

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ СИСТЕМА УПРАВЛЯЮЩИХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Б.И.Тараканов, Ю.В. Авдеев, В.А. Воробьев

Современные тенденции в динамике характеристик соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации в вольной борьбе значительно изменили содержание и структуру поединков борцов. Это обстоятельство является веским основанием для констатации необходимости совершенствования системы педагогического управления технико-тактической подготовкой борцов на основе разработки целенаправленного комплекса управляющих педагогических воздействий на указанный аспект подготовки спортсменов.

Необходимо подчеркнуть, что основные изменения в содержании и структуре соревновательной деятельности борцов во многом предопределяются весьма частыми и не всегда логичными изменениями правил соревнований по вольной борьбе. Это заставляет тренеров постоянно вносить существенные коррективы в стратегию и тактику подготовки борцов к основным соревнованиям, пытаясь тем самым повысить эффективность управленческих педагогических воздействий. В связи с этими обстоятельствами существенно возрастает значимость проблемы оптимизации педагогического управления подготовкой борцов с более мобильной системой принятия соответствующих решений и их последующей реализацией.

Приняв за основу известные положения теоретических концепций педагогического управления спортивной тренировкой (Жмарев Н.В., 1986; Запорожанов В.А., Платонов В.Н., 1987; Куликов Л.М., 1995; Тараканов Б.И., 2000), нами разработана экспериментальная система управляющих педагогических воздействий при подготовке борцов высокого класса, основное содержание и связи которой представлены на рисунке 1.

Анализ содержания этого рисунка свидетельствует о том, что разработанная система может рассматриваться в виде блок-схемы управляющих педагогических воздействий, включающей в себя последовательно реализуемые этапы управления и основные результаты таких воздействий. Специфическими сложностями функционирования анализируемой системы педагогического управления технико-тактической подготовкой борцов являются:

- 1) значительные затруднения на этапе анализа возможностей достижения поставленных целей в связи с постоянно меняющимися условиями реализации соревновательной деятельности в современной вольной борьбе;
- 2) весьма широкий комплекс специализированных упражнений и тренировочных заданий технико-тактической направленности, существенно осложняющий процесс их выбора для разработки оптимальных планов подготовки в соответствии с содержанием и структурой соревновательной деятельности борцов высокого класса;
- 3) необходимость слишком частого внесения коррективов в те или иные параметры тренировочных планов в связи с большими индивидуальными различиями показателей педагогического контроля соревновательной деятельности борцов, а также из-за постоянных изменений правил судейства борцов-

ских поединков и способов проведения соревнований.



Рис. 1. Блок-схема управляющих педагогических воздействий при технико-тактической подготовке борцов высокой квалификации

Несмотря на указанные сложности в применении разработанной систе-

мы педагогических воздействий, эффективная ее реализация вполне возможна в практической работе с борцами высокой квалификации. При корректировке намеченного плана учебно-тренировочного процесса, основанной на сопоставлении нормативных и истинных значений спортивно-технических показателей соревновательной деятельности борцов, нами использовалась экспериментальная программа внесения корректив при выявлении существенного отставания одного или нескольких таких показателей. Эта программа представлена в таблице 1.

Как видно из содержания таблицы 1, в случаях снижения спортивно-технических показателей, рассчитанных по результатам предшествовавшей соревновательной деятельности борцов, проводилось конкретное внесение индивидуальных корректив в тренировочную работу технико-тактической направленности в сторону увеличения объема определенных специализированных заданий. В каждом отдельном случае этому предшествовал тщательный анализ всех контролируемых показателей как в совокупности, так и в частности, с учетом масштаба соревнований, уровня конкуренции, успешности выступления в них, количества проведенных поединков.

Таблица 1

**Экспериментальная программа внесения корректив
в учебно-тренировочный процесс борцов вольного стиля**

Контролируемые показатели	Диапазон изменений	Направленность и характер корректив тренировочного процесса
Интервал результативной атаки (с)	50,0±6,0	Без изменений
	Более 56,0	Увеличить на 10 % количество тренировочных схваток со сменой партнеров
Надежность атакующих действий (%)	70,0±4,8	Без изменений
	Менее 65,2	Увеличить на 15 % количество схваток с оценкой только высоко результативных бросков
Надежность защитных действий (%)	65,0±4,2	Без изменений
	Менее 60,8	Увеличить на 15 % объем работы в типовом положении «клинч»
Результативность атаки (баллы)	1,50±0,10	Без изменений
	Менее 1,40	Увеличить на 10 % количество схваток с увеличением оценки за наиболее эффективные броски
Результативность защиты (баллы)	1,45±0,10	Без изменений
	Менее 1,35	Увеличить на 10 % объем тактической подготовки
Разнообразие (кол-во групп приемов)	3,20±0,20	Без изменений
	Менее 3,0	Увеличить на 10 % количество схваток без оценки одинаковых приемов
Плотность	1,20±0,10	Без изменений

