

## ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

**Заключение.** Учитывая закономерности возрастного развития физических качеств, а также пол и весовые категории будущих спортсменов, современная система тестирующих упражнений требует глобального пересмотра, так как нормативные оценки непомерно завышены для большинства современных детей, приходящих в секции дзюдо.

Проведенное исследование позволило определить основные направления для решения проблемы отбора талантливых и перспективных спортсменов в области дзюдо:

1. Необходимость устранения стресса как одного из сбивающих факторов на ранних этапах отбора и подготовки для выявления истинных способностей юных дзюдоистов, с этой целью предлагается использовать подвижные игры.

2. При отборе занимающихся на этапе начальной подготовки в дзюдо необходимо учитывать психологические свойства личности занимающихся.

Методика начального отбора юных дзюдоистов должна включать педагогические наблюдения в процессе подвижной игры, что позволит последовательно решить следующие задачи:

- привитие интереса к занятиям;
- формирование умения реализовывать индивидуальные особенности в соревновательной деятельности;
- проявление морально-волевых качеств, характерных для высококвалифицированных дзюдоистов.

Подход к решению вопросов отбора юных спортсменов является основой оптимизации учебно-тренировочного процесса, его целевых ориентиров, показателей результативности, носит закономерный, целенаправленный и поступательный характер, что может быть использовано в практической подготовке юных борцов дзюдо, совершенствовании программ для детско-юношеских спортивных школ.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Акопян, А.О. Дзюдо: примерная программа для системы дополнительного образования детей, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / А.О. Акопян, В.В. Кашавцев, Т.П. Клименко. – М.: Советский спорт, 2003. – 96 с.
2. Бальсевич, В.К. Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 4. – С. 21–26, 39–40.
3. Высоцка, А.А. Повышение уровня физической подготовленности учащихся базовых школ Польши на основе использования подвижных игр: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.А. Высоцка. – Минск, 2008. – 172 с.
4. Дзюдо: учеб. программа для учреждений дополнительного образования / авт.-сост.: И.Д. Свищев [и др.]. – М.: Советский спорт, 2003. – 112 с.
5. Еганов, А.В. Методика начального обучения в дзюдо: учебник для тренеров-преподавателей, работающих с начинающими дзюдоистами / А.В. Еганов; Уральский гос. ун-т физ. культуры. – Челябинск, 2008. – 283 с.
6. Пархомович, Г.П. Основы классического дзюдо / Г.П. Пархомович. – Пермь: Урал-Пресс Лтд, 1993. – 303 с.
7. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: отбор и планирование / Г.С. Туманян. – М.: ФиС, 1984. – 144 с.: ил.

15.10.2012

Харькова В.А. (Белорусский государственный университет физической культуры)

## ОБОСНОВАНИЕ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ТАЭКВОНДО

*В работе представлена методика интегральной оценки уровня технико-тактической подготовленности юных спортсменок-таэквондисток в условиях соревновательных поединков и тренировочного процесса, для разработки которой отобраны, модифицированы и предложены новые показатели, отражающие содержание и структуру двигательных действий в таэквондо.*

*A methodology of integral assessment of the level of technical and tactical preparedness of young taekwondo athletes (girls) under the terms of competitive fights and training process is presented in the paper for the development of which new indices reflecting the content and structure of motor actions in taekwondo were selected, modified, and introduced.*

**Введение.** Соревновательная деятельность в различных видах контактных единоборств характеризуется необходимостью достижения поставленных целей при выполнении двигательных действий в условиях пространственно-временной и альтернативной неопределенности [1, 2]. Реализации целей способствует технико-тактическая подготовка, совершенствование которой невозможно без системы контроля, позволяющей определять связи между факторами воздействия и изменениями в уровне профессионального мастерства спортсменов [3, 4].

Вместе с тем в практике контроля исключительно редкой бывает ситуация, когда для оценки подготовленности спортсменов применяется один показатель. Поэтому существует необходимость

## ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

создания интегральных оценок исследуемых явлений и процессов.

По данным научно-методической литературы, комплексную оценку чаще всего применяют при исследованиях общей и специальной физической подготовленности [5, 6], координационных способностей [4, 7] и биомеханических параметров техники движений [8, 9]. Однако именно контроль технико-тактического мастерства единоборцев требует интеграции получаемых результатов, так как этот вид подготовки объединяет в себе технические и тактические компоненты, характеризующие состояние специальной подготовленности спортсменов. Определенные различия, кроме этого, наблюдаются и в изучаемых показателях в процессе ведения соревновательных и тренировочных поединков.

