

УДК 796.922.093.642

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ НЕОБХОДИМОСТЬ СОПРЯЖЕНИЯ НАВЫКОВ СРЕЛЬБЫ И ГОНОЧНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У ЮНЫХ БИАТЛОНИСТОВ

Светлана Александровна Дементьева, аспирант, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого; Ирина Владимировна Переверзева, кандидат педагогических наук, Анна Валерьевна Чернышева, кандидат педагогических наук, доцент, Ульяновский государственный технический университет; Ольга Ивановна Разумова, старший преподаватель, Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина

Аннотация

Выявлены факторы, определяющие необходимость сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов.

В качестве основных факторов, определяющих необходимость сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов, респонденты отметили особенности спортивной деятельности юных биатлонистов, а также негативное влияние развития гоночной выносливости на формирование у них навыков стрельбы. Респонденты также обратили внимание на индивидуальный характер влияния частоты сердечных сокращений на меткость стрельбы во время соревнований и отсутствие методических рекомендаций для тренеров по сопряжению навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов. Большое значение имеют наличие мотивации, у юных биатлонистов к сопряжению навыков стрельбы и гоночной выносливости, а также понимание спортсменами необходимости сопряжения этих навыков.

Ключевые слова: факторы; юные биатлонисты; сопряжение навыков стрельбы и гоночной выносливости; организация и проведение тренировки.

FACTORS DEFINING NEED IN INTERFACING OF SKILLS OF FIRING AND RACING ENDURANCE AT YOUNG BIATHLONISTS

Svetlana Aleksandrovna Dementieva, the post-graduate student, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University; Irina Vladimirovna Pereverzeva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Anna Valeryevna Chernysheva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Ulyanovsk State Technical University; Olga Ivanovna Razumova, the senior teacher, Ulyanovsk state agricultural university of P.A. Stolypin

Annotation

The factors defining need in interfacing of the skills of firing and racing endurance at young biathlons have been revealed.

As the leading factors, defining need in interfacing of the skills of firing and racing endurance at young biathlons, the respondents noted the features of sports activity of young biathlons and also negative impact of development of racing endurance on forming the skills of firing among them. Respondents also paid attention to the individual nature of influence of heart rate to shooting accuracy during the competitions and lack of the methodical recommendations for the trainers on interfacing of the skills of firing and racing endurance at young biathlons. Existence of motivation among the young biathlons to interfacing of the firing skills and racing endurance and also understanding the need in it by athletes are of great importance.

Keyword: factors, young biathlons, interface of skills of firing and racing endurance, organization and holding training.

Разработка новой модели тренировочного процесса в биатлоне требует усиления внимания на повышении эффективности соревновательной деятельности. [1-5]. В настоящее время все больше внимания уделяется сопряжению навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов [5]. Это связано с особенностями современной соревновательной деятельности юных биатлонистов. Специфика соревновательной деятельности юных биатлонистов требует развития у них гоночной выносливости и навыков меткой

стрельбы одновременно. [5]. Вместе с тем, практика свидетельствует, что многие спортсмены слабо владеют навыками меткой стрельбы на фоне высокой соревновательной нагрузки. Это является следствием недостаточного внимания к вопросу сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов в ходе тренировочного процесса.

В связи с усилением акцента на эффективности соревновательной деятельности юных биатлонистов, неотъемлемой составляющей их подготовки становится владение навыками меткой стрельбы на фоне высокой соревновательной нагрузки. Формирование навыков меткой стрельбы у юных биатлонистов должно осуществляться одновременно с развитием у них гоночной выносливости. Однако работ, посвящённых решению проблемы сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов практически нет. В научной литературе не нашли своего отражения вопросы, связанные с обоснованием технологии сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов, а также психолого-педагогических условий, необходимых для ее реализации. [1-5].

Таким образом, актуальность настоящего исследования обусловлена наличием противоречий:

- между высокими требованиями, предъявляемыми к навыкам меткой стрельбы и отсутствием научно разработанной технологии сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов;
- между необходимостью одновременного повышения уровня развития гоночной выносливости у юных биатлонистов, а также навыков меткой стрельбы и недостаточным развитием этих навыков у спортсменов.

Всё вышесказанное и определяет высокую значимость настоящего исследования, направленного на решение актуальной задачи с целью формирования навыков меткой стрельбы у юных биатлонистов на фоне высокой соревновательной нагрузки.