технических действий (баллы)	Менее 1,1	Увеличить на 10 % количество тренировочных схваток со сменой партнеров
Коэффициент технической подготовленности (у.е.)	0,70±0,05	Без изменений
	Менее 0,65	Увеличить на 10 % количество учебных поединков с форой и задачей отыграться
Коэффициент качества (у.е.)	0,65±0,05	Без изменений
	Менее 0,60	Увеличить на 15 % объем работы на взятие и удержание активного захвата без проведения приемов

От результатов такого анализа зависело процентное отношение величины вносимых корректив, причем значительное увеличение (на 10-15 %) объема определенных специализированных заданий требует некоторого снижения объема других. Например, увеличение количества схваток со сменой партнеров приводит к необходимости некоторого снижения числа учебно-тренировочных поединков, проводимых по обычному регламенту, поскольку повышенная интенсивность таких заданий может привести не к ожидаемому повышению активности борьбы в соревновательных схватках, а лишь к переутомлению борца.

Вместе с тем, следует отметить, что при реализации экспериментальной системы управляющих воздействий учитывались следующие особенности технико-тактической подготовки борцов:

- эффективная технико-тактическая подготовка борцов высокой квалификации должна быть преимущественно направлена на совершенствование технических действий в наиболее вероятных тактических ситуациях, включая типовые ситуации борьбы;
- арсенал средств и методов технико-тактической подготовки должен периодически несколько изменяться в зависимости от индивидуальной динамики показателей подготовленности борцов и особенностей этапа тренировки;
- повышение эффективности соревновательной деятельности борцов высокого класса во многом обеспечивается максимально возможным соответствием состава средств технико-тактической подготовки экстремальным условиям этой деятельности;
- несмотря на существующую ограниченность арсенала средств тактики ведения поединков борцов в современной вольной борьбе, необходимо осуществлять совершенствование этой стороны подготовки как в аспекте создания благоприятных ситуаций для проведения результативных технических действий, так и в аспекте формирования навыков ведения активной борьбы, постоянного теснения соперника и взятия выгодных захватов без выполнения приемов, но с созданием видимости попыток их проведения.

Практическая реализация перечисленных особенностей совершенствования технико-тактической подготовки борцов высокой квалификации предопределяет применение специализированного комплекса средств и методов такого совершенствования, максимально адаптируя эту подготовку к реальным условиям соревновательной деятельности спортсменов.

Апробация эффективности разработанной системы управляющих педагогических воздействий при осуществлении технико-тактической подготовки борцов вольного стиля проводилась в рамках педагогического эксперимента в течение годового тренировочного цикла. В ходе этого эксперимента сравнительному анализу подверглась динамика спортивно-технических показателей соревновательной деятельности борцов экспериментальной группы, причем на каждом из этих четырех этапов эксперимента они участвовали в двух соревнованиях. Полученные на первом этапе исследования данные были приняты за исходные параметры, которые сравнивались со спортивно-техническими показателями на всех последующих этапах. Результаты сопоставления полученных таким образом четырех блоков анализируемых показателей позволили сделать заключение об уровне эффективности экспериментальной системы управляющих педагогических воздействий.

Сравнительные результаты спортивно-технических показателей соревновательной деятельности борцов экспериментальной группы на первом и четвертом этапах эксперимента представлены в таблице 2.

Таблица 2

**Динамика спортивно-технических показателей борцов (n=12)
на первом и четвертом этапах эксперимента**

Показатели и единицы измерения	Этапы эксперимента						Достоверность различий	
	Первый		Третий					
	М	σ	m	М	σ	m	t	p
Интервал результативной атаки (с)	58,9	6,4	1,85	51,4	5,4	1,56	3,06	0,01
Надежность атакующих действий (%)	62,7	4,3	1,25	69,4	4,8	1,39	3,58	0,01
Надежность защитных действий (%)	57,8	4,0	1,15	64,2	4,4	1,27	3,74	0,01
Результативность атаки (баллы)	1,44	0,09	0,026	1,50	0,10	0,029	1,54	-
Результативность защиты (баллы)	1,40	0,09	0,026	1,48	0,10	0,029	2,05	-
Техническое разнообразие (кол-во групп приемов)	2,85	0,18	0,052	3,01	0,24	0,069	2,91	0,05
Плотность технических действий (баллы)	1,05	0,10	0,029	1,16	0,11	0,032	2,56	0,05
Коэффициент технической подготовленности (y.e.)	0,62	0,05	0,014	0,67	0,06	0,017	2,27	0,05
Коэффициент качества технических действий (y.e.)	0,57	0,05	0,014	0,63	0,05	0,014	3,03	0,05

Анализ и интерпретация данных, представленных в таблице 2, свидетельствует о достоверных позитивных изменениях большинства изучаемых

спортивно-технических показателей, произошедших в ходе эксперимента под влиянием экспериментальной системы управляющих педагогических воздействий.