В связи с вышеизложенным целью исследования явилось обоснование интегральной оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, специализирующихся в таэквондо.

Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: анализ и обобщение научно-методической литературы; педагогические наблюдения; экспертная оценка количественных и качественных показателей соревновательных и тренировочных поединков; методы математической статистики.

В исследовании приняли участие 36 девушек-таэквондисток 13–15 лет, имеющих квалификацию I–II разрядов. Разработанная интегральная оценка технико-тактической подготовленности была апробирована в педагогическом эксперименте, проводившемся в течение 2010–2012 гг. на базе СК «Спартак» г. Минска и СДЮШОР № 1 г. Солигорска.

**Обсуждение результатов исследования.** Анализ и обобщение научно-методической литературы показывают, что существуют две основные проблемы в исследовании технико-тактического мастерства спортсменов-единоборцев. Первая заключается в отсутствии единого мнения о том, какие именно показатели следует оценивать, что объясняется, с одной стороны, наличием специфических особенностей соревновательной деятельности в видах контактных единоборств, с другой – приверженностью специалистов к различным теоретическим подходам в своих исследованиях. Одни из них предлагают отдельно оценивать технические и тактические компоненты подготовленности спортсменов [2, 9], другие – за комплексный подход в оценке показателей технико-тактической подготовленности [1, 10].

Таким образом, в литературе появляются идентичные показатели с различным названием и толкованием. Ряд авторов предлагают использовать от 3–4 [7, 11] до 10–20 [1, 12, 13] параметров подготовленности. При этом наблюдается несогласованность и в классификации изучаемых соревновательных действий спортсменов. Например, в работах

С.В. Павлова (2003) отдельно оценивается техническое и тактическое мастерство таэквондистов, а в исследованиях И.А. Севостьянова (2005) к анализируемым показателям относятся уже атакующие и защитные приемы, которые являются технико-тактическими действиями.

В результате анализа литературы, можно выделить наиболее распространенные показатели технико-тактического мастерства спортсменов-единоборцев:

– активность атаки и защиты, которая определяется по количеству попыток проведения приемов в единицу времени [12]. При этом исследователи не учитывают количество подготовительных действий спортсменов, тогда как они способствуют созданию преимущества в ситуации начала атаки и являются важным показателем мастерства единоборцев;

– коэффициент эффективности атакующих действий [3, 9, 11] или точности ударов [6], с помощью которого оценивается процентная доля ударов, дошедших до цели за поединок. Однако если за выполненный прием судьи не выставили оценок, он не может называться эффективным;

– коэффициент эффективности защитных действий, выражаемый процентной долей удавшихся защит через отношение числа парированных ударов к общему числу ударов, нанесенных соперником [3, 9, 11]. При определении этого показателя возникает проблема в том, что исследователи оценивают мастерство не своего спортсмена, а противника.

– коэффициент результативности [9] (эффективность действий в атаке руками и ногами [12]) показывает процентную долю оцененных ударов. Определение данных показателей в качестве результативности атаки может быть рациональным только в видах единоборств, где все приемы оцениваются в один балл. В таэквондо же количество получаемых баллов зависит от сложности ударов, поэтому целесообразно разделение показателей результативности и эффективности действий.

Малоизученными в исследованиях, посвященными анализу технико-тактического мастерства спортсменов-единоборцев, являются также и вопросы, касающиеся несоответствия выявляемых параметров подготовленности в соревновательных и тренировочных условиях ведения поединков. Это связано с тем, что многие специалисты предлагают использовать экспертную оценку показателей, получаемых в обусловленных имитационных упражнениях и заданиях с партнером или с использованием снарядов [7, 13], которые не могут в полной мере соответствовать специфике соревновательной деятельности в контактных единоборствах. Такой подход не позволяет исследователям в интегрированном виде сводить получаемые результаты в единую систему оценок технико-тактической подготовленности спортсменов.

## ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Для избежания указанных проблем при исследовании технико-тактического мастерства девушек-таэквондисток 13–15 лет в условиях соревнований, проводившихся в рамках педагогического эксперимента, были отобраны из имеющихся, модифицированы и предложены новые показатели. Изначально акцент был сделан на 21 параметре, однако после проведенного корреляционного анализа [14] из выбранных были оставлены 13 основных показателей: количество ударов ногами (УН), пропущенных ударов (ПУ), соревновательных эпизодов (СЭ), эпизодов с подготовкой (ПСЭ); коэффициенты активности ударов ногами в голову (КАУНГ), активности ударов ногами с разворотом (КАУНР), точности ударов (КТ), эффективности ударов (КЭ), результативности ударов (КР), активности подготовительных действий (КАПД), подготовленности соревновательных эпизодов поединка (КПСЭ), активности защитных действий (КАЗД), эффективности защитных действий (КЭЗД).

