

боевую силу, теряется, не понимая противника, действует не попадая и проигрывает даже тем фехтовальщикам, которых в условиях тренировки он всегда без труда побеждал. Такие явления не одиночны и не случайны.

Индивидуальный урок, учебный и соревновательный бой часто существуют в сознании ученика изолированно друг от друга. Если нет отдачи из урока в учебный бой, то обычно в этом бывает виноват тренер. Если же нет отдачи из учебного боя в соревновательный, как правило, виновны бывают оба – ученик и тренер. Ученик повинен в том, что не научился самостоятельно работать над собой, над воспитанием волевых черт характера и правильного отношения к спорту, а тренер – в том, что не воспитал в ученике этих способностей и умений.

Эффект отдачи урока в учебный бой тем больше, чем выше педагогическое мастерство тренера и чем правильнее он понимает задачи индивидуального урока.

1. Аркадьев, В.А. Тактика в фехтовании / В.А.Аркадьев. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 180 с.
2. Аркадьев, В.А. Фехтование / В.А.Аркадьев. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 215 с.

БОЕВОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В ФЕХТОВАНИИ

Ушакова Н.А., Ушакова И.В., Дорошкевич В.Н.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Завоевания передовой советской школы фехтования имеют неоспоримые показатели эффективности и результативности выступлений спортсменов под «знаком качества» подготовки сборной Советского союза. Положения теории и методики тренировки спортсменов высокого класса, и выведения подопечных на данный уровень мастерства имеют технологии, обеспечивающие их качественную подготовку. Наряду с решением организаторских проблем, советским тренерам удалось обеспечить качественную подготовку спортсменов по технологической цепочке: формирование у фехтовальщиков представлений о содержании его боевой деятельности; формирование умений и навыков исполнения и вариативного использования боевых действий, совершенствование навыков, способностей и умений в экстремальных условиях в боях с различными противниками; выработка индивидуальной манеры ведения боя исходя из антропометрических, двигательных, психических свойств личности спортсмена. Высокое качество подготовки достигалось благодаря квалифицированной работе специалистов, которые на всех звеньях этой технологической цепочки, от начального обучения до совершенствования в спарринге, уделяли внимание способам боевого взаимодействия.

Ведь теоретические знания и практические умения, приобретенные спортсменом в одной из основных форм подготовки – индивидуальном уроке, не могут быть достаточными для полного и немедленного результативного использования их в соревновательных и тренировочных поединках.

Целесообразно вновь привлечь внимание тренеров белорусской школы фехтования к взаимным упражнениям – средству, позволяющему повысить уровень мастерства спортсменов различной квалификации.

Знания, предложенные тренером в индивидуальном уроке (ИУ), не могут быть достаточными для их полного освоения. Необходима самостоятельная активная когнитивная

(познавательная) и аффективная (эмоциональная) работа спортсмена над предложенными, в ИУ тренером взаимодействиями бойцов. В основе когнитивного компонента лежит сравнение себя с другими людьми (бойцами), сопоставление собственных качеств исполнения приемов с выработанными эталонами технических компонентов взаимодействия противников. Аффективный компонент самооценки, должен удовлетворять бойца результативностью исполненных приемов и действий. Формированию адекватной самооценки, рефлексии – способности проявлять свои собственные размышления, оценивать свои возможности относительно боевой ситуации и противника помогают взаимоупражнения (ВУ) или работа в парах, задача которой – обеспечение не просто копирования физических упражнений, показанных педагогом, а создание в корковых проекциях своего способа решения двигательной задачи. И формирование «креативного поля», осуществляющееся в условиях двигательной творческой экспрессии (инсценировки – драматизации), а также решения проблемных двигательных задач.

ВУ представляют собой систему упражнений, выполняемых по заданию тренера или самостоятельно парой, ограниченной конкретными условиями выполнения, и направленных на освоение технико-тактического репертуара действий в условиях конфликтного общения с партнером или регламентированным противником.

