

МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ЭТАПА ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ

Юрий Михайлович Макаров, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой,
Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В статье изучены показатели модельных уровней на протяжении всего периода много-летней подготовки спортсменов-игровиков и их вклада в спортивный результат. Обоснование необходимости выделения этапа предварительной подготовки юных игроков в обособленный этап по отношению к этапу начальной подготовки со своими конкретными целью и задачами.

Ключевые слова: этапы подготовки, спортивные игры, методологическое обоснование, предварительная подготовка.

METHODOLOGICAL SUBSTANTIATION OF A STAGE OF PRELIMINARY PREPARATION IN SPORTS AND GAMES

Jury Mihajlovich Makarov, the candidate of pedagogical sciences, head of department,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg

Annotation

In article the indicators of modeling levels throughout all periods of long-term preparation of athletes in game kinds of sports and their contribution to sports result and substantiation of necessity of allocation of stage for preliminary preparation of young athletes in game kinds of sports into separate stage in relation to a stage of initial preparation with concrete purpose and tasks have been studied.

Keywords: preparation stages, sports and games, methodological substantiation, preliminary training.

ВВЕДЕНИЕ

В теории и практике спортивной тренировки сформулирована тенденция о необходимости ориентироваться на модельные характеристики «сильнейших игроков» при подготовке начинающих спортсменов. «Модели сильнейших игроков» должны учитывать тренеры-практики в условиях многолетнего спортивного совершенствования и при организации учебно-тренировочного процесса с юными игроками. В результате многочисленных научных исследований в области спорта и спортивных игр наиболее четко обозначены три уровня модели сильнейших спортсменов:

- первый уровень – это «модель соревнования» или КЭИД спортсменов игроков на ответственных соревнованиях;
- второй уровень – специальная подготовленность спортсменов (физическая и технико-тактическая);
- третий уровень – функциональная, психологическая подготовленность и морфологические особенности спортсменов в период наивысших достижений.

Однако, на практике наблюдается однобокая ориентация на модельные характеристики которая привела к тому, что тренеры в своей работе, подбирая начинающих игроков под определенное амплуа и готовя их на конкретные позиции, перестали учитывать изменения тенденций игры. Изменение тенденций игры неминуемо влечет за собой изменения в модельных характеристиках соревновательной деятельности и, следовательно, имеющие узко специальную подготовку спортсмены стали себя чувствовать на площадке неуютно. Так мощные, атлетичного сложения игроки оказываются иногда беспомощными против такой же мощной и хорошо организованной защиты. В результате у тренеров профессиональных команд оказалось минимум выбора. Например: использовать этих игроков только в нападении или только в защите. А игроки такого рода с начала их занятий спортом привыкли быть всегда востребованными и

находились на площадке практически без замен. Следовательно, в такой ситуации, когда игрок не может в полной мере участвовать в игре, он начинает испытывать чувство дискомфорта и эффективность его игровой деятельности катастрофически падает. Таким образом, имея почти абсолютно одинаковые результаты по физической подготовленности, морфологическим данным, одни игроки демонстрировали высокий КЭИД в то время как другие довольствовались средними показателями. Это обстоятельство явилось причиной необходимости тщательного изучения факторов, обеспечивающих потенциальные возможности игроков на всех этапах многолетней спортивной тренировки.

Исходя из вышеизложенного, целью наших исследований явилось изучение показателей модельных уровней на протяжении всего периода многолетней подготовки спортсменов-игроков и их вклада в спортивный результат.

Задачей исследования было выявить фактурную структуру подготовленности спортсменов-игроков обеспечивающую эффективность их соревновательной деятельности на каждом отдельно взятом этапе многолетней спортивной тренировки.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для проведения исследования использовались методы педагогического наблюдения, психофизиологические методы, методы спортивно-педагогического тестирования, методы математико-статистической обработки. На протяжении длительного периода времени в исследованиях приняли участие около одной тысячи испытуемых (баскетбол, гандбол, футбол) различной спортивной квалификации, и разного возраста среди которых: 3-ЗМС; 2-МСМК; 34-МС.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Представлены ведущие факторы, в наибольшей степени оказывающие влияние на КЭИД спортсменов-игроков. Так на этапе высшего спортивного мастерства (ЭВСМ) ведущими являются: технико-тактический – 31%; психофизиологический компонент – 23%; интеллектуальный (теоретическая подготовка) – 21%. Суммарный вклад этих составляющих КЭИД – 75%, а на долю физической подготовленности (12,5%) и морфологических особенностей (12,5%) приходится 25%.

