

ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ

К.С. Лавриченко*

**ФОРМИРОВАНИЕ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА СТУДЕНТОВ
СПОРТИВНОГО ВУЗА В ПАРТЕРНОЙ БОРЬБЕ**

Подготовка высококвалифицированных кадров в области физической культуры нуждается в дальнейшем совершенствовании методов обучения и повышения научного уровня преподавания.

Общедидактический подход к методике обучения требует четкости в постановке задач, разработке средств и методов для решения этих задач, определение закономерностей этого процесса и своеобразия реализации принципов обучения.

Многие специалисты [2, 3 и др.] сегодня убеждены, что один из важнейших путей повышения эффективности обучения спортивной технике вольной борьбы - обеспечение более высокого качества педагогического управления. Это, в свою очередь, вызывает необходимость углубленного знания методики технической подготовки спортсменов, умения правильно обучать тактике и технике борьбы.

В спортивных видах борьбы существенным недостатком в технико-тактической подготовке борцов является то, что их обучают, во-первых, приемам борьбы, а не ведению борьбы с соперником [3]. Во-вторых, существует неправильная организация последовательности изучения техники борьбы, где нарушаются дидактические принципы обучения. То есть на начальном этапе обучения (согласно действующей программе) предусматривается одновременное изучение приема, защиты от него и контрприема. Освоив прием, борец должен затем овладеть защитой, контрприемом от этого приема, что не позволяет сформировать прочные двигательные навыки [1]. Важна и рациональная последовательность изучаемого материала, когда его изучение происходит по нарастающей трудности и координационной сложности [4].

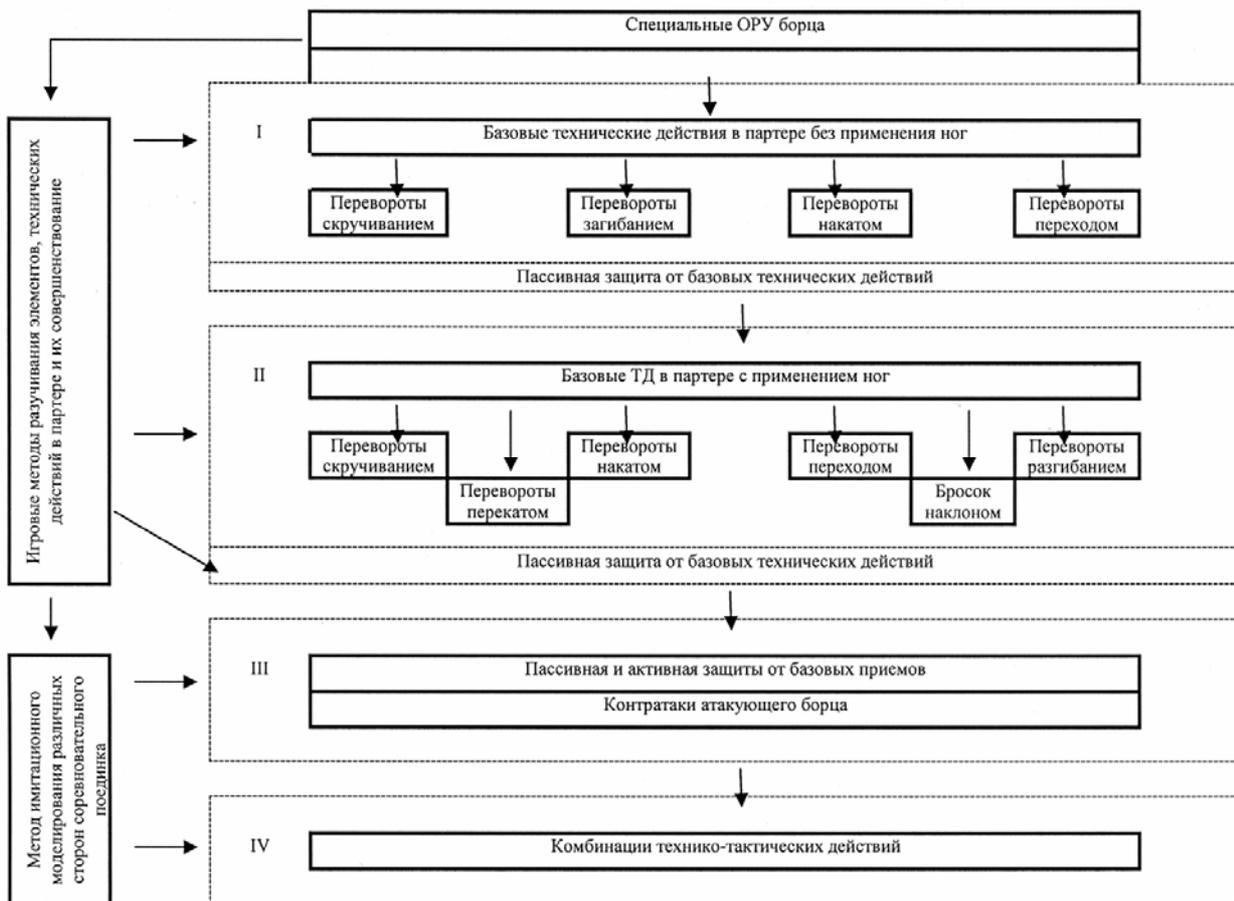
На наш взгляд, главное на начальном периоде подготовки - формирование двигательного фундамента для дальнейшей специализации, соблюдение оптимальных пропорций объема технико-тактических действий, наличие методики обучения, учитывающей особенности учащихся. Однако вопросы методики обучения на начальных этапах мало исследованы. Результаты анализа школьной программы обучения спортивной борьбе, программ педагогических институтов физической культуры, ДЮСШ, опроса ведущих тренеров и спортсменов, стенографирования соревновательной деятельности борцов вольного стиля и литературных источников позволили (после статистической обработки материала) составить программу по формированию спортивного мастерства студентов спортивного вуза в партерной борьбе. Нами была разработана методика обучения с применением определенных средств, приемов и способов организации занятий. Структурная схема расположения основной части изучаемого материала и порядок его прохождения представлены ниже.

