

комплексов ката. Видеоматериалы были взяты из обучающих видеоуроков, рекомендованных для изучения исследуемых комплексов. В ходе исследования регистрировались следующие характеристики ката: общее количество ДД; количество медленных и одиночных ДД; количество связок; время выполнения ката; наличие прыжков; равновесий на одной ноге; поворотов на 90, 180 и 270 градусов; наличие стоек (шихо дачи, дзенкуцу дачи, некоаши дачи, мото дачи, санчин дачи, кокуцу дачи).

Общее количество двигательных действий, а также время выполнения ката являются показателями, на которые можно ориентироваться при выборе ката для спортсменов с различным уровнем развития специальной выносливости. При выборе ката для спортсменов, обладающих низким уровнем развития выносливости, следует обратить внимание на комплексы с большим количеством медленных движений. Количество одиночных быстрых движений и связок является также важной характеристикой, на которую необходимо обращать внимание, если у спортсмена недостаточный уровень скоростно-силовой подготовленности. Наличие в ката прыжков, равновесий, поворотов на 90 и более градусов свидетельствует о координационной сложности ката, что предъявляет повышенные требования к уровню двигательных способностей. Сложность стоек, используемых в ката, так же различная, а качество их исполнения зависит от подвижности суставов, силы мышц ног, уровня развития специальной выносливости и других двигательных способностей.

Таким образом, подобный детальный анализ характеристик ката позволит учитывать сильные стороны подготовленности спортсмена и подобрать ката подходящее именно ему.

1. Лысенко, Е. Н. Анализ соревновательного объема двигательных спортсменов высокого класса, занимающихся каратэ-до / Е. Н. Лысенко // Спортивные технологии: проблемы и перспективы: материалы Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2004 г. – Минск: РИВШ, 2005. – С. 41–44.

КОМПОНЕНТНЫЙ СОСТАВ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ РАЗЛИЧНОГО УРОВНЯ СПОРТИВНОГО ОПЫТА

Лях М.В., Ласовская И.В., Гарная А.И.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

Эффективность сложноорганизованной и полиструктурированной деятельности, к каковой в полной мере можно отнести формы и способы взаимодействия в тренировочном и соревновательном процессах, особенно если это

касается спорта высших достижений и функционирования в системе «тренер – спортсмен» [3].

Проблема формирования и совершенствования мотивационной сферы в целом обусловлена особенностями структуры и содержания конкретного вида спорта [4]. К наиболее сложным из них по единому мнению специалистов относятся разновидности фехтования [5]. Поэтому анализ различных компонентов, обеспечивающих качество и результативность спортивной деятельности, является одним из резервов оптимизации процесса подготовки, с одной стороны, и формирования личностных характеристик – с другой.

Цель работы – изучить особенности мотивации фехтовальщиков имеющих различный опыт и уровень спортивных результатов.

В исследовании приняли участие 20 спортсменов с опытом выступления на международных соревнованиях до 10 лет, 15 спортсменов – свыше 10 лет. Уровень спортивной квалификации обеих групп испытуемых был не ниже кандидата в мастера спорта.

В качестве основного метода использовалась методика исследования мотивов занятий спортом [1], которая успешно апробирована на материале различных видов спортивной деятельности, в том числе и с учетом достигнутых результатов [2].

В циклах предварительных исследований были определены особенности уровня специальной подготовленности фехтовальщиков с различным стажем участия в соревнованиях. В результате установлено, что по показателям быстроты движений, уровню выносливости и координационных способностей испытуемые не отличались, что говорит об адекватности используемых тренировочных нагрузок в процессе совершенствования спортивного мастерства. Тем не менее уровень развития особенностей дизъюнктивных и дифференцированных компонентов двигательного реагирования отличается на 95-процентном уровне статистической значимости, особенно это касается проявлений реакций при выборе сектора нападения и адекватного распознавания атакующих намерений соперника. Это указывает на факт детерминированности степени развития специализированных восприятий частотой выступления на ответственных соревнованиях.

Наиболее интересным представляется анализ степени мотивированности фехтовальщиков по десяти традиционно выделяемым категориям [1] с целью определения личностного смысла доминирующих целей.

Ранговая характеристика системы мотивов фехтовальщиков с меньшим соревновательным опытом показала, что наиболее значимыми в процессе активной спортивной деятельности являются суждения эмоциональной окраски (удовольствие – 10,8 баллов; социальная значимость – 11,2 балла). Следующими по значимости определены мотивы физического самоутверждения и достижение успехов (соответственно 10,06 и 10,56 баллов). Относительно низкие значения имеют спортивно-познавательный, профессионально-прикладной и волевой мотивы (соответственно 5,1; 5,9; 6,01 баллов).

Для спортсменов, обладающих большим стажем выступления на соревнованиях, в качестве ведущего выделяется рационально-волевой мотив (12,1 балл) и является единственным с высокой числовой характеристикой. К категории среднего уровня значимости относятся комплекс мотивов эмоционального характера и физического самоутверждения. Вызывает интерес наиболее низкая значимость гражданско-патриотического компонента мотивационной сферы. Последнее отчасти можно трактовать как соревновательную перетренированность, морально-творческую истощенность, профессионально-спортивное выгорание.

Исходя из полученных данных, можно заключить, что занятие фехтованием на стадии завершения карьеры требует от спортсменов значительных усилий не только физического, но и психологического плана. Данное обстоятельство представляется достаточно значимым при необходимости поддержания спортивной формы на фоне достижения определенного результата. При этом мотивационная сфера может рассматриваться как одна из наиболее важных для поддержания уровня спортивных достижений соответствующего ранга.

1. Ильин, Е. П. Мотивы и мотивация / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
2. Иванников, В. А. Формирование побуждения к действию / В. А. Иванников // Вопросы психологии. – 1985. – № 3. – С. 36–43.
3. Тихомиров, О. К. Исследование структурирующей функции мотива / О. К. Тихомиров // Психологический журнал. – 1983. – № 6. – С. 54–62.
4. Келер, В. С. Деятельность спортсмена в вариативных конфликтных ситуациях / В. С. Келер. – Киев: Здоровье, 1977. – 180 с.
5. Родионов, А. В. Нетрадиционные подходы к подготовке фехтовальщиков / А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий. – Минск, 2002. – 163 с.

ПЕРСПЕКТИВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СИСТЕМЫ «АЙ-ТРЕКИНГ» В ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ В ЕДИНОБОРСТВАХ

Макаренко А.А., Корольков М.А.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

В основе тактической подготовленности в единоборствах лежит тактика скрытого управления противником, обыгрывания, создания благоприятных ситуаций, инициатива и манеры ведения поединка, предатаковые подготовки [1; 3; 4]. Оценивать такие параметры без специальных методик очень сложно. А ведь без объективного контроля невозможно оптимизировать тренировочные воздействия на указанные элементы мастерства спортсменов, поэтому видится