

ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Неменков Л. С. (Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова», кафедра физического воспитания и спорта),

Иванов В. Г. (Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова», кафедра методики преподавания спортивных дисциплин)

Аннотация. Описана экспериментальная программа формирования спортивно-педагогического мастерства в партерной борьбе у студентов, ранее не специализировавшихся в различных видах борьбы.

Уровень технической и тактической подготовки является определяющим фактором спортивного мастерства борца. В спортивной борьбе существуют два основных положения: партер и стойка. Статус партера в процессе развития вольной и классической (греко-римской) борьбы постоянно меняется. Однако в исследованиях доказано, что в соревновательном поединке двух высококлассных борцов подтверждается большая значимость для победы наличия в арсенале борца эффективных технических действий в партере как атакующего, так и контратакующего направления [1; 2].

На основании анализа существующих подходов в обучении спортивной борьбе, исследований и рекомендаций специалистов в данной области, материалов исследования

партерной составляющей разного уровня спортивных соревнований и своего личного спортивного опыта в области спортивной борьбы, нами была разработана экспериментальная программа формирования спортивно-педагогического мастерства в партерной борьбе у студентов, ранее не специализировавшихся в различных видах борьбы, обучающихся по специальности «Физическая культура» на факультете физического воспитания Могилевского государственного университета имени А.А. Кулешова.

При структурировании программы использовался блоковый принцип объединения учебного материала, исходя из задач, решаемых на отдельных этапах подготовки специалистов. Определение последовательности изучения учебного материала студентами и распределение его в структурные блоки программы осуществлялось на основе дидактических принципов теории и методики физического воспитания. Элементы самостраховки и специальные подготовительные упражнения борца объединены вместе и вынесены за пределы первого структурного блока программы, поскольку они изучаются на первом же практическом занятии и повторяются постоянно на каждом последующем занятии в его подготовительной части.

Первый структурный блок экспериментальной программы содержит «базовые» технические действия (ТД) в партере из различных классификационных групп: перевороты рычагом; перевороты скручиванием; перевороты вращением; перевороты накатом; перевороты прямым захватом туловища; перевороты обратным захватом туловища. Изучение ТД каждой классификационной группы завершается освоением соответствующей пассивной защиты атакуемого борца, так как совершенная защита является эффективным условием для достижения победы над соперником и одним из видов тактики борьбы. По мнению ведущих тренеров и специалистов по спортивной борьбе, учитывающих современные правила соревнований, на начальном этапе партерной подготовки необходимо изучать пассивную защиту. Соответствующие действия пассивной защиты изучаются студентами после освоения группы ТД первого блока учебной программы. При пассивной защите обороняющийся борец не владеет инициативой и не имеет преимуществ в развитии ситуации. После завершения изучения учебного материала первого дисциплинарного блока проводится промежуточный тест-контроль текущей работы на предмет усвоения учебного материала, после чего вносятся те или иные поправки в учебно-тренировочный процесс.

Во второй блок разработанной программы включены технические элементы и действия пассивной и активной защиты атакуемого борца, его контратакующие действия при проведении верхним борцом ТД первого блока. Действия активной защиты направлены не только на отражение атаки соперника, но и на создание удобной ситуации для проведения контратаки. В данный блок входят контратакующие действия атакуемого борца. Атака, защита и контратака в спортивной борьбе относятся к разделу технико-тактического мастерства. Однако специалисты считают, что на этапе «базовой» подготовки тактический раздел мастерства ограничивается овладением действиями атаки, защиты и контратаки.

Третий блок программы включает комбинации тактико-технических действий, которые рекомендуются специалистами для начального обучения [3–5]. Входят в этот программный блок те комбинации, которые часто применяются борцами в соревновательных поединках. Данная информация была получена при анализе соревновательных поединков борцов на международных и республиканских соревнованиях [1, 6]. Благоприятные ситуации для выполнения комбинаций создаются как самим атакующим борцом, когда он готовит атаку, так и соперником, который, защищаясь от действий атакующего, произвольно сам их создает. Этими ситуациями и должен воспользоваться атакующий

для эффективного завершения своей атаки. При построении тактико-технических комбинаций применяются различные стратегические направления тактики соревновательного поединка, подробно изученные специалистами [2].

Последовательное изучение материала от первого дисциплинарного блока к третьему сопровождалось использованием игровых методов разучивания и закрепления элементов, ТД в партере и их совершенствования. Для овладения профилирующими элементами борьбы и «базовыми» действиями применялся метод упражнений. В частности, метод целостного упражнения позволяет на начальном этапе обучения хорошо формировать двигательные умения и навыки. В учебном процессе с занимающимися партерной борьбой студентами активно использовались метод обеспечения наглядности и метод использования слова (объяснение и показ «базового» технического действия).

Таким образом, нами была разработана экспериментальная программа формирования спортивно-педагогического мастерства в партерной борьбе у студентов, ранее не специализировавшихся в различных видах борьбы. Блочный принцип распределения учебного материала в экспериментальной программе обеспечивает преподавателю возможность творчески подходить к планированию учебного материала различных блоков программы при решении конкретных задач подготовки студентов. Основными способами обучения занимающихся партерной борьбе в экспериментальной программе являются наглядный, словесный, упражнений и игровой методы. В игровом методе используются специализированные подвижные игры и игры с элементами единоборств. Игры вызывают живой интерес у студентов, повышают их активность, эмоциональность и способствуют формированию педагогического мастерства будущих специалистов физической культуры, способных использовать в своей профессиональной деятельности разнообразные средства, в том числе и элементы спортивной борьбы.

Литература

1. Пилоян, Р. А. Методика исследования соревновательной схватки в спортивной борьбе / Р. А. Пилоян, В. И. Мезин, Ю. И. Полунин [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 12–15.
2. Шахмурадов, Ю. А. Тенденции развития технико-тактического мастерства в вольной борьбе / Ю. А. Шахмурадов, Р. А. Пилоян // Спортивная борьба : Ежегодник. – М., 2007. – С. 4–6.
3. Павлов, А. Е. Пути повышения эффективности методики начального обучения в классической борьбе / А. Е. Павлов // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 9. – С. 31–34.
4. Туманян, Г. С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки : учеб, пособие : кн. 1 : Пропедевтика / Г. С. Туманян. – М. : Советский спорт, 1999. – 285 с. : ил.
5. Шахмурадов, Ю. А. Вольная борьба. Научно-методические основы многолетней подготовки борцов / Ю. А. Шахмурадов. – М. : Высшая школа, 2003. – 189 с. : ил.
6. Неменков, Л. С. Влияние динамики правил на технико-тактическую структуру соревновательного поединка и борьбу в партере / Л. С. Неменков, И. Л. Лукашкова // Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки : сборник статей : по материалам II Междунар. научно-метод. конф., Могилев, 28 нояб. 2014 г. / редкол.: Ю. П. Шкашлеров (отв. ред.) [и др.]. – Могилев : УО «Могилевский институт МВД Республики Беларусь», 2014. – С. 229–234.