. Проведенный опрос экспертов (24 тренера высоких категорий, со стажем работы не менее 10 лет) подтвердил предположение о возможности эффективного применения предложенной модели, ее системную организованность и практическую целесообразность.

Примечания:

1. 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 (60). С. 157–161.

2. Пилоян Р.А. Демин В.А. – ученый и человек. Малаховка, 1995. 69 с.

3. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: в 4 кн. М.: Сов. спорт, 2000.

4. Дидактические закономерности и принципы построения физического воспитания и спортивной подготовки детей и молодежи / К.Д. Чермит, С.Н. Бегидова, А.Б. Бгуашев [и др.] // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология. Майкоп: Изд-во АГУ, 2014. Вып. 4 (146). С. 146–154.

References:

1. Verzhbitsky I.V. Modeling of competitive activity as a component of educational-training process of judoists at the initial stage of training // Bulletin of the Adyghe State University. Ser. Pedagogy and Psychology. Maikop: ASU publishing house, 2010. Iss. 2 (60). P. 157–161.

2. Piloyan R.A. Dyomin V.A. as a scientist and a person. Malakhovka, 1995. 69 pp.

3. Tumanyan G.S. Wrestling: theory, technique, organization of training: in 4 books of M.: Sov. sports, 2000.

4. Didactic regularities and principles of organization of physical training and sports training of children and youth / K.D. Chermit, S.N. Begidova, A.B. Bguashev [etc.] // Bulletin of the Adyghe State University. Ser. 3, Pedagogy and Psychology. Maikop: ASU publishing house, 2014. Iss. 4 (146). P. 146–154.