

СОДЕРЖАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ АКРОБАТОВ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

М.Е. Кобринский, Т.А. Морозевич
БГУФК

Введение. Проблема выбора эффективных средств и методов подготовки акробатов на различных этапах многолетней спортивной карьеры является одной из ключевых проблем, актуальность которой постоянно возрастает в связи с активными темпами развития вида спорта. Расширение спектра выполняемых акробатами парно-групповых упражнений за счет введения новых исходных положений, видов опоры, вращений, комбинаций положений партнеров и т.д. требует разработки новых методов и приемов обучения.

Настоящее исследование логически развивает обоснованную автором (Морозевич Т.А.) ранее систему подготовки акробатов различного уровня, объединяющую методики развивающейся базы (2003 г.), проектирования соревновательных программ, управляющих (ведущих) ограничений (2005, 2006 гг.).

Методы. В процессе исследования использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы, специальных документов и видео материалов, педагогическое наблюдение, анкетирование, метод экспертных оценок, математико-статистические методы.

Результаты. Разработана система определения содержания технической подготовки акробатов на различных этапах многолетней спортивной карьеры, учитывающая современные тенденции развития вида спорта, международные требования к качеству и построению соревновательных программ, а также видовые особенности акробатики и половые особенности партнеров в различных видах акробатики.

Обсуждение. Полученные результаты позволяют осуществлять выбор средств (упражнений) технической подготовки акробатов (балансовой и вольтижной) на различных этапах спортивного совершенствования с учетом особенностей видов (пары женские, мужские, смешанные, группы женские, мужские), обеспечивающий одновременное решение задач базовой подготовки на каждом из этапов и задач удовлетворения международным требованиям (наличие оригинального стиля, элементов неожиданности, индивидуальных особенностей и т.п.).

Выводы. Достижение высокого результата в спортивной акробатике на различных этапах многолетней спортивной карьеры возможно при создании технической базы, соответствующей этапу обучения, учитывающей особенности вида акробатики. Однако, базовые упражнения должны быть подобраны таким образом, чтобы исключить однотипность формируемых из освоенных упражнений соревновательных программ.

ПОДХОД К КЛАССИФИКАЦИИ ОШИБОК ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БРОСКОВ В ПРЫЖКЕ У ГАНДБОЛИСТОК

Ю.Н. Котов

Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Россия

Бросок в прыжке является одним из наиболее важных технических приемов, поэтому необходимо уметь оценить эффективность выполнения этого приема. Исследовались броски высококвалифицированных гандболисток национальной сборной команды России и игроков команд суперлиги. Всего было проанализировано шестьдесят бросков. Для получения биомеханических характеристик, данные броски были обработаны программно-аппаратным