

Очень важна государственная поддержка спортсменов на всех этапах многолетней спортивной подготовки. В Республике Беларусь поддержка оказывается лишь после того, как показаны высокие результаты на международных соревнованиях. Не всегда тренировки дают быстрый эффект, и не всегда спортсмен может быть в своей лучшей спортивной форме. Именно в такие трудные периоды нет поддержки от спортивных организаций, которые руководствуются строгими нормативными положениями относительно обеспечения стрелков. Если сезон оказался неудачным, то это может поставить под угрозу всю дальнейшую перспективу спортивной карьеры, так как финансовые трудности зачастую бывают непреодолимы.

Возрастная статистика сильнейших спортсменов-стрелков мира показывает, что максимальных результатов они достигают в 27–30 лет (стрельба из пневматического оружия), а для некоторых дисциплин (стрельба из малокалиберного оружия) – в 30–35 лет [2]. Не каждый спортсмен имеет возможность без должной поддержки пройти этот путь подготовки, чтобы в результате выйти на пик своей формы.

В большинстве стран спорт стал заметной частью государственной политики, одной из визитных карточек государства на международной арене, фактором политического развития.

Для роста спортивных результатов в Китайской Народной Республике все более широко используются новейшие достижения науки, техники и медицины, создаются современные научные центры, спортивные базы. В этом отношении Республика Беларусь и Российская Федерация – на правильном пути. Но совершенствования требует, в первую очередь, организация работы центров олимпийского резерва и олимпийской подготовки. Поэтому важно продолжать работу по развитию специализированной материально-технической базы для национальных команд, центров олимпийской подготовки и региональных центров олимпийского резерва.

1. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – Киев, 2004. – 808 с.

2. Заколотная, Н.Д. Возрастные границы пиковых спортивных достижений в пулевой стрельбе / Н.Д. Заколотная, Е.Е. Заколотная, Г.А. Нехаев // Научные труды НИИ физической культуры и спорта Республики Беларусь: сб. науч. тр.; редкол.: А.И.Бондарь (гл. ред.) [и др.]. – Вып. 7. – Минск: БГУФК. – 2007. – С. 281–285

3. Anderson, G. ISSF 100 years shooting sport 1907-2007 / G. Anderson. – ISSF, 2008. – 321 с.

4. http://www.issf-sports.org/results/results_overview.ashx

ПРЕДПОСЫЛКИ СОПРЯЖЕННОГО ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ И ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ В БАСКЕТБОЛЕ

Н.С. Осадчая,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

В 1891 году Джеймс Нэйсмит, преподаватель в Международной Тренировочной Школе YMCA в Спрингфилде, Массачусетс (теперь известна как Спрингфилдский Колледж), изобрел баскетбол как соревновательную игру, в которую можно играть в закрытом помещении в зимний период. Игра развивалась и совершенствовалась от создания и до настоящего времени. Сегодня в баскетбол играют на всех уровнях от школьников до профессионалов и баскетбол на уровне средней школы – это один из наиболее популярных видов спорта не только в Америке, но и во многих других странах мира, как для мужчин, так и для женщин. Баскетбол стал игрой технических навыков и тактических умений, взаимодействий и стратегий.

Техника – это комплекс двигательных приемов соревновательной деятельности – систем движений, оптимизируемых на основе критериев рациональности исполнения. Освоение техники требует от спортсмена значительных интеллектуальных усилий. А.Г. Фурманов отмечает: «Понять до тонкостей суть технического приема, мысленно представить себе структуру движений во время практических действий, найти самое рациональное решение для себя – такова, примерно, схема обучения и совершенствования» [1, с. 3].

Техническая подготовка представляет собой процесс обучения спортсмена основам техники действий, выполняемых в соревнованиях или служащих средствами тренировки, и совершенствование избранных форм спортивной техники. Основной задачей технической подготовки является формирование таких навыков выполнения соревновательных действий, которые позволили бы спортсмену с наибольшей эффективностью использовать его возможности в состязаниях и обеспечить неуклонное совершенствование технического мастерства в процессе многолетних занятий спортом [2].