В первую очередь, это относится к динамике показателя интервала результативной атаки, который улучшился по сравнению с первым этапом эксперимента на 7,4 с, что достоверно при $p < 0,01$. Данное обстоятельство является ярким подтверждением значительно возросшей активности действий борцов экспериментальной группы при сохранении или даже повышении эффективности проведенных приемов.

Такие же высоко достоверные позитивные изменения произошли в динамике показателя надежности атакующих действий, который возрос в ходе эксперимента на 6,7 % в абсолютных значениях (или на 10,7 % в относительных единицах), что достоверно при $p < 0,01$. Этот факт подтверждает положительное влияние разработанной системы управляющих педагогических воздействий на повышение качественных характеристик соревновательной деятельности борцов, включая показатель надежности атакующих действий.

Об этом же свидетельствует и достоверное увеличение показателя надежности защитных действий, прирост которого составил к заключительному этапу эксперимента 6,4 % в абсолютных значениях (или 11,1 % в относительных единицах), что достоверно на очень высоком уровне значимости ($p < 0,01$). Такой достоверный прирост показателей надежности технико-тактических действий борцов (атакующих и защитных) можно считать следствием системной реализации экспериментального комплекса педагогических воздействий, направленного на акцентированное совершенствование мастерства спортсменов в ситуациях, моделирующих экстремальные условия соревновательной деятельности современной вольной борьбы.

Несколько менее существенно возросли показатели результативности атакующих действий борцов – на 0,06 балла (4,2 %) и результативности защитных действий – на 0,08 балла (5,7 %). Такой прирост не достиг достоверных величин, что можно объяснить относительной стабильностью этих показателей в структуре технико-тактического мастерства борцов высокой квалификации в масштабах годичного тренировочного цикла. Вместе с тем, выявленная вполне очевидная тенденция заметного прироста анализируемых показателей является дополнительным подтверждением эффективности разработанной программы педагогического управления тренировочной деятельностью борцов.

Дальнейший анализ таблицы 2 свидетельствует о том, что все остальные изучаемые технико-тактические показатели возросли весьма значительно и достоверно. При этом прирост показателя технического разнообразия составил 0,25 группы приемов ($p < 0,05$), показателя плотности технических действий – 0,11 балла ($p < 0,05$), коэффициента технической подготовленности – 0,05 у.е. ($p < 0,05$), коэффициента качества технических действий – 0,06 у.е. ($p < 0,05$). Такое достоверное повышение указанных спортивно-технических показателей убедительно подтверждает высокую эффективность реализации системы управляющих педагогических воздействий на различные аспекты технико-тактического мастерства борцов вольного стиля. Это заключение вполне правомерно как аспекте повышения разнообразия техники борцов, так и аспекте

увеличения количества результативных технико-тактических действий, поскольку анализируемые показатели всесторонне и высоко информативно характеризуют различные стороны соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации.

Таким образом, обобщая результаты подробного анализа динамики целого блока информативных спортивно-технических показателей соревновательной деятельности борцов высокой квалификации, проведенного для определения степени эффективности экспериментальной системы педагогического управления их технико-тактической подготовкой, можно отметить значительное повышение величин этих показателей в ходе эксперимента. При этом интенсивность прироста большинства изучаемых показателей была достаточно весомой для того, чтобы его величина достигла достоверных значений по сравнению с исходными данными. Особенно значительный прирост выявлен по показателям интервала результативной атаки, надежности атакующих действий и надежности защитных действий, у которых указанный прирост достиг к четвертому этапу эксперимента наиболее высокой степени достоверности ($p < 0,01$).

В другой группе анализируемых показателей величина прироста была также весьма существенной и достигла достоверных значений на заключительном этапе эксперимента при $p < 0,05$. В блок таких спортивно-технических показателей вошли: техническое разнообразие, плотность технических действий, коэффициент технической подготовленности, коэффициент качества технических действий. Вместе с тем, по показателям результативности атаки и результативности защиты выявлен, хотя и недостоверный, но все же весомый прирост значений к заключительной стадии исследования.

Все эти обстоятельства в совокупности убедительно подтверждают высокую эффективность экспериментальной системы педагогического управления технико-тактической подготовкой борцов вольного стиля высокой квалификации, разработанной в связи с изменениями содержания и структуры их соревновательной деятельности.

Литература.

1. Жмарев, Н.В. Управленческая и организаторская деятельность тренера /Н.В. Жмарев.- Киев: Здоров'я, 1986.- 128 с.
2. Запорожанов, В.А. Основы управления в спортивной тренировке /В.А. Запорожанов, В.Н. Платонов //Теория спорта: Учебник для студентов ИФК.- Киев: Вища школа, 1987.- с. 327-334.
3. Куликов, Л.М. Управление спортивной тренировкой: системность, адаптация, здоровье /Л.М. Куликов.- М.: Физкультура и спорт, 1995.- 240 с.
4. Тараканов, Б.И. Педагогические основы управления подготовкой борцов: Монография /Б.И. Тараканов.- СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000.- 162 с.