Завершение педагогического эксперимента по обучению студентов института спортивных единоборств им. И.С. Ярыгина КГПУ им. В.П. Астафьева партерной борьбе сопровождалось итоговым обследованием, которое показало достоверный прирост всех исследуемых показателей как в экспериментальной, так и в контрольной группах. Эффективность нашей методики преподавания и программы более чем в два раза выше в экспериментальной группе, чем в контрольной. Этому свидетельствуют показатели качества выполнения (показа) тестового задания и его объяснения.

В заключительной части эксперимента эта методика обучения была применена к студентам высокой квалификации, специализация которых вольная борьба. Исследуемые борцы прошли частичный курс обучения с учетом их уровня умений и навыков.

Нами применялись объяснительно-иллюстративный и «кустовый» методы обучения и совершенствования технических действий в спортивной борьбе, метод имитационного моделирования различных сторон соревновательного поединка в партере. До этого мы исследовали технику и тактику партерной борьбы этих спортсменов на соревнованиях разного уровня: от Кубка края и чемпионата ШВСМ до международного турнира серии Гран-при «Иван Ярыгин». Обработка статистического материала по структуре партерной составляющей соревновательного поединка и ее эффективности каждого исследуемого проходила через подсчет всех технических действий в партере данного соревнования, расчет коэффициента эффективности, который учитывал все реальные попытки данного технического действия, и коэффициента частоты его применения в соревновательных схватках. Все эти исследования охватывают период 1998-2006 гг.

* © К.С. Лавриченко, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2006.



Результаты изменения эффективности партерной борьбы у квалифицированных спортсменов при обучении партерной борьбе