Решение этой задачи тесно связано с выявлением факторов, определяющих необходимость сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов. Для установления ранговой структуры этих факторов был проведен опрос 78 тренеров по биатлону. Результаты этого исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Ранговая структура факторов, определяющих необходимость сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов (n=78; при $W>0,7$)

Ранговое место (значимость)	Факторы	Ранговый показатель (%)
1	Особенности спортивной деятельности юных биатлонистов	28,3
2	Негативное влияние развития гоночной выносливости на формирование навыков стрельбы у юных биатлонистов	21,7
3	Индивидуальный характер влияния частоты сердечных сокращений на меткость стрельбы во время соревнований	17,2
4	Отсутствие методических рекомендаций для тренеров по сопряжению навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов	12,8
5	Наличие мотивации, у юных биатлонистов к сопряжению навыков стрельбы и гоночной выносливости	10,7
6	Понимание спортсменами необходимости сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости	9,3

В качестве основных факторов, определяющих необходимость сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов, респонденты отметили особенности спортивной деятельности юных биатлонистов, а также негативное влияние развития гоночной выносливости на формирование у них навыков стрельбы. Респонденты также обратили внимание на индивидуальный характер влияния частоты сердечных сокращений на меткость стрельбы во время соревнований и отсутствие методических рекомендаций для тренеров по сопряжению навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов. Большое значение имеют наличие мотивации, у юных биатлонистов к сопряжению

навыков стрельбы и гоночной выносливости, а также понимание спортсменами необходимости сопряжения этих навыков.

Максимальное разнообразие средств, методов, объема и интенсивности тренировочной нагрузки, продолжительности отдыха оказывают оптимальное развитие гоночной выносливости у юных биатлонистов одновременно с формированием навыков меткой стрельбы у юных биатлонистов на фоне высокой соревновательной нагрузки в ходе тренировочного процесса. Это в значительной мере обеспечивает рост спортивных результатов. [1-5].

Развивая гоночную выносливость, необходимо подбирать оптимальную величину нагрузки, интервалов отдыха и сочетаний упражнений. Следует исходить из уровня подготовленности, пола, возраста спортсмена.

В свою очередь, биатлон предъявляет высокие требования к развитию механизмов энергообеспечения организма спортсменов. Различие в энергообеспечении организма обусловлено различными видами выполняемой работы. Изучать особенности проявления тех или иных компонентов работоспособности в ходе гонки и, в частности, гоночной выносливости, необходимо с учетом того, в какой зоне мощности эта работа выполняется.

В соревновательной практике биатлонист задействует все виды энергообеспечения. Знание продолжительности и объема соревновательной нагрузки в конкретной зоне интенсивности позволяют моделировать в тренировочном процессе специфические условия, тем самым повышая его эффективность. Как правило, высокий уровень результатов достигают биатлонисты с высоким уровнем развития анаэробно-аэробного и максимального анаэробного источников энергообеспечения.

Важно учесть, что достижение высокого уровня результативности соревновательной деятельности юных биатлонистов обеспечивается соразмерным развитием аэробного и анаэробного компонентов гоночной выносливости, а также уровнем формирования навыков меткой стрельбы у юных биатлонистов на фоне высокой соревновательной нагрузки. Недостаточное развитие одного из этих компонентов, как правило, не позволяет биатлонисту реализовать свои потенциальные возможности.

ВЫВОД. Выявленные факторы определяют необходимость сопряжения навыков стрельбы и гоночной выносливости у юных биатлонистов. Учет этих факторов позволяет в значительной степени улучшить процесс формирования навыков меткой стрельбы у юных биатлонистов на фоне высокой соревновательной нагрузки в ходе тренировочного процесса.