Под конфликтным общением понимается такое тактическое взаимодействие между противниками, при котором происходит: согласование действий с применением тактической целесообразности; осознанное применение обеспечивающих действий (вызовов, маскировок, разведок, подготовок), конфликтное мышление, связанное с предвосхищением действий противника. Многовариативность правильных действий на одну и ту же боевую ситуацию создает благоприятные условия для развития интеллектуально-творческого совершенствования фехтовальных приемов.

Сущность боевого взаимодействия охватывает операции мышления: анализа, синтеза, нахождения сходства и различия в объектах дистанции, пространственного и временного соответствия – ориентировки, классификации. Обобщается понятие «техника движений». Ведется насыщенная интеллектуальная деятельность работы с противником. Воздействует на усвоение информации об объекте, который невозможно удержать в кратковременной памяти, из-за сбивающего и конфликтного факторов. Создаются благоприятные условия для развития произвольного внимания. Попутно с концентрацией внимания тренируется способность к его переключению. Развитию внимания способствует также тренировка помехоустойчивости.

Подбор и применение ВУ должны осуществляться согласно следующим правилам:

1) они должны зависеть от уровня подготовленности спортсменов, этапа подготовки, материала, который был освоен спортсменами на предыдущем занятии или отдельным спортсменом в ИУ;

2) между ВУ при планировании их последовательности, в процессе обучения и совершенствования приема должны быть причинно-следственные отношения. Они необходимы для формирования устойчивого навыка и успешного исполнения приема в самых различных условиях.

ВУ следует рассматривать как необходимый элемент в многолетнем процессе технико-тактической подготовки фехтовальщика. Выбор этих упражнений зависит от последовательности обучения фехтованию, от азов до высших уровней спортивного мастерства, а также от последовательности освоения навыка каждого технического приема и боевого действия. Поэтому использование ВУ не может быть ограничено только начальным этапом обучения, она и на уровне сборной команды страны не теряет своего значения. Следует только учитывать, что в зависимости от квалификации спортсменов, их умений и склонности к конфликтному общению изменится характер и сложность ВУ.

Классификация взаимоупражнений и возможности их использования

В практике фехтования широко приняты следующие виды ВУ:

1) ВУ, имеющие неконфликтный характер (взаимопомощь партнеров). Работа в парах.

В этом виде задача партнера – оказывать помощь, создавая наиболее выгодные условия для выполнения фехтовальщиком двигательного действия. Поэтому реакции партнера вначале несколько замедленны, положения оружия и тела статичны. Происходит закрепление умения фехтовальщика выполнять конкретные взаимодействия, их реализация в стандартных положениях;

2) ВУ, основанные на конфликтном общении (противодействия, помехи со стороны партнеров или противников). Работа в «контрах». Основная задача противодействующего партнера – это создание во время парных взаимодействий строго обусловленных помех. В этих ситуациях «обслуживающий» партнер намеренно уклоняется от нападений, отступает или сближается, реагирует с запаздыванием, перекрывает сектор поражения и т. п.;

3) ВУ, основанные на автоматизмах рефлексорного характера. В выборе нужного действия в условиях дефицита времени развитие специализированных восприятий и реакций. Учебные бои. С регламентированным противником, который располагает большими возможностями при выборе помех. С его помощью фехтовальщик отрабатывает свою манеру ведения боя, тактические ловушки и т. д.

Наряду с видами взаимодействия, общепринятыми считаются условия о постоянном и последовательном формировании боевой координации осваиваемого действия, начиная с первых шагов его изучения, от парных упражнений до учебных боев. На всех этапах подготовки делается постоянный акцент на осознание смысла упражнений, тактической связи и обоснованности взаимодействий. Независимо от характера ВУ существуют общие требования, удовлетворение которых обеспечивает их эффективность. Требования к точности выполнения действий и их своевременности. При проведении ВУ следует более подробно объяснять, почему партнер или противник применил данное действие. В процессе многолетней подготовки происходит постепенный переход от парных упражнений, имеющих большой вес на начальном этапе обучения, к упражнениям в контрах и учебным боям, преобладающим на этапе спортивного совершенствования.