№пп	пол	Спортивная квалификация	Соревновательная структура ТД в партере до обучения	Средние коэффициенты эффективности	Соревновательная структура ТД в партере после обучения	Средние коэффициенты эффективности
1	2	3	4	5	6	7
1	ж	мсмк	перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,15$	перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0,25$ $K_n = 0,2$
			перевороты накато́м	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,25$	перевороты накато́м	$K_s = 0,75$ $K_n = 1,0$
			перевороты скручиванием	$K_s = 1,0$ $K_n = 0,15$	перевороты скручиванием	$K_s = 0,25$ $K_n = 0,25$
			контратака накрыванием	$K_s = 1,0$ $K_n = 0,1$	комбинация ТД	$K_s = 0,33$ $K_n = 0,25$
			комбинация ТД	$K_s = 0,25$ $K_n = 0,2$	перевороты накато́м	
2	м	мс	перевороты накато́м	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,4$	перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0,33$ $K_n = 0,6$
			перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0$ $K_n = 0,1$	комбинация ТД	$K_s = 0$ $K_n = 0,4$
			комбинация ТД	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,2$	перевороты накато́м	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,33$
3	м	мс	перевороты накато́м	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,2$	перевороты скручиванием (обратный ключ)	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,3$
			перевороты скручиванием («обратный ключ»)	$K_s = 0$ $K_n = 0,1$	перевороты накато́м	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,25$
			перевороты перека́том	$K_s = 0$ $K_n = 0,1$		
4	м	мс	перевороты накато́м	$K_s = 0,25$ $K_n = 0,3$	перевороты накато́м	$K_s = 0,3$ $K_n = 0,4$
			перевороты скручиванием (захват ближней руки на «ключ»)	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,3$	перевороты скручиванием (захват ближней руки на «ключ»)	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,4$

5	м	кмс	перевороты накатом	$K_s = 0,25$ $K_n = 0,2$	перевороты накатом	$K_s = 0,3$ $K_n = 0,3$
					перевороты перекастом	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,25$
					комбинация ТД	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,2$
6	м	кмс	перевороты накатом	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,25$	перевороты накатом	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,25$
			перевороты скручиванием («крест»)	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,1$	перевороты скручиванием («крест»)	$K_s = 0,6$ $K_n = 0,2$
					перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,2$
					комбинация ТД	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,15$
7	м	кмс	перевороты накатом	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,2$	перевороты накатом	$K_s = 0,2$ $K_n = 0,2$
			перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,1$	перевороты переходом («ножницы»)	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,3$
					перевороты разгибанием	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,3$
					комбинация ТД	$K_s = 0,4$ $K_n = 0,2$
8	м	кмс	перевороты накатом	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,2$	перевороты накатом	$K_s = 0,4$ $K_n = 0,2$
			перевороты скручиванием («обратный ключ»)	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,2$	перевороты скручиванием («обратный ключ»)	$K_s = 0,5$ $K_n = 0,4$
					перевороты перекастом («кольцо»)	$K_s = 0,1$ $K_n = 0,2$
					комбинация ТД	$K_s = 0,33$ $K_n = 0,3$

Итоги эксперимента с квалифицированными спортсменами по вольной борьбе и студентами, не имеющими знаний, умений и навыков в спортивных единоборствах, позволили сформулировать ряд выводов:

1. Предложенная методика обучения и формирования спортивного мастерства студентов спортивного вуза, не специализирующихся до этого в спортивных единоборствах, в партерной борьбе более чем в два раза эффективнее традиционной.
2. Программа обучения, основанная на разработанной нами методике, учитывая уровень квалификации обучающего и соответствующие методы обучения, позволяет повысить эффективность партерной составляющей соревновательного поединка квалифицированных спортсменов:
 - а) стабилизируется структура технических действий соревновательного поединка в партере, повышается их эффективность (МС, МСМК);
 - б) расширяется структура технических действий соревновательной схватки, повышается качество выполнения данного технического действия и вариативность его исполнения, соединением их в логически возможную комбинацию (КМС).
3. Изучив структуру соревновательного поединка борца по нашей методике и разработав индивидуальную программу совершенствования его спортивного мастерства, возможно построить учебно-тренировочный процесс на длительный период по улучшению технико-тактических показателей в партерной борьбе.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алиханов И.И. Дидактические основы обучения броскам в вольной борьбе / И.И. Алиханов // Спортивная борьба: ежегодник. – М., 1989. – 72с.
2. Галковский Н.М. Перестроить методику начального обучения в вольной борьбе / Н.М. Галковский, Ю.А. Шахмурадов // Спортивная борьба: ежегодник. – М., 1981. – С.3-8.
3. Дементьев В.Л. Формирование у студентов института физической культуры навыков преподавания технико-тактических комплексов борьбы (на примере самбо и дзюдо в партере): автореф. дис. канд. пед. наук / В.Л. Дементьев. – М., 1986. – 24с.
4. Коджаспиров Д.Г. Начальная подготовка юных борцов: методическое письмо / Д.Г. Коджаспиров. – Ташкент, 1978. - №1. – 22 с.