

## ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ

*The article deals with the analysis of the existent approaches to technical and tactical training in wrestling. Methods of attack, defense and counterattack as well as the justified sequence of training have been paid special attention to.*

Подготовка высококвалифицированных педагогических кадров в области физической культуры и спорта невозможна без совершенствования спортивно-педагогического мастерства и повышения научного уровня преподавания [1]. Многие специалисты [2-6] убеждены, что одним из важнейших путей повышения эффективности спортивно-педагогического мастерства в греко-римской борьбе является обеспечение более высокого качества педагогического управления. А это, как указывает В.Л. Дементьев, требует углубленного знания методики технической подготовки спортсменов, умения правильно обучать тактике и технике борьбы [7].

Обучение спортивной борьбе является педагогическим процессом, который направлен на формирование у занимающихся достаточного арсенала знаний, умений и навыков при непрерывном решении задач всестороннего физического развития [8, 9]. Профессиональная подготовка учителя физической культуры, умеющего обучать элементам и приемам спортивной борьбы, требует от студентов максимального напряжения мысли, самостоятельного решения проблемных задач [9] с привлечением не только знаний спортивной борьбы, форм организации теоретических и практических занятий, но и знаний других сопряженных дисциплин.

Однако, как подчеркивает И.И. Алиханов, существенным недостатком в технико-тактической подготовке борцов является то, что их обучают в большей степени приемам борьбы, а не ведению борьбы с соперником [10]. Кроме того, существует неправильная организация последовательного изучения техники борьбы, где нарушаются дидактические принципы обучения. Так на начальном этапе обучения борцов, как правило, предусматривается одновременное изучение приема защиты от него и контрприема, что, по мнению И.И. Алиханова, А.А. Новикова, не позволяет сформировать прочные двигательные навыки у спортсменов [10, 11].

В собственной педагогической практике на начальном этапе обучения студентов греко-римской борьбе изучение технико-тактических действий (ТТД) реализуется нами двумя способами: непосредственное изучение ТТД с помощью целостного, расчлененного или комбинированного методов обучения; изучение с помощью подводящих упражнений. Вначале студенты изучают действие в упрощенных условиях без сопротивления партнера, то есть в статике (если не нужны динамические перемещения), при этом акцентируется внимание занимающихся, во-первых, на наиболее эффективной контактной ситуации (захвате), и, во-вторых, – на наиболее благоприятной ситуации начала атаки.

После освоения двигательного действия, когда оно точно и быстро выполняется студентами в благоприятной ситуации на несопротивляющемся партнере, осуществляется его совершенствование с дозированным сопротивлением партнера. Для этого нами активно используется игровой метод, так как игровая направленность занятий создает условия для быстрого усвоения профилирующих элементов борьбы и «базовых» действий.

Далее, по мере разучивания приемов и их усвоения студентами, идет процесс усложнения в направлении построения комбинаций ТТД. Учитывая современные правила соревнований, специалисты рекомендуют изучать защиту в партере с пассивной защиты. Существует мнение, что при необходимости с контрприемами можно знакомиться и раньше, чем с приемами защиты, но для этого атакующему борцу необходимо создавать благоприятные условия атакуемому. Например, задержаться в положении атаки, что создаст благоприятные условия для контрприема. Другие специалисты считают, что в начальном периоде обучения после овладения приемом, необходимо изучать контрприем, так как в нем сочетаются элементы защиты и нападения. Ряд специалистов предлагают изучать защитные и контратакующие действия одновременно. Однако, как показывает личный практический опыт обучения студентов ТТД при борьбе в партере наиболее рационально изучать приемы защиты с последующим освоением контрприемов.

Анализ литературных источников по проблеме спортивно-педагогического мастерства при обучении технико-техническим действиям при борьбе в партере и практический опыт позволяет сделать следующие выводы:

1. Обучение технико-тактическим действиям – сложный и многогранный процесс, зависящий от влияния множества факторов. Начальную специализацию нельзя рассматривать как копию изучения технико-тактическим действиям специализации высшего спортивного мастерства. Критерием в определении уровня спортивно-педагогического мастерства тренера-преподавателя, как и спортсмена, служит разносторонняя и результативная технико-техническая подготовка.

2. Процесс технико-тактической подготовки студентов в вузе должен включать не только обучение приемам борьбы, но и умениям ведения борьбы с соперником. А этап «базовой» подготовки студентов приемам партерной борьбы должен ограничиваться овладением действиями атаки, защиты и контратаки.

### Список литературы

1. Игуменов, В.М. Совершенствование подготовки специалистов по физической культуре и спорту / В.М. Игуменов // Совершенствование подготовки и повышение квалификации по физической культуре и спорту : тезисы докл. Всесоюз. науч.-практ. конф., Москва, 11-13 дек. 1984 / ГЦОЛИФК. – М., 1984. – С. 3–5.
2. Павлов, А.Е. Пути повышения эффективности методики начального обучения в классической борьбе / А.Е. Павлов // Теория и практика физической культуры. – 1986 – № 9. – С. 31.
3. Рыбалко, Б.М. Методы подбора специальных средств воспитания оперативного мышления борца / Б.М. Рыбалко, Г.В. Николаенко // Спортивная борьба: Ежегодник. – М. : ФиС, 1977. – С. 29-32.
4. Пилюян, Р.А. Узловые вопросы многолетней подготовки борцов: метод. пособие / Р.А. Пилюян. – Малаховка, 1988. – 38 с.
5. Холодов, Ж.К. Некоторые аспекты современного подхода к обучению в физкультурных ВУЗах / Ж.К. Холодов // Теория и практика физической культуры. – 1981. – № 1. – С. 36–37.
6. Шумилин, В.Я. Техническая подготовка студентов-борцов в ИФК / В.Я. Шумилин // Спортивная борьба: Ежегодник. – М. : ФиС, 1986. – С. 41–42.
7. Дементьев, В.Л. Формирование у студентов института физической культуры навыков преподавания технико-тактических комплексов борьбы: (на примере самбо и дзюдо в партере) : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В.Л. Дементьев; ГЦОЛИФК. – М., 1986. – 24 с.
8. Киров, П.В. Техничко-тактические показатели соревновательной деятельности борцов классического стиля : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / П.В. Киров, ГЦОЛИФК. – М., 1984. – 23 с.
9. Туманян, Г.С. Совершенствование системы физического образования. Методика и некоторые результаты исследования / Г.С. Туманян. – М. : ФиС, 1987. – 55 с.
10. Алиханов, И.И. Техника и тактика вольной борьбы / И.И. Алиханов. – М. : ФиС, 1986. – 303 с.
11. Новиков, А.А. О техническом мастерстве борца на борцовском ковре / А.А. Новиков. – М. : ФиС, 1969. – С. 15–36.