Все указанные показатели определялись в пересчете на одну минуту поединка, тогда как в известных работах они выявляются за время одного боя, что либо ограничивает исследователя в количестве эмпирического материала, подходящего для анализа, либо предполагает сравнение несопоставимых параметров. Особенно это характерно для таэквондо, где продолжительность раундов в предварительных и финальных поединках в зависимости от видов соревнований может быть различной.

Для оценки технико-тактической подготовленности девушек-таэквондисток 13–15 лет в тренировочных условиях были смоделированы контрольные поединки (регламент – 2 раунда по 20 секунд с перерывом 15 секунд). Учитывая, что многие специалисты указывают на взаимосвязь координационной и технико-тактической подготовленности спортсменов, занимающихся спортивными единоборствами [1, 7, 12], а также принимая во внимание данные корреляционного анализа вышеуказанных показателей и значения специфических координационных способностей юных таэквондисток [14], в разработанные задания были внесены дополнительные координационные трудности с помощью ограничений пространственно-временных характеристик и технико-тактического содержания эпизодов поединка. Так, в первом задании с параллельным проявлением способностей к перестроению и согласованию движений начало контактного взаимодействия обусловлено в одном раунде дистанцией, а в другом – исходной боевой стойкой; во втором поединке (способность к ориентированию в пространстве) – определенной зоной площадки. В задании с проявлением сложной реакции выбора каждые 10 секунд увеличивалось число альтернатив действий соперника (от 2 до 5). Таким образом, в первых двух

контрольных поединках оценивались действия обеих спортсменок, а в третьем только одной.

Приглашенные эксперты (2 тренера высшей категории, 2 судьи национальной категории и один из ведущих преподавателей по направлению специальности «таэквондо» кафедры СБЕиСП БГУФК) оценивали количественные (КТ(т), КЭ(т), КР(т), КЭЗД(т), КПСЭ(т)) и качественные (эффективность решения задачи поединка по разработанной 5-балльной шкале) показатели. Условия контрольных заданий позволяли исключить отдельные факторы соревновательной деятельности, например, нарастающее утомление, негативные предстартовые волнения, предвзятость судейства и т. п., что дало возможность более качественно выявить технико-тактический потенциал юных спортсменок.

Для комплексного учета уровня технико-тактической подготовленности юных таэквондисток в соревновательных и тренировочных условиях ведения поединков была разработана интегральная оценка, включающая следующие показатели:

– КТ – коэффициент, который выражает процентное соотношение всех выполненных ударов ногами и ударов, нанесенных в зачетные зоны;

– КЭ – коэффициент, отражающий процентное соотношение всех и оцененных ударов. Введение данного показателя обусловлено тем, что не все точные удары получают оценку судей, поэтому отождествление некоторых из них приводит к снижению информативности исследуемых параметров;

– КР – коэффициент, выражаящий процентное соотношение нанесенных ударов к количеству полученных баллов за них. Его выбор обусловлен правилами соревнований в таэквондо, согласно которым удар может быть оценен от одного до четырех баллов;

– КЭЗД – коэффициент, демонстрирующий процентное соотношение количества защитных действий и пропущенных ударов. Изменение данного коэффициента позволяет избежать оценки подготовленности соперника, выступающего в поединке;

– КПСЭ – коэффициент, высчитываемый по процентному соотношению соревновательных эпизодов, начинающихся с применения подготовительных действий, ко всем эпизодам. Характерной особенностью поединка в единоборствах является его неритмичность, когда активные периоды и паузы в различной пропорции сменяют друг друга. Поэтому важно выделять особенности начала контактного взаимодействия спортсменок, так как применение подготовительных действий направлено на создание помех при реагировании противника, позволяющих применять против него технико-тактические приемы;

– КТ(т), КЭ(т), КР(т), КЭЗД(т), КПСЭ(т) – аналогично определяемые коэффициенты по вышеуказанным параметрам, но в контрольных поединках;

## ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

– экспертная оценка (эффективность решения задач поединка по 5-балльной шкале).

Показатели активности ударов, подготовительных и защитных действий не были включены в интегральную оценку, так как они не имеют минимальных и максимальных границ своих значений, потому что выражают структурное соотношение между всеми количественными параметрами технико-тактического содержания поединка.