Техническая подготовленность – степень освоения спортсменом системы движений, соответствующих особенностям конкретного вида спорта и направленных на достижение высоких спортивных результатов. Это понятие охватывает форму, характер движений и их внутреннюю структуру. Оценивать техническую подго-

товленность спортсмена В. Копровица предлагает по результативности действий, которые определяются по следующим показателям [3]:

Эффективность техники – определяется отношением моторного потенциала и показателем спортивного результата.

Стабильность техники – проявляется в способности спортсмена в условиях соревнования стабильно выполнять технику в целом и по частям, не обращая внимания на сбивающие факторы: активно противодействующего соперника, усталость, пристрастное судейство, необычное место и время соревнования, непривычный реквизит, некорректное поведение публики и т. д.

Вариативность техники – способность приспосабливать свою технику движений к изменяющимся условиям соревнования.

Экономичность техники – характеризуется тем, сколько энергии спортсмен тратит на исполнение технического действия в целом. Самая экономная техника та, которая дает положительный результат при минимальном напряжении.

Минимальная тактическая информативность техники – исключительно важная техническая характеристика во всех видах спорта, в которых тактика имеет значительное влияние на спортивный результат (например, спортивные игры и спортивная борьба). В технической подготовке необходимо, чтобы спортсмен не только освоил наиболее рациональную технику, но и умел ее применить так, чтобы не открыть своего тактического замысла и достичь результата.

Тактика заключается в использовании таких способов ведения состязания, которые позволяют спортсмену с наибольшей эффективностью реализовать свои возможности (физические, технические, психологические) и с наименьшими издержками преодолеть сопротивление соперника [2].

В баскетболе, как и в других командных играх, тактика ведения борьбы более сложная, чем в других видах спорта (легкой и тяжелой атлетике, гимнастике и т. д.). Участники контактируют не только с противником, но и с партнерами по команде, их решения должны учитывать не только особенности текущей ситуации, но и уровень подготовленности, восприятие и понимание ситуации другими игроками [4].

Существуют различные подходы к пониманию тактики соревновательного поведения. Как отмечает А.В. Родионов, «тактика – это совокупность способов применения технических приемов в соответствии с задачами соревнования. Она направлена на целесообразную реализацию сил и возможностей спортсмена и на максимальное использование недостатков, промахов соперника». В связи с этим автор предлагает анализировать действия и операции, непосредственно определяющие содержание тактики в игре [5].

Тактику в спортивных играх определяют и как комплекс индивидуальных, групповых и командных действий, наиболее целесообразно используемых с учетом конкретного противника и особенностей поединка в целях завоевания игрового преимущества и, в конечном итоге, победы. Действие в спорте – это относительно кратковременный процесс, подчиненный представлению о том результате, который должен быть достигнут, т. е. процесс, подчиненный сознательно поставленной цели. Автор выделяет главную задачу тактики следующим образом: «правильно определить и творчески использовать в каждой конкретной игре средства, способы и формы ведения борьбы, ведущие к победе над конкретным противником в конкретных условиях» [6].

Тактическая подготовка спортсмена – это синтез теоретических знаний в области тактики и практическое овладение действиями применительно к требованиям конкретного вида спорта, что приводит к разделению тактической подготовки на общую и специальную. Общая тактическая подготовка заключается в овладении спортсменом тактическими знаниями и умениями; в развитии психических качеств, необходимых для решения оперативных тактических задач в процессе спортивной деятельности; в совершенствовании тех технических приемов, которыми реализуются тактические решения. В специальную тактическую подготовку входит разработка наиболее целесообразных способов и приемов ведения борьбы на конкретном соревновании и с конкретным соперником, составление планов и вариантов действий с учетом особенностей противника. Для этого, естественно, необходимо достаточно хорошо знать соперника, его силы и возможности, тактические варианты, которыми он располагает и чаще всего применяет на соревнованиях [5].

В задачи тактической подготовки входят: изучение общих положений тактики; изучение тактики данного вида спорта; изучение тактического опыта сильнейших спортсменов; изучение игры возможных противников, их тактической, физической и психологической подготовленности; разработка тактики к предстоящему соревнованию с учетом конкретного противника на основе прогнозирования возможных ситуаций игры; обучение практическому использованию элементов, приемов, вариантов тактики в тренировочных занятиях, прикидках и соревнованиях – «тактические учения»; анализ участия в соревновании, эффективности данной тактической схемы и ее составляющих.