ЛИТЕРАТУРА

1. Болотин, А.Э. Структура и содержание педагогической концепции физического воспитания студентов на основе ценностей здорового образа жизни / А.Э. Болотин, Д.Б. Селюкин // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 7. – С. 32-34.
2. Болотин, А.Э. Анализ содержания тренировочного процесса юных биатлонистов в беснежном периоде подготовки / А.Э. Болотин, Т.А. Сагиев, С.А. Дементьева // Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры : сборник научных трудов 5-й Всероссийской научно-практической конференции с Международным участием (г. СПб., 19.04.2018) / Институт физической культуры, спорта и туризма. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2018. – С. 71-76.
3. Болотин, А.Э. Показатели специальной выносливости юных биатлонистов / А.Э. Болотин, Т.А. Сагиев, С.А. Дементьева // Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры : сборник научных трудов 5-й Всероссийской научно-практической конференции с Международным участием (г. СПб., 19.04.2018) / Институт физической культуры, спорта и туризма. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2018. – С. 77-79.
4. Болотин, А.Э. Оценка уровня развития выносливости у юных биатлонистов по результатам тестирования / А.Э. Болотин, Т.А. Сагиев, С.А. Дементьева // Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры : сборник научных трудов 5-й Всероссийской научно-практической конференции с Международным участием (г. СПб., 19.04.2018) / Институт физической культуры, спорта и туризма. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2018. – С. 80-82.

5. Болотин, А.Э. Взаимосвязь физической подготовленности юных биатлонистов с результатами соревновательной деятельности / А.Э. Болотин, Т.А. Сагиев, С.А. Дементьева // Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры : сборник научных трудов 5-й Всероссийской научно-практической конференции с Международным участием (г. СПб., 19.04.2018) / Институт физической культуры, спорта и туризма. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2018. – С. 83-87.

REFERENCES

1. Bolotin, A.E. and Selyukin, D.B. (2015), "Structure and contents of the pedagogical concept of physical training of students on the basis of values of a healthy lifestyle", Theory and practice of physical culture, No.7, pp. 32-34.
2. Bolotin, A.E., Sagiyeu, T.A. and Dementieva, S.A. (2018), "The analysis of content of training process of young biathlonists in the snowless period of preparation", Strategic directions of reforming of a high school system of physical culture: the collection of scientific works of the 5th All-Russian scientific and practical conference with the International participation (SPb, 19.04.2018), Institute of physical culture, sport and tourism, publisher Polytechnic university, St. Petersburg, pp. 71-76.
3. Bolotin, A.E., Sagiyeu, T.A. and Dementieva, S.A. (2018), "Indicators of special endurance of young biathlonists", Strategic directions of reforming of a high school system of physical culture: the collection of scientific works of the 5th All-Russian scientific and practical conference with the International participation (19.04.2018), Institute of physical culture, sport and tourism, publisher Polytechnic university, St. Petersburg, pp 77-79.
4. Bolotin, A.E., Sagiyeu, T.A. and Dementieva, S.A. (2018), "Assessment of the level of development of endurance at young biathlonists by results of testing", Strategic directions of reforming of a high school system of physical culture: the collection of scientific works of the 5th All-Russian scientific and practical conference with the International participation (19.04.2018), Institute of physical culture, sport and tourism, publisher Polytechnic university, St. Petersburg, pp 80-82.
5. Bolotin, A.E., Sagiyeu, T.A. and Dementieva, S.A. (2018), "Interrelation of physical fitness of young biathlonists with results of competitive activity", Strategic directions of reforming of a high school system of physical culture: the collection of scientific works of the 5th All-Russian scientific and practical conference with the International participation (19.04.2018), Institute of physical culture, sport and tourism, publisher Polytechnic university, St. Petersburg, pp 83-87.

Контактная информация: a_b@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 12.12.2018

УДК 796.077.3

К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Светлана Васильевна Ефимова, кандидат педагогических наук, доцент, **Наталья Генриховна Еришова**, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой, **Екатерина Викторовна Дытко**, старший преподаватель, Великолукская государственная академия физической культуры и спорта («ВЛГАФК»), Великие Луки

Аннотация

Совершенствование профессиональных умений, знаний и навыков, возможность их реализации в профессиональной деятельности в очередной раз актуализируют вопрос о развитии профессионального сознания будущих специалистов сферы физической культуры и спорта. Во взаимосвязи с профессиональным самосознанием и профессиональной Я-концепцией состояние профессионального сознания студента вуза физической культуры нуждается в постоянном мониторинге с целью отслеживания формирования устойчивых адекватных представлений о будущей профессиональной деятельности. С целью определения состояния развития профессионального сознания студента вуза физической культуры в 2015 г. проводилось анкетирование среди студентов 1 курса, а спустя 4 года, в 2018 г. – повторное. По результатам проведенных анкетирований была выявлена положительная динамика исследуемого аспекта, сформулированы условия успешности развития профессионального сознания обучающихся.