Таким образом, коэффициент технико-тактической подготовленности (Ктпп) девушек-таэквондисток 13–15 лет определяется процентным соотношение средней арифметической величины фактических показателей к потенциально возможным максимальным параметрам:

$$K_{\text{тпп}} = \frac{\sum \text{всех показателей}}{147} \cdot 100 \%$$

где 11 – число всех показателей, а 147 – максимально возможное значение вышеуказанных показателей

На основе полученных данных была выведена шкала интегральной оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменок (таблица).

Таблица – Шкала интегральной оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменок

Уровень технико-тактической подготовленности	Значение Ктпп, %
Высокий	81–100
Выше среднего	61–80
Средний	41–60
Ниже среднего	21–40
Низкий	1–20

Предлагаемая система оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов в контактных видах единоборств позволяет устранить сложности данной процедуры, возникающие из-за большого числа самых разнообразных технико-тактических действий [2, 13], и повышает эффективность контроля за состоянием готовности занимающихся на всех этапах тренировочного процесса.

### Выводы:

1. В результате проведенных исследований для оценки уровня технико-тактического мастерства спортсменов-таэквондистов в условиях соревновательных поединков выбраны значимые параметры, характеризующие показатели активности атакующих и защитных действий, а также индикативные параметры, отражающие состояние точности двигательных действий и эффективности ударов; модифицированы показатели результативности приемов и эффективности защит; разработаны новые показатели активности подготовительных действий и подготовленности соревновательных эпизодов.

2. Для текущей оценки уровня технико-тактического мастерства девушек-таэквондисток разработаны контрольные поединки, в большей степени соответствующие специфике соревновательных упражнений, чем обусловленные задания, традиционно применяемые в контактных видах спортивных единоборств.

3. Предложенная шкала интегральных оценок позволяет учитывать основные параметры технико-тактической подготовленности спортсменок и дает возможность оказывать на них целенаправленное тренировочное воздействие на всех этапах многоэтапной подготовки.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Кондаков, А.М. Технико-тактическая подготовка самбистов 11–12 лет средствами специальных координационных упражнений с учетом весовых категорий: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.М. Кондаков. – Омск, 2010. – С. 19–34, 122–125.
2. Зенченко, И.С. Моделирование технико-тактической подготовки в тхэквондо с использованием тренажерных устройств: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.С. Зенченко. – М., 2007. – С. 36–41.
3. Годик, М.А. Спортивная метрология / Е.Я. Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – С. 37–45, 99–108.
4. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физ. воспитания / В.Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – С. 559–562, 573–576.
5. Подливаев, Б.А. Диагностика тренированности борцов / Б.А. Подливаев, В.С. Дахновский, А.Н. Корженевский // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 2. – С. 52–56.
6. Павлов, С.В. Методика оценки физической подготовленности тхэквондистов в соревновательных поединках / С.В. Павлов // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 7. – С. 47–50.
7. Куванов, В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.А. Куванов. – М., 2005. – С. 18–33, 67–84.
8. Лысенко, В.В. Управление технической подготовленностью квалифицированных спортсменов на основе компьютерного видеоанализа движений / В.В. Лысенко, Д.А. Романов // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 8. – С. 36–41.
9. Павлов, С.В. Методика оценки технической и тактической подготовленности тхэквондистов в соревновательных поединках / С.В. Павлов // Физическая культура. – 2003. – № 2. – С. 52–58.
10. Kyong Myong Lee, Dynamic Taekwondo Kyorugi / Kyong Myong Lee. – Elizabeth, NJ: Hollym International Corp., 1996. – P. 20–48.
11. Соловьев, П.Ю. Методика билатерального обучения боксеров-юношес 13–15 лет: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / П.Ю. Соловьев. – М., 2003. – С. 50–53.
12. Садовски, Е. Теоретико-методические основы тренировки и контроля координационных способностей в восточных единоборствах (на примере тхэквондо и кикбоксинга): автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Е.Садовски. – М., 2000. – С. 12–28.
13. Севостьянов, И.А. Технология совершенствования технико-тактических действий с использованием современных информационно-компьютерных средств: на примере контактного каратэ-до: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.А. Севостьянов. – М., 2005. – С. 22–34, 39–42, 102–110.
14. Харькова, В.А. Структура взаимосвязей показателей технико-тактической и координационной подготовленности девушек-таэквондисток 13–15 лет / В.А. Харькова, В.Е. Васюк // Научные труды НИИ ФКиС Респ. Беларусь: сб. науч. тр. / редкол.: Н.Г. Кручинский (глав. ред.) [и др.]; НИИ ФКиС Респ. Беларусь. – Вып. 11. – Минск, 2012. – С. 305–310.

11.10.2012