Результат тактической подготовки есть тактическая подготовленность, которая не должна ограничиваться накоплением знаний, умений и навыков. Необходимо одновременное воздействие, как на психическую, так и физическую сферу спортсмена, поскольку эффективная реализация тактических решений невозможна без хорошего двигательного обеспечения, что связано с высоким уровнем развития физических и психомоторных качеств [5].

Основным документом, определяющим направление и содержание учебного процесса, является программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. В ней охватывается комплекс параметров подготовки юных спортсменов на весь многолетний период тренировки – от начального обучения до групп спортивного совершенствования. Предусматривается последовательность и непрерывность многолетнего процесса становления мастерства, преемственность в решении задач укрепления здоровья, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов [7]. В программе предложен примерный план технической и тактической подготовки, в котором прописаны приемы и действия, которые должны быть усвоены занимающимися в течение учебного года.

Анализируя действующие программы, следует отметить то, что техническая и тактическая подготовка четко разведены при построении тренировочного процесса. Проведенный нами опрос тренеров показал, что техническое и тактическое мастерство формировать сопряженно. Если спортсмен будет иметь четкое представление о том, как именно он должен выполнять прием, с какой целью и в какой момент, обучение будет происходить быстрее и осознанней.

Сопряженность мы рассматриваем как оптимальную взаимосвязь технических приемов и тактических действий при формировании умений и навыков у юных спортсменов. Сопряженность обеспечивает соответствие тренировочных средств требованиям соревновательной деятельности по уровню функционального обеспечения, технической сложности, тактической непредсказуемости ситуаций и эмоциональному фону.

Технические приемы и тактические действия в баскетболе тесно взаимосвязаны. Невозможно осуществлять тактический замысел, не обладая определенной техникой. Также и выполняя технический прием, например, передачу, необходимо выбрать способ и момент, когда ее удобней всего отдать чтобы она достигла цели.

Высокий уровень технических навыков служит хорошей базой для совершенствования тактических умений. В баскетболе технические приемы настолько тесно связаны с избираемой тактикой конкретной игры, что основными компонентами состава деятельности в ней являются не сами по себе технические приемы, а технико-тактические действия как органически слитые соединения технически и тактически сформированных операций.

На основе анализа программ и проведенного опроса тренеров, нами разработана методика сопряженно-го формирования технических навыков и тактических умений, которая проходит апробацию на базе СДЮШОР «Горизонт».

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Современный баскетбол предъявляет высокие требования к технической и тактической подготовленности игроков.
2. Техническая и тактическая подготовка четко разведены в нормативных документах, тогда как в учебно-тренировочном процессе эти подготовки тесно взаимосвязаны.
3. Сопряженное формирование технических приемов и тактических действий по разработанной нами программе будут способствовать повышению уровня спортивного мастерства юных спортсменов, без увеличения объема тренировок.

1. Фурманов, А.Г. Подготовка волейболистов / А.Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007. – 329 с. – С. 3.
2. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 271 с.
3. Копровица, В. Основы спортивной тренировки: метод. пособие / В. Копровица; пер. с сербск.; спорт. ред. В. Белаш. – Николаев; Южный, 2007. – 156 с.
4. Портнов, Ю.М. Баскетбол: учебник для вузов физ. культуры / Ю.М. Портнов. – М.: Астра семь, 1997. – 480 с.
5. Родионов, А.В. Практическая психология физической культуры и спорта / А.В. Родионов. – Махачкала: Юпитер, 2002. – 160 с.
6. Фролов, О.П. Изучение некоторых сторон спортивной деятельности методами теории информации и исследования операций: автореф. дис. ... канд. пед. наук. / О.П. Фролов; ГЦОЛИФК. – М., 1966. – 22 с.
7. Бопдарь, В.М. Баскетбол. Программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / А. И. Бопдарь, В.М. Колос. – Минск, 2004. – 145 с.

СРЕДСТВА АРТПЕДАГОГИКИ В СТРУКТУРЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

М.М. Роleder,

ФГБОУ ВПО «Ставропольский государственный университет»,
Российская Федерация

Акробатика – это зрелищно-эмоциональный вид спорта, характеризующийся риском, виртуозностью и сложностью [1, 4, 13]. Анализ научно-методической литературы в области парно-групповой акробатики показал, что в настоящее время данному виду спортивной деятельности посвящено достаточное количество