Следует обратить внимание, что на уровне высших достижений в игре особое место занимает психофизиологический компонент, включающий в себя не только показатели сенсомоторики, но и чисто психологические, такие как психологическая устойчивость, уравновешанность нервных процессов, высочайший эмоциональный фон, на котором происходит выполнение технико-тактических действий. На что особо обращает внимание фактор - интеллектуальный.

Наши исследования показали, что спортсмены высокого класса в условиях дефицита времени способны анализировать игровую ситуацию и принимать зачастую оптимальные решения, при этом, четко понимая, что они делают и способны в полной мере объяснить свои действия. Что в меньшей степени прослеживается на других этапах многолетней тренировки. Так на этапе становления высшего спортивного мастерства (ЭСВСМ) этот факт менее значим, и остается практически не востребуемым на этапах ранних занятия игровыми видами спорта. Следует обратить внимание на то, что уже на этапе становления высшего спортивного мастерства вклад факторов, обеспечивающих успешность КЭИД, несколько меняется, усиливая позиции морфологических особенностей (25%) и приуменьшая роль интеллектуального (12,5%) и технико-тактического (25%) факторов.

На этапе спортивного совершенствования (ЭСС) и особенно это заметно на этапе начальной подготовки (ЭНП) очевидна роль физической подготовленности и морфологического фактора в сумме 53,8% и 67,8% соответственно, которые в большей степени и обеспечивают КЭИД. В то время как на долю сенсомоторного фактора приходится 30,6% и 26,1%, а технико-тактического 15,6% и 6.1%.

Наиболее интересно представлена динамика общего вклада факторов в КЭИД на различных этапах многолетней подготовки квалифицированных спортсменов-игровиков. Сопоставление и анализ показателей влияния различных сторон подготовленности на КЭИД в процессе многолетней тренировки позволил заключить, что совокупности ведущих факторов состоят из определенного числа показателей и имеют различные данные в проявлении всех факторов, что наглядно проявляется в главных – ведущих факторах. Так у спортсменов-игровиков на ранних этапах ведущими являются физическая подготовленность и морфологические особенности. С ростом спортивного мастерства влияние факторных весов на КЭИД значительно меняется. На этапе становления спортивного мастерства происходит уравнивание значимости ведущих факторов и на первый план выдвигаются факторы технико-тактический, сенсомоторный и новый, играющий важную роль на уровне высшего мастерства – интеллектуальный.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты педагогических исследований позволили выявить определенные тенденции в структуре, характере и направленности становления высшего спортивного мастерства. На начальном этапе занятий избранной игрой резервные возможности в улучшении КЭИД в большей мере достигаются уровнем развития физических качеств, морфологических особенностей и в меньшей мере определяются посредством совершенствования технико-тактического мастерства. На этапе становления спортивного мастерства и, особенно на этапе высшего спортивного мастерства у спортсменов отмечается определенная стабилизация результатов в физической подготовленности, что в практическом отношении коренным образом изменяет влияние данных компонентов на успешность соревновательной деятельности игроков. В связи с этим дальнейший рост мастерства спортсменов может быть отмечен в большей мере за счет повышения уровня технико-тактического мастерства, сенсомоторных качеств и интеллектуального фактора.

Таким образом, в процессе многолетней тренировки необходимо учитывать приоритеты ведущих факторов подготовленности спортсменов высокого класса уже в ранние периоды подготовки. Именно в разрешении, нахождении более гибких подходов для достижения высочайшего уровня технико-тактического мастерства и соответствующему ему уровня физической подготовленности игроков есть «краеугольный камень» всей целостной системы подготовки мастеров высокого класса. Исходя из вышеизложенного подготовка юных игроков должна строиться с учетом, во-первых: увеличения числа игровых действий выполняемых в единицу времени и ограниченно-го пространства; во-вторых: высокая эффективность игровых действий во многом определяется не быстротой выполнения, а зачастую, нестандартностью, непредсказуемостью приемов, требующих от игроков проявления психофизиологических качеств и интеллектуальных способностей. Комплексный характер двигательных проявлений игроков обусловлен совершенной деятельностью различных функциональных систем организма. Гармоничное развитие таковых возможно только при наличии целенаправленного педагогического воздействия.

Подвергнув тщательному анализу программу многолетней подготовки спортсменов-игровиков, мы не обнаружили в ней четко поставленной задачи по развитию психофизиологического компонента и интеллектуальных способностей. Решение этих задач, видимо, подразумевается как само собой разумеющееся в ходе всего процесса обучения какой-либо спортивной игре и, следовательно, не выделяется как самостоятельная, отдельно взятая задача. Поэтому проведенные нами исследования позволили установить необходимость выделения этапа предварительной подготовки юных игроков как обособленный по отношению к этапу начальной подготовки со своими конкретными целью и задачами.

Контактная информация: umak2000@yandex.ru