Огромное значение в организации и проведении ВУ имеет педагогический подход, связанный с постановкой заданий и контролем над их исполнением. Тренер должен не только сам совершенно определенно представлять себе задание, но и уметь четко объяснить и показать его. Следует помнить, что не все фехтовальщики способны быстро и легко понять задание. Некоторые нуждаются в повторном объяснении, показе его на примере типичной ситуации. Отдельные спортсмены только после самостоятельного выполнения и положительного подкрепления со стороны тренера способны успешно отрабатывать подготавливающие действия и тактические ловушки.

В процессе обучения большую пользу приносит подход поэтапного формирования умственных и двигательных действий. Тренер, или один из фехтовальщиков, выполняют прием, а остальные указывают те основные положения или движения, на которые следует обращать внимание при его выполнении. В этом случае происходит осознание основных компонентов, ритма выполнения приема, а затем и его прочувствование.

Получив указания тренера, спортсмену следует выполнять это действие до тех пор, пока он не добьется безошибочного выполнения. Тренер, заметив ошибку, должен сразу ее предотвратить, не дожидаясь окончания работы, иначе исправление этой ошибки может затянуться на более длительный срок. Рекомендуется основное внимание обращать не на то, что и как спортсмен делает неправильно, а на то, как необходимо правильно подготавливать и выполнять изучаемый прием, в каких пространственно-временных рамках. Однако с ростом мастерства контроль и анализ должны осуществлять сами спортсмены.

1. Турецкий, Б.В. Парные упражнения как метод подготовки спортсменов высокого класса: метод. рекомендации /Б.В. Турецкий, В.Ф. Жданович. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 22 с.
2. Апанасенко, Г.Л. Физическое развитие детей и подростков / Г.Л. Апанасенко. – Киев: Здоров'я, 1985. – 80 с.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМ ПОЕДИНКАМ

*Шахлай А.М., д-р пед. наук, доцент, Медведь А.В., профессор,
Рудницкий В.И., канд. пед. наук, профессор,*
Белорусский государственный университет физической культуры,
Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники,
Республика Беларусь

В спортивной борьбе основным средством подготовки к соревнованиям являются тренировочные схватки, проводимые по соревновательной формуле. И от их эффективности во многом зависит успех выступления на соревнованиях. Однако, как показала практика, по напряженности, интенсивности, двигательной активности они значительно уступают соревновательным [1]. Повысить эффективность соревновательных схваток, максимально приблизить их по всем показателям к соревновательным можно использованием моделей продолжительности активных наступательных действий. В спортивной борьбе одним из интегральных показателей, определяющих достижение победы в поединке, является продолжительность активных наступательных действий. Это обусловлено тем, что современные правила соревнований требуют от спортсменов активных наступательных действий на протяжении всего поединка [2]. Если спортсмен не выполняет данные требования, его наказывают предупреждением за пассивность, что в большинстве случаев приводит к поражению. Кроме этого, для определения влияния активных действий на победу в поединках была проведена корреляция между показателями продолжительности активности и результатами схваток. Полученный коэффициент корреляции 0,92 свидетельствует о высоком влиянии активности борцов на достижение победы в соревновательной деятельности.

Правила соревнований обязывают спортсмена вести активную деятельность с первых до последних секунд встречи на пределе своих функциональных возможностей. Поэтому по продолжительности активных действий можно косвенно судить об уровне развития специальной выносливости борцов.

Одной из важнейших задач, стоящих перед тренерами и научными работниками в спортивной борьбе, является максимальное повышение активных наступательных действий борцов в соревновательных поединках. Для целенаправленной эффективности работы по интенсификации тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов необходимо иметь модельные характеристики продолжительности активных действий в поединках борцов высокой квалификации.

Изучение научно-методической литературы показало, что затронутому вопросу уделено определенное внимание. Имеются работы [3, 4], в которых раскрыты данные об моделях активных действий высококвалифицированных борцов в шестиминутных поединках, в пятиминутных схватках. В настоящее время продолжительность единоборства сокращена до 4 минут и разработанные модельные характеристики потеряли свою информативность и не могут быть использованы